

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses yang ilmiah dan fisiologis, dimana wanita yang memiliki organ reproduksi sehat yang telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat sangat besar kemungkinan akan mengalami kehamilan (Padila, 2014). Biasanya, proses kehamilan berlangsung selama 40 minggu atau lebih dari sembilan bulan. Waktu ini dihitung dari periode menstruasi yang terakhir, yang sering berubah pada wanita selama kehamilan berkaitan dengan fisik, citra tubuh, kesejahteraan janin, perubahan pola hidup, gangguan emosi, dan kekhawatiran tentang masalah dalam kehamilan (Almanika et al., 2022).

Hal yang sering dirasakan oleh ibu hamil trimester III salah satunya adalah nyeri pada daerah punggung. Nyeri punggung adalah salah satu ketidaknyamanan yang paling umum dirasakan oleh ibu hamil trimester III selama masa kehamilan. Nyeri punggung yang terjadi pada kehamilan trimester III sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisinya untuk mempertahankan keseimbangan (Fitriana & Vidayanti, 2019).

Tingkat prevalensi yang tinggi pada nyeri punggung bawah selama kehamilan dilaporkan terjadi di Eropa, Amerika, Australia, China, termasuk wilayah pegunungan daerah pedesaan Taiwan dan Afrika bervariasi dari 20 hingga 80%, dengan sebagian besar penelitian melaporkan sekitar 50% untuk *Low Back Pain* (LPB) (Shijagurumayum et al., 2019).

Prevalensi nyeri punggung bawah di Indonesia sebesar 18%. Prevalensi *Low Back Pain* (LBP) meningkat sesuai dengan bertambahnya usia dan paling sering terjadi pada usia dekade tengah dan awal empat decade. Wanita hamil yang mengalami nyeri punggung sekitar 88,2%. Wanita hamil usia kehamilan 14-22 minggu mengalami kejadian nyeri punggung bawah sekitar 62%. Nyeri pada punggung selama kehamilan bervariasi antara 35–60 %. Hasil didapatkan bahwa 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang, dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan. Diantara semua wanita ini, 47–60 % melaporkan bahwa nyeri punggung terjadi pada kehamilan 5–7 bulan (Purnamasari & Widyawati, 2019).

Berdasarkan survey awal yang penulis lakukan pada tanggal 25 Maret 2023 di Puskesmas Karya Wanita didapatkan data selama tahun 2021 terdapat 855 ibu hamil yang berkunjung, ditahun 2022 terdapat 850 pasien yang berkunjung 2023 pada bulan Januari sebanyak 65 ibu hamil yang berkunjung, dan 23 orang ibu hamil trimester III. Pada bulan Februari sekitar 53 orang ibu hamil. Terdapat sekitar 7 orang ibu hamil yang mengalami nyeri sedang dan 4 orang mengalami nyeri berat daerah punggung.

Prognosis nyeri punggung bawah akan buruk apabila tidak ditangani dengan baik. Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah akan kesulitan untuk berdiri, duduk bahkan berpindah dari tempat tidur, hal ini menyebabkan terganggunya rutinitas sehari-hari dan mempengaruhi kualitas hidup mereka. Dampak buruknya adalah kesulitan untuk berjalan apabila nyeri telah menyebar ke area *pelvis* dan lumbar (*Association of Chartered 4 Physiotherapists In Woman Health*, 2011 dalam Aswitami, 2018), dengan berbagai dampak yang bisa

terjadi maka masalah nyeri punggung bawah pada ibu hamil harus mendapatkan penanganan. Dan banyak juga ibu hamil yang masih belum tahu cara penanganan nyeri punggung ini, apalagi ibu hamil usia muda dan ibu hamil anak pertama (Patel, 2019).

Untuk mengurangi nyeri punggung selama kehamilan dengan teknik nonfarmakologis seperti terapi *message*, latihan napas dalam, teknik relaksasi, dan teknik distraksi. Salah satu terapi *massage* adalah teknik *effleurage message*. *Effleurage message* sendiri merupakan usapan lembut panjang, dan tidak terputus-putus sehingga menimbulkan efek relaksasi. Teknik ini bermanfaat dari teknik nonfarmakologis lainnya karena tidak memiliki efek samping dan juga bisa membuat keharmonisan keluarga semakin terjalin. Berbeda dengan teknik lainnya yang bisa dilakukan sendiri oleh ibu hamil, tetapi *effleurage message* sendiri harus dibantu oleh orang lain dan terlebih oleh keluarga apalagi suami dari ibu hamil sendiri, tetapi suami atau keluarga yang sudah diberikan edukasi cara melakukan *effleurage message* ini. *Effleurage message* dilakukan selama 1 kali sehari selama 5-10 menit. Dalam jurnal yang ditulis oleh (Almanika, 2022), *effleurage message* sendiri sudah pernah dilakukan dan efektif dalam menurunkan rasa nyeri ibu hamil itu sendiri (Firza et al., 2022).

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik mengambil kasus ini, Dengan judul “Penerapan *Effleurage Massage* terhadap nyeri punggung Ibu Hamil Trimester III”. Kesimpulannya adalah untuk mengurangi rasa nyeri punggung dan meningkatkan rasa nyaman kepada ibu hamil trimester III.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimana penerapan *efflurage massage* pada ibu hamil trimester III untuk mengurangi nyeri punggung di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita ?”.

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran “Penerapan *Effleurage Massage* pada ibu hamil trimester III untuk mengurangi nyeri punggung di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita”

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum dilakukan tindakan *effleurage massage*.
- b. Mendeskripsikan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III setelah dilakukan *effleurage massage*.

1.4 Manfaat Studi Kasus

1.4.1 Masyarakat

Mampu mengelola rasa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan cara penerapan *effleurage message*.

1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

- a. Sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang penerapan *effleurage massage* untuk mengurangi nyeri punggung terhadap ibu hamil trimester III.
- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang penerapan *effleurage massage* pada ibu hamil trimester III pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan keperawatan.

1.4.3 Bagi Perawat Dan Petugas Puskesmas

Memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan pelayanan keperawatan, khususnya studi kasus tentang penerapan *effleurage massage* untuk mengurangi nyeri punggung terhadap ibu hamil trimester III.