

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses yang dimulai dari ovulasi, konsepsi, nidasi, implantasi, dan pertumbuhan embrio di dalam rahim hingga aterm merupakan langkah awal dalam proses kehamilan (Wuryaningsih & Windarwati, 2018). Kehamilan merupakan sesuatu yang sangat dinantikan dan paling membahagiakan, namun terkadang muncul keluhan-keluhan yang fisiologis pada kehamilan, Kehamilan bisa membuat tubuh mengalami banyak perubahan, di antaranya perubahan hormon dan otot-otot panggul. Beberapa perubahan pada ibu hamil tersebut dapat menyebabkan ibu hamil merasakan nyeri punggung. Nyeri punggung saat hamil biasanya terjadi pada sendi dan otot di bagian tulang panggul dan punggung bagian bawah. Rasa nyeri dapat muncul ketika membungkukkan badan ke depan, mengangkat beban, bangun dari tempat tidur, atau berdiri dari posisi duduk (Ruliati, 2019)

Nyeri punggung ini biasanya terjadi pada waktu waktu tertentu dalam masa kehamilan, umumnya sering terjadi pada kehamilan trimester tiga. ketika pusat gravitasi pada tubuh telah bergeser (Ruliati, 2019). Ketidaknyamanan punggung selama kehamilan disebabkan oleh hormon yang mengganggu jaringan ikat dan struktur dasar struktur pendukung, yang mengurangi elastisitas dan fleksibilitas otot. Selain itu, hal ini disebabkan oleh faktor mekanis yang mengakibatkan perubahan postur statis dan tekanan tambahan selama kehamilan, yang memengaruhi kelengkungan tulang belakang. Ketidakseimbangan otot di sekitar panggul, bersama dengan ketegangan tambahan yang dirasakan di atas ligamen, mungkin

diakibatkan oleh ketidaknyamanan punggung. Nyeri punggung dapat menyebabkan ketidak seimbangan otot disekitar pelvis, dan tegangan tambahan dapat dirasakan diatas ligamen tersebut. Akibatnya adalah nyeri punggung yang biasanya berasal dari sakroiliaka atau lumbal, dan dapat menjadi gangguan punggung jangka panjang jika keseimbangan otot dan stabilitas pelvis tidak dipulihkan (PRANINGRUM, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2013 Nyeri punggung terjadi pada ibu hamil dengan insiden yang bervariasi dari 50% di Inggris dan Skandinavia sampai mendekati 70%. penelitian di berbagai daerah Indonesia mencapai 68% ibu hamil yang mengalami nyeri punggung. Temuan penelitian tentang nyeri punggung bawah pada ibu hamil yang dilakukan di Bali dan Indonesia belum dapat diverifikasi. Low back pain (LBP) lebih sering terjadi seiring bertambahnya usia, memuncak pada dekade pertengahan dan awal 40-an (Fitriana & Vidayanti, 2019). Menurut sebuah studi oleh Hakiki (2015) dalam (Novelia et al., 2021), 47% dari 180 wanita hamil yang diteliti mengalami nyeri punggung bawah selama kehamilan mereka. Menurut (Ulfah & Wirakhmi, 2016) 58,1% ibu hamil melaporkan nyeri punggung, dengan rincian nyeri sedang (29,0%), nyeri ringan (22,6%), dan nyeri berat (6,5%). Sesuai dengan penelitian (Ulfah & Wirakhmi, 2016). (Permatasari, 2019) melakukan penelitian tambahan pada ibu hamil dengan nyeri punggung bawah. 73,33% orang melaporkan nyeri sedang, dibandingkan dengan 10% untuk nyeri ringan dan 16% untuk nyeri berat. Di Provinsi Jawa timur pada tahun 2017 di perkirakan sekitar 65% dari 100% ibu hamil mengalami nyeri punggung. Pada penelitian sebelumnya oleh (AMALIYAH, 2017) di kota Malang bahwa sedikitnya 70% hingga 90% ibu hamil yang mengalami nyeri punggung. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Siti mudayyah tahun (2016) di Bidan Praktik Swasta (BPS) Siti Halimah

desa Surabayan, kecamatan sukodadi, kabupaten lamongan dari 12 responden ibu hamil ditemukan 10 responden (83%) ibu hamil yang mengalami nyeri punggung dan 2 (17%) ibu hamil yang tidak mengalami nyeri punggung. Dari Studi pendahuluan pada tanggal 27 September 2018 dilakukan penelitian pada sampel ibu hamil 24orang yang mengalami nyeri punggung 13orang yang tidak mengalami nyeri punggung 11orang.

Untuk mengurangi ketidaknyamanan ini, nyeri punggung bawah selama kehamilan harus ditangani dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Saat menggunakan terapi farmakologis untuk ibu hamil, penting untuk mewaspadai efek samping karena penggunaan analgesik tidak selalu efektif untuk mengurangi nyeri punggung bawah, penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid harus dihindari karena risikonya. menyebabkan malformasi pada janin yang sedang berkembang, dan penggunaan opioid untuk mengobati nyeri punggung bawah membawa risiko komplikasi seperti kecanduan heroin (Sinclair, 2014). Akupunktur, stimulasi konstan (pijat, aplikasi panas dan dingin, akupresur, stimulasi kontralateral), Stimulasi Saraf Listrik Transkutan (TENS), relaksasi, imajinasi, meditasi, hipnosis, aromaterapi, yoga.

Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah dapat memanfaatkan pijat akupresur di Kandung Kemih 23 (BL 23) Akupresur titik bladder 23 (Shenshu) yang terletak di dua jari kiri dan kanan meridian GV, setinggi batas lumbal kedua dan ketiga terbukti efektif untuk menurunkan nyeri punggung bawah, titik tersebut mampu menghadirkan rasa rileks pada tubuh secara alami dan memblok reseptor nyeri ke otak. Ketika titik-titik akupresur distimulasi, melepaskan ketegangan pada otot, meningkatkan pada sirkulasi darah, dan meningkatkan kekuatan hidup energi tubuh (qi) untuk membantu proses penyembuhan (Candra Resmi & Aris Tyarini, 2020).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Akupresure Titik Bladder 23 Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian ini, maka peneliti dapat merumuskan masalah "Adakah Pengaruh Akupresur Titik *Bladder* 23 (Shensu) L3-L2 Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Mamik Yulaikah Desa Kasri?".

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Akupresur Titik *Bladder* 23 (Shensu) L3-L2 Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Mamik Yulaikah Desa Kasri.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sebelum dilakukan teknik akupresur BL 23 di TPMB Mamik Yulaikah Desa Kasri .
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sesudah dilakukan teknik akupresur BL 23 di TPMB Mamik Yulaikah Desa Kasri.
- c. Menganalisis pengaruh akupresur titik BL 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III BL 23 di TPMB Mamik Yulaikah Desa Kasri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan serta dapat mengaplikasikan keterampilan yang didapat selama penelitian.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi pelayanan kebidanan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan inovasi kepada seluruh pelayanan kesehatan seperti puskesmas, rumah sakit, klinik dan praktik mandiri bidan untuk memberikan pelayanan kebidanan yang bermutu sesuai dengan standar pemeriksaan kehamilan dan asuhan kebidanan mengenai nyeri punggung bawah pada ibu hamil serta dapat menerapkan akupresur pada titik BL23 pada kasus ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung bawah.

b. Bagi ibu hamil

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ibu hamil tentang pengaruh akupresur titik BL23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III, sehingga ibu hamil dapat mengatasi keluhan-keluhan selama hamil dan dapat menjalani kehamilan dengan rasa nyaman.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan melatih keterampilan peneliti dalam mengidentifikasi dan menganalisis manfaat akupresur titik BL23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk dilanjutkan pada penelitian berikutnya.