

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah dan fisiologis, dimana wanita yang memiliki organ reproduksi sehat yang telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan dengan seorang pria yang organ reproduksi nya sehat sangat besar kemungkinan akan mengalami kehamilan. Pada kehamilan khususnya pada Trimester III, yaitu nyeri dimana seiring bertambahnya usia kehamilan nyeri punggung pada ibu hamil akan bertambah karena pusat gravitasi bergeser akibat postur tubuhnya. Ketika usia kehamilan masuk bulan ke tujuh maka gejala yang dapat ditimbulkan biasanya nyeri terasa di punggung bawah , terkadang menjalar kebokong dan paha serta turun ke kaki. Hal ini disebabkan uterus yang membesar, membungkuk yang berlebihan, angkat beban yang berat, berjalan tanpa istirahat. Gejala nyeri punggung ini disebabkan oleh hormone esterogen dan progesterone yang mengendurkan sendi, ikatan tulang dan otot pinggul. Nyeri punggung bawah tertinggi terjadi pada Trimester ketiga kehamilan. Kehamilan yang berumur lebih dari 6 bulan akan menyebabkan perubahan pada organ dalam perut dan terjadi perubahan volume yang dihasilkan oleh uterus. Darah dan perut juga elastis megikuti perubahan janin dalam kandungan (Tono,Sendy, dkk., 2022).

Ketidaknyamanan yang dirasakan selama kehamilan disebabkan oleh perubahan adaptasi fisik dan mental yang terjadi. Pada trimester ketiga (antara minggu ke-28 hingga ke-42), ada beberapa ketidaknyamanan yang sering dialami, seperti nyeri punggung (70%), peningkatan frekuensi buang air kecil (50%), sembelit (40%), kram pada kaki (10%), dan sesak napas (60%) (Astuty, 2023). Di antara berbagai ketidaknyamanan ini, nyeri punggung adalah yang paling umum dirasakan oleh ibu hamil pada trimester ketiga. Penelitian mengungkapkan bahwa antara 25% hingga 90% wanita hamil mengalami nyeri punggung, dengan sekitar 50% di antaranya diperkirakan pasti akan mengalaminya. Menarik untuk dicatat bahwa 80% wanita hamil melaporkan bahwa nyeri punggung tersebut mengganggu kegiatan sehari-hari mereka, dan 10% dari mereka menyatakan tidak dapat bekerja karena rasa sakit yang dirasakan.

Berdasarkan informasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, terdapat 5.291.143 wanita hamil di Indonesia pada tahun 2018. Selain itu, menurut data dari Survei

Kesehatan Dasar 2018, tingkat keberadaan ibu hamil di Indonesia adalah 4,8%, yang sama dengan 590.984 ibu hamil di Provinsi Jawa Tengah (Muawanah, 2023).

Menurut laporan dari Dinas Kesehatan Kota Kupang di tahun 2022, ada 8.605 wanita hamil di Kota Kupang. Di Puskesmas Oepoi, jumlah wanita hamil yang berada di trimester ketiga mencapai 1.032 orang. (Dinas Kesehatan Kota Kupang, 2022)

Salah satu cara non-medis yang dapat mengurangi nyeri punggung adalah dengan menggunakan pijat prenatal *massage*. Menurut peneliti, prenatal *massage* dapat membuat ibu hamil menjadi lebih rileks dan senang, karena dengan dilakukan prenatal *massage* akan memperlancar sirkulasi darah ibu. Hal tersebut juga bisa mengurangi rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu hamil. Prenatal *Massage* dapat meredakan nyeri pada punggung, dalam hal ini peredaran darah ibu akan mengalir lancar yang dapat meredakan rasa sakit secara alami dalam kehamilan (Fithriyah, 2020).

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang telah dijelaskan, penulis merasa terdorong untuk melakukan penelitian mengenai nyeri punggung pada ibu hamil. Penelitian ini akan berjudul “Implementasi Terapi Prenatal Massage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Oepoi.”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana efektivitas terapi prenatal *massage* dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menilai perubahan skala nyeri punggung sebelum dan setelah dilakukan terapi prenatal *massage* pada ibu hamil.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mendeskripsikan gambaran asuhan keperawatan dengan prenatal *massage* sebagai intervensi keperawatan.
2. Mengidentifikasi skala nyeri ibu hamil sebelum intervensi.
3. Mengidentifikasi perubahan skala nyeri setelah intervensi.

#### 1.4. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang akan dicapai, maka penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dalam pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Sebagaimana manfaat penelitian ini sebagai berikut :

a. Manfaat Teoritis

Pada studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan tambahan bagi pengembangan ilmu keperawatan khususnya pada bidang ilmu keperawatan Maternitas yang berkaitan dengan penerapan terapi prenatal *massage* untuk mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini bermanfaat sebagai berikut :

1) Bagi Pasien

Pada penelitian ini diharapkan pasien dapat menambah pengetahuan serta informasi tentang penerapan terapi prenatal *massage* untuk mengurangi nyeri punggung.

2) Bagi perawat Maternitas

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi maupun masukan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dalam penerapan terapi prenatal *massage* pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.

3) Bagi Puskesmas

Hasil studi ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan evaluasi yang diperoleh dalam pelaksanaan praktek keperawatan yang tepat khususnya untuk memberi terapi prenatal *massage* pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.