

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan melibatkan berbagai perubahan fisiologi antara lain perubahan fisik, perubahan serta perubahan fisiologis. Perubahan ini menimbulkan gejala spesifik sesuai dengan tahapan kehamilan yang terdiri dari tiga trimester. Periode yang membutuhkan perhatian khusus adalah selama trimester III, karena masa ini merupakan masa terjadi pertumbuhan dan perkembangan janin yang semakin meningkat. Berat badan yang meningkat drastis menyebabkan ibu hamil merasa cepat lelah, sukar tidur, nafas pendek, kaki dan tangan oedema. Peningkatan tinggi fundus uteri yang disertai pembesaran perut, membuat beban tubuh lebih ke depan. Dalam upaya menyesuaikan dengan beban tubuh yang berlebihan sehingga tulang belakang mendorong kearah belakang, membentuk postur tubuh lordosis. Hal ini menyebabkan ibu merasakan nyeri pada pinggang, varises dan kram pada kaki. Seiring dengan bertambahnya usia kehamilan, punggung ibu hamil berubah bahu tertarik ke belakang sebagai akibat pembesaran abdomen yang menonjol dan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh karena kelengkungan tulang belakang ke arah dalam secara berlebihan yang biasa disebut lordosis (Mediarti, Sulaiman, Rosnani& Jawiah, 2014)

Tingkat Prevalensi terjadinya nyeri punggung pada kehamilan dilaporkan terjadi lebih dari 50% di Amerika Serikat, Kanada, Iceland, Turki, Korea, dan Israel. Sementara yang terjadi di negara nonSkandinavia seperti Amerika bagianutara, Afrika, Timur Tengah, Norwegia, Hongkong maupun Nigeria lebih tinggi prevalensinya yang berkisar antara 21% hingga 89,9%. Survey online yang dilaksanakan oleh University of Ulster pada tahun 2014,dari 157 orang ibu hamil

yang mengisi kuisisioner, 70% pernah mengalami nyeri punggung (Sinclair et al, 2014). Penelitian serupa di *Women's Health Clinic-Kuwait* tahun 2012, dari 280 pasien yang hamil, 91% (255) mengalami nyeri punggung. Penelitian lainnya di Raja Mutiah Medical Collage and Hospital dari 172 ibu hamil, 104 (60,5%) mengalami nyeri punggung (Kurup et al, 2012). Hasil dari penelitian pada ibu hamil di berbagai daerah Indonesia mencapai 60- 80% orang yang mengalami *back pain* (nyeri punggung) pada kehamilannya. Di provinsi Jawa Timur di perkirakan sekitar 65 % dari 100% ibu hamil masih mengalami *back pain* (nyeri punggung) (Mafikasari & Kartikasari, 2015).

Nyeri punggung dapat terjadi pada kehamilan trimester ketiga karena janin yang tumbuh semakin besar dapat menyebabkan masalah postur tubuh akibat berpindahnya titik keseimbangan pada tubuh ibu, dan saat mendekati akhir masa kehamilan posisi bayi dapat menekan syaraf yang berada di sekitar punggung bawah ibu. Beberapa hormone kehamilan menyebabkan ligamen yang berada di antara di tulang pelvis (panggul) melunak dan sendi melonggar sebagai persiapan untuk melahirkan (Astikawati R dan Safitri A, 2013)

Nyeri yang dirasakan ibu hamil pada punggung disebabkan oleh karena bahu tertarik kebelakang dan tulang belakang menjadi lebih lengkung, persendian lumbal menjadi lebih elastis sehingga mengakibatkan rasa sakit pada punggung (Fauziah, 2012). Rasa nyeri pada bagian punggung atau *low back pain* dialami oleh 20%- 25% ibu hamil. Seiring dengan membesarnya uterus, maka pusat gravitasi pada wanita hamil akan berpindah kearah depan. Perpindahan ini akan menyebabkan ibu harus menyesuaikan posisi berdirinya. Perubahan tubuh seperti ini dapat memicu lengkung lumbar (lordosis) dan lengkung kompensasi spinalis torakik (kifosis). Mekanisme semacam ini akan terjadi pada bulan ke empat dan ke Sembilan pada

masa kehamilan, dan akan berlangsung sampai 12 minggu setelah melahirkan (Brayshaw, 2011)

Untuk mengurangi nyeri pada ibu hamil *Endorphin massage* atau pijat punggung yang dilakukan dalam Kehamilan antara lain dapat memberikan kenyamanan, mengurangi rasa sakit, membantu relaksasi pada ibu saat proses menuju persalinan, memperbaiki sirkulasi darah, mengembalikan kemampuan berkontraksi, dan meningkatkan kerja sistem organ, sehingga dapat mengeluarkan zat-zat beracun lebih lancar baik melalui urin maupun keringat (Belakas, 2012)

Hasil referensi terdahulu “Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Hamil Trimester III” design yang digunakan adalah pra eksperimen dengan pendekatan one grub pretest posttest design. Sampel yang diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dengan consecutive sampling dengan menggunakan uji Wilcoxon di BPS Kusnul Imarwatin (Ratih Aprilia ,2016)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Wulan Rahma pada tanggal 26 November tahun 2020 dilihat data 90 ibu hamil dan ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung selama bulan September- November 2020 di PMB Wulan Rahma terdapat 12 orang yang mengalami nyeri punggung dan mengambil 5 ibu hamil trimester III yang memiliki kriteria sebagai partisipan.

Berdasarkan data diatas diperlukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian *Endorphin Massage* Terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III” di PMB Wulan Rahma Amd.Keb Tahun 2020”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang rumusan masalah pada skripsi ini adalah “Adakah Pengaruh Pemberian *Endorphin Massage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III ?.”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mampu melakukan dan menerapkan pengaruh pemberian *endorphin massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III sebelum pemberian *endorphine massage* di PMB Wulan Rahma Kota Malang
- b. Mengidentifikasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sesudah pemberian *endorphine massage* di PMB Wulan Raham Kota Malang
- c. Menganalisis pengaruh pemberian *endorphine massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah di PMB Wulan Rahama Kota Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini semoga dapat meningkatkan ilmu pengetahuan dan wawasan terhadap pengaruhnya pemberian *endorphin massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil primigravida trimester III

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru bagi peneliti mengenai *endorphin massage* sehingga dapat menerapkan ilmu yang didapat pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.

b. Bagi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan sumber bacaan tentang pengaruh *endorphin massage* terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III.

c. Bagi PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengaruh pijat *endorphin massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sehingga bidan dapat menerapkan dalam praktik kebidanan yang mempunyai *standar operasional procedure*.

