

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan masa dimana janin berada dalam kandungan perempuan. (Kesehatan, 2015). kehamilan yaitu waktu yang dilewat hingga Sembilan bulan lebih oleh seorang perempuan, diawali sejak konsepsi hingga resiko – resiko yang dapat dialami oleh ibu hamil (Rahmah et al., 2021). Merupakan proses terjadinya perubahan fisik, mental dan sosial dalam kehidupan seorang wanita selama kehamilan. Perubahan tersebut tidak lepas dari faktor-faktor yang mempengaruhinya, yaitu faktor fisik, psikologis dan lingkungan, sosial, budaya dan ekonomi, Salah satu perubahan fisiologi ibu hamil terjadi pada *system musculoskeletal* (Gultom & Hutabarat, 2020).

Perubahan sistem muskuloskeletal berdampak ibu hamil sering mengalami sakit punggung karena besarnya perut akibat kehadiran janin. Ketika rahim tumbuh, pusat gravitasi berubah dan meluas ke luar, melemahkan otot-otot perut dan mengubah postur tubuh, yang memberikan tekanan pada punggung. Hal ini menyebabkan sakit punggung, dan kelebihan berat badan secara alami menghambat kerja otot dan memberikan ketegangan pada persendian. Masalah yang paling sering dilaporkan selama kehamilan adalah nyeri punggung bawah pada ibu hamil (Haryanti & Widyastuti Eka, 2023). Sehingga rahim yang membesar menarik tulang belakang ke depan meningkat dan menyebabkan lordosis fisiologis (Irianti et al., 2014)

Menurut Tyastuti (2016) Ketidaknyamanan pada masa kehamilan disebabkan oleh adanya perubahan adaptasi fisiologis dan psikologis. Kehamilan 3 bulan terakhir (TM III), yakni usia kehamilan 28-42 minggu, penyakit yang sering diderita antara lain : sakit punggung 70%, sering buang air kecil 50%, sembelit 40%, kaki kram 10%, kesulitan bernapas 60%.(Dewiani et al., 2022). Sakit punggung merupakan salah satu keluhan ibu hamil penderita TM III yang paling umum. Jumlah penelitian mengenai nyeri punggung akibat kehamilan berjumlah sekitar 25-90% dan diperkirakan hingga

50% ibu hamil mengalami nyeri punggung. Hingga 80% wanita hamil mengatakan sakit punggung selama kehamilan mempengaruhi kehidupan sehari-hari mereka, dan 10% dari mereka mengatakan mereka tidak dapat bekerja. (Dewiani et al., 2022)

Menurut Herlina (2017), berdasarkan laporan lain yang menunjukkan ibu hamil mengalami nyeri punggung 70% di Australia, di Inggris nyeri punggung pada ibu hamil adalah 50%, sedangkan kasus nyeri punggung di Indonesia dilaporkan klasifikasinya berdasarkan tingkat keparahan ringan dan sedang, termasuk 68% kasus nyeri punggung sedang dan nyeri punggung ringan 32%. Angka kejadian terhadap nyeri punggung ibu hamil pada trimester pertama sebesar 16,7%, pada trimester kedua sebesar 31,3%, sedangkan pada trimester terakhir angka kejadian nyeri punggung sebesar 53% dan akan meningkat seiring dengan masa perkembangan kehamilan (Wardani et al., 2022). Berdasarkan data BPS (Badan Pusat Statistik) Kabupaten Bantul 2021, dari 27 puskesmas yang melakukan K4 yaitu sebanyak 11.569 ibu hamil.

Jika nyeri punggung tidak segera diobati, nyeri ini dapat berlangsung lebih lama, meningkatkan kemungkinan terjadinya nyeri punggung pasca melahirkan, dan menyebabkan nyeri punggung kronis yang lebih sulit diobati dan diperbaiki (Fraser et al., 2009). Adapun nyeri dapat menyebabkan ibu sulit tidur, sehingga menimbulkan rasa lelah, mudah tersinggung, dan rasa tidak nyaman saat beraktivitas (Prawirohardjo, 2016). Nyeri dapat menyebabkan ketakutan dan kecemasan serta meningkatkan stres (Carvalho et al., 2017). Kondisi ini membuat bayi stres karena kedekatannya dengan ibu (Manyozo et al., 2019). Selain itu nyeri juga dapat mengakibatkan aktivitas uterus tidak terkoordinasi sehingga menyebabkan persalinan lama (Rahmawati et al., 2013).

Pengobatan sakit punggung pada ibu hamil menurut Reeder (2013), dapat dilakukan dengan menggunakan pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis. Penanganan secara farmakologi meliputi pemberian obat analgesik (Parasetamol) pada ibu hamil yang dianjurkan oleh dokter dan terapi non farmakologi yaitu pijat *prenatal*, senam hamil, kompres hangat, relaksasi. Non farmakologi yang dapat dilakukan oleh tenaga medis atau keluarga pasien dengan menggunakan teknik pijat, sehingga ibu mendapatkan dukungan psikologis dari orang terdekatnya. Teknik

sentuhan atau pijatan yang lembut dapat menciptakan perasaan bahagia dan nyaman. (Aulia & Suyani, 2023).

Pijat *prenatal* merupakan gerakan pemijatan pada ibu hamil yang berupa gesekan dan tekanan yang tidak merangsang kontraksi untuk mengurangi nyeri. Pijat *prenatal with love* berbeda dengan pijat biasa karena mencakup gerakan-gerakan berbentuk *love*, *butterfly* dan gerakan lainnya. Hal ini akan menyebabkan relaksasi dan peningkatan sirkulasi (Dewiani et al., 2022). Massage yang diberikan dapat memproduksi lebih banyak hormone endorphen di dalam tubuh. Hormon endorphen berfungsi untuk menenangkan pikiran, mengurangi stress dan meredakan nyeri punggung bawah selama kehamilan (Handayani et al., 2021)

Hasil penelitian yang dilakukan Ni'amah & Sulistyaningsih (2022), tentang pengaruh pijat *prenatal* dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester 3 di wilayah kerja Puskesmas Kayen Kabupaten Pati, yang dilakukan 2 kali dalam 1 minggu selama 1 bulan pada 30 ibu hamil yaitu sebelum dilakukan intervensi nyeri ringan 16 (53,3%) orang, nyeri sedang 14 (46,7%) orang dan setelah dilakukan intervensi nyeri ringan 25 (83,3%) orang, nyeri sedang 5 (16,7%) orang. Hasil penelitian terjadi penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester 3 sebanyak 9 orang.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, data PMB Nurul Apri Yogyakarta didapatkan jumlah ibu hamil Trimester III pada bulan Juli - September sebanyak 66 ibu hamil dan dilakukan wawancara pada tanggal 10 Oktober 2023 terdapat 17 ibu hamil trimester III, dimana sekitar 7 orang (41,1%) ibu hamil Trimester akhir yang tidak mengeluh nyeri punggung dan ada 10 orang (58,8%) ibu hamil mengeluh sakit punggung pada trimester ketiga dan mengatakan bahwa ketika nyeri punggung, ibu tidak diberi penanganan secara farmakologis maupun non farmakologis. PMB Nurul Apri memberikan pelayanan ANC (*Antenatal Care*) tetapi belum ada pelayanan non farmakologis dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil.

Berdasarkan latar belakang di atas maka dalam penelitian ini peneliti mengambil judul penelitian: Pengaruh Massage Terhadap Nyeri Punggung bawah Ibu Hamil Trimester III Di Yogyakarta Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut dapat dirumuskan sebagai berikut “Apakah ada Pengaruh *Prenatal Massage* Terhadap Nyeri Punggung bawah Ibu Hamil Trimester III di PMB Nurul Apri Yogyakarta Tahun 2023?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk diketahui Pengaruh *Prenatal Massage* Terhadap Nyeri Punggung bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Nurul Apri Yogyakarta pada Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Diidentifikasi nyeri punggung bawah, sebelum diberikan *prenatal massage* di PMB Nurul Apri Yogyakarta.
- b. Diidentifikasi nyeri punggung bawah, setelah dilakukan *prenatal massage* di PMB Nurul Apri Yogyakarta.
- c. Diketahui pengaruh *prenatal massage* terhadap nyeri punggung bawah ibu Trimester III di PMB Nurul Apri Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

3. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah informasi mengenai Pengaruh *Prenatal Massage* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III dan dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya.

4. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Memberi pengalaman yang dapat menambah pengetahuan dan meningkatkan wawasan tentang kehamilan dalam asuhan komplementer.

b. Bagi PMB Nurul Apri

Menjadi bahan masukan dan peningkatan dalam pemberian pelayanan kebidanan terkait menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil dengan metode komplementer yaitu *prenatal massage*.

c. Bagi Ibu Hamil

Sebagai informasi pengobatan nyeri punggung bawah pada ibu hamil selain pengobatan medis menggunakan teknik farmakologis (paracetamol) yaitu cara non-farmakologis (*Prenatal Massage*).

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Penelitian, Tahun dan Judul Penelitian	Desain Penelitian, Analisis Data dan Hasil	Perbedaan Penelitian
1.	(Ni'amah & Sulistyaningsih, 2022) Pengaruh Pijat Ibu Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Puskesmas Kayen Kabupaten Pati.	Jenis penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental, pre-posttest design. Populasi penelitian terdiri dari 30 ibu hamil trimester III dengan menggunakan teknik total sampling. instrumen penelitian menggunakan SOP. Analisis data menggunakan statistik uji-t menghasilkan nilai sebesar 0,819, dengan nilai probabilitas jauh di bawah 0,05. Hasil penelitian, 16 ibu hamil merasakan nyeri ringan sebelum dipijat ibu hamil, 25 ibu hamil merasakan nyeri ringan setelah dipijat ibu hamil, dan 5 ibu hamil merasakan nyeri sedang setelah dipijat. Kemudian pijat kehamilan dilakukan dua kali seminggu selama satu bulan.	1. Lokasi penelitian. 2. Teknik sampling 3. Analisa data pada penelitian terdahulu menggunakan man-withney, sedangkan pada penelitian ini menggunakan paired sampel t-test 4. Pada penelitian sebelumnya dilakukan selama 2 kali dalam 1 minggu selama 1 bulan sedangkan pada penelitian ini dilakukan selama 2 kali selama 1 minggu dengan waktu 20 menit.
2.	(Dewiani et al., 2022) Efektivitas Pemberian Terapi <i>Prenatal Massage</i> Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III	Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen pre posttest with control group design, teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Kemudian, sampling dibagi menjadi dua grup,	1. Lokasi penelitian 2. Teknik sampling 3. pada penelitian terdahulu menggunakan kuisioner VAS, sedangkan pada penelitian ini menggunakan

	masing-masing dengan lima belas kelompok untuk perlakuan dan kontrol. Visual Analogue Scale (VAS) survey digunakan untuk mengevaluasi sakit punggung dengan menggunakan lembar observasi setiap hari. Statistik analanisis menggunakan man-withney. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh $p\text{-value} > \alpha=0,05$. Studi tersebut menguji pendekatan baru terhadap pijat <i>prenatal</i> tradisional selama 20 menit dua kali selama lima minggu.	kuisisioner NRS. 4. Pada penelitian ini Perlakuan dilakukan 2 kali selama 20 menit dalam 1 minggu
3. (Muawanah, 2023) Efektivitas Massage Therapy Dan Senam Hamil Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil	Penelitian ini menggunakan eksperimental dengan <i>pretest</i> dan <i>posttest one group design</i>, penelitian dilakukan di posyandu permata hati kecamatan tengkarang timur pekanbaru. Untuk pengambilan sampel menggunakan teknik Total Sampling. Uji yang dilakukan yaitu uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> dan kuesioner VAS mendapatkan hasil $P=0.005$ ($P<0.05$) yang berarti perbedaan signifikan penurunan nyeri pada ibu hamil. Intervensi <i>Massage</i> dilakukan 2 kali selama 1 minggu dengan waktu 10 menit.	1. Lokasi penelitian 2. Teknik sample 3. Pada penelitian ini Perlakuan dilakukan 2 kali selama 20 menit dalam 1 minggu