

BABI PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah tahapan alami yang normal dialami oleh wanita karena adanya proses konsepsi (bertemunya sel ovum dengan sel sperma) hingga lahirnya janin. Masa kehamilan berlangsung sekitar 9 bulan atau setara dengan 40 minggu, perhitungannya dimulai ketika hari pertama haid terakhir (Ulfah Kamaliyah dkk., 2023). Selama periode ini, ibu hamil akan merasakan adanya perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan fisik seperti pembesaran pada uterus sering menyebabkan ketidaknyamanan (Miharja Bihalia dkk., 2024). Menurut (Ulfah Kamaliyah dkk., 2023) masalah yang banyak dialami ibu hamil trimester III yaitu nyeri punggung sebanyak 70% (tertinggi), sesak nafas 60%, sering buang air besar 50%, sulit buang air besar 40%, dan kram kaki sebanyak 10%. Data tersebut menunjukkan bahwa nyeri punggung ialah ketidaknyamanan yang banyak dialami ibu hamil.

Berdasarkan *Studi Global Burden of Disease* nyeri punggung merupakan satu dari sepuluh penyakit teratas di dunia. Survey di negara Inggris sekitar 50% ibu hamil merasakan ketidaknyamanan nyeri punggung, sementara di Australia angka kejadian nyeri punggung mencapai 70%. Menurut (Khairunnisa dkk., 2022) di Indonesia sekitar 60-80% ibu hamil merasakan nyeri punggung. Daerah Istimewa Yogyakarta sebanyak 65% (Miharja Bihalia dkk., 2024). Nyeri punggung akan terasa semakin berat karena bertambahnya usia kehamilan, prevalensi nyeri punggung ibu hamil usia 20 minggu sebesar 76%, dan 90% pada usia 32 minggu. Penyebab ketidaknyamanan nyeri punggung adalah perubahan postur badan selama kehamilan yang mengakibatkan titik berat badan pindah ke bagian depan hal ini disebabkan karena pembesaran perut (Ulfa Nur Azizah dkk., 2024). Nyeri punggung merupakan kondisi fisiologis, namun jika tidak ditangani dapat membatasi aktivitas dan menyebabkan imobilisasi, yang akhirnya meningkatkan risiko trombosis vena dalam, yaitu terbentuknya bekuan

darah pada vena tungkai yang berpotensi berlanjut menjadi emboli paru dan menyebabkan komplikasi serius bahkan kematian (Dabas dkk., 2024).

Pemerintah mengadakan program asuhan berkesinambungan atau *Continuity of Care* dilakukan guna mengurangi resiko terjadinya komplikasi pada ibu hamil, saat persalinan, setelah melahirkan, dan pada bayi baru lahir (Fauziah & Sugiatini, 2024). Program COC dapat menurunkan resiko komplikasi sebesar 30% (Aprianti Salsabila Putri dkk., 2023). Melalui program COC permasalahan yang dirasakan ibu hamil dapat diminimalisir. Jenis permasalahan yang banyak dialami ibu hamil adalah nyeri pada punggung. Penatalaksanaan nyeri punggung bisa dilakukan melalui pendekatan farmakologi dan non-farmakologi. Pendekatan farmakologi dapat menggunakan obat analgesik namun harus mempertimbangkan efek obat terhadap janin seperti risiko keguguran, malformasi, oligohidramnion, dan perdarahan neonatal (Jamil yuniar, 2023).

Menurut (Wati Mega F dkk., 2021) bentuk terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan kepada ibu hamil seperti istirahat dengan posisi menyamping, kompres hangat, akupuntur atau akupresur, yoga, serta *massage* atau pijat (Maulana Meli, 2022). *Massage* dapat mengurangi nyeri karena dapat merangsang titik meridian pada medulla spinalis sehingga tubuh melepas hormon endorfin sebagai penghambat proses pengiriman rangsang nyeri. *Massage* efektif dalam mengatasi nyeri punggung sebesar 51,4% (Qurnia & Anjani, 2023). Jenis *massage* yang dapat dilakukan adalah *effleurage massage* atau usapan lembut secara sirkular berulang-ulang (Maulana Meli, 2022). *Massage effleurage* dapat mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan rata-rata tingkat nyeri awal 2,56 dan tingkat nyeri setelah perlakuan 1,87 yang berarti terdapat penurunan tingkat nyeri punggung sebesar 0,69. (Mardiani & Resna, 2022)

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada bulan Februari 2025 di PMB Wati Subagya ibu hamil trimester I hingga trimester III sebanyak 112 ibu hamil. Ibu hamil dengan usia kehamilan trimester III bulan April dan Mei sebanyak 37 ibu hamil. Sebanyak 21 (56,7%)

mengalami nyeri punggung. Selama ini, penanganan nyeri punggung di PMB Wati Subagya menggunakan yoga, yang memiliki efektivitas sekitar 40,6% (Wariyah dkk., 2023). Oleh karena itu, PMB Wati Subagya memerlukan alternatif lainnya seperti pijat atau *massage* untuk membantu mengatasi permasalahan nyeri punggung.

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti memiliki ketertarikan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian *Massage Effleurage* Untuk Mengatasi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III”

B. Rumusan Masalah

Apakah Terdapat Pengaruh Pemberian *Massage Effleurage* terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Wati Subagya Kabupaten Sleman Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum
Untuk mengetahui pengaruh pemberian *massage effleurage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Wati Subagya Kabupaten Sleman Yogyakarta.
2. Tujuan khusus
 - a) Untuk mengetahui karakteristik Ibu hamil trimester III di PMB Wati Subagya Kabupaten Sleman Yogyakarta
 - b) Mengetahui nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Wati Subagya sebelum pemberian *massage effleurage*
 - c) Mengetahui nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Wati Subagya sesudah pemberian *massage effleurage*
 - d) Menganalisa pengaruh *massage effleurage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Diharapkan akan memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan, terkhusus di bidang kebidanan dalam memahami pengaruh *massage effleurage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, serta diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai metode pencegahan dan penanganan awal nyeri punggung ibu hamil.

2. Manfaat praktis

a) Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menjadi bahan referensi bagi mahasiswa kebidanan tentang manfaat terapi *massage effleurage* dalam mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

b) Bagi PMB Wati Subagya

Sebagai masukan agar tempat praktik dapat lebih memperkenalkan tentang asuhan kebidanan komplementer untuk mengatasi permasalahan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III khususnya pada terapi *massage effleurage*.

c) Bagi Ibu Hamil Trimester III

Mampu menambah pengetahuan bagi responden tentang *massage effleurage* untuk mengatasi nyeri punggung ibu hamil sehingga kedepannya mereka tidak ragu untuk menerima perlakuan *massage effleurage*.

d) Bagi Bidan di PMB Wati Subagya

Mampu menambah wawasan pengetahuan dalam berfikir ilmiah dan masukan bagi pengembangan terapi komplementer.

e) Bagi Peneliti

Mampu menambah wawasan bagi peneliti dalam memberikan asuhan kebidanan komplementer khususnya di bidang *massage* untuk mengatasi masalah nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Judul Penelitian>Nama Peneliti	Desain Penelitian	Teknik Sampling	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
<i>Massage effleurage</i> terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III Sri Fauziah, Titin Eka Sugiadini. 2024	<i>Pre-Experimental</i>	<i>Purposive Sampling</i>	Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa <i>massage effleurage</i> efektif mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan nilai $p = 0,000$. Temuan ini mengindikasikan bahwa ada pengaruh yang signifikan.	Pemberian perlakuan, desain penelitian	Perbedaan terdapat pada jumlah responden, serta tempat dilaksanakannya penelitian
Pengaruh <i>Masase Effleurage</i> Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Mega Fajarwati, Elly Sulistiawati, Yansartika, Afni Yunizar. 2021	<i>Pre-Experimental</i>	<i>Purposive Sampling</i>	Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan rata-rata nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sebelum dan setelah diberikan <i>massage effleurage</i> , dengan nilai $p = 0,000$.	Pemberian perlakuan, desain penelitian	Perbedaan terdapat pada jumlah responden, serta tempat dilaksanakannya penelitian
<i>The Effect of Effleurage Massage with Jasmine Oil on Severe Back Pain Experienced in the Third Trimester of Pregnancy: A Case Study</i> Fatma Baskin and Hülya Tosun. 2024	<i>This clinical case study</i>	<i>case study</i>	<i>The study observed that effleurage massage with aromatherapy reduced severe back pain and positively affected emotional well-being.</i>	Pemberian perlakuan	Perbedaan terdapat pada desain penelitian, serta tempat dilaksanakannya penelitian
Terapi <i>Effleurage Massage</i> Terhadap Nyeri Backpain Pada Ibu Hamil Trimester III Ana Yuliana, Adisti Amalya Putri Handayani. 2024	<i>Quasi eksperiment</i>	<i>Non random sampling dengan teknik purposive sampling</i>	Uji Mann Whitney menunjukkan nilai p sebesar $0,001 < 0,05$, yang berarti ada perbedaan tingkat nyeri punggung yang signifikan antara ibu hamil trimester III pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan setelah diberikan intervensi.	Pemberian perlakuan, Teknik sampling	Perbedaan terdapat pada jumlah responden, serta tempat dilaksanakannya penelitian