

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan pertemuan antara sperma dan ovum, sedangkan masa kehamilan dimulai dari konsepsi hingga lahirnya bayi. Kehamilan trimester III merupakan waktu bagi seorang ibu untuk mempersiapkan baik secara fisiologis maupun psikologis dalam menghadapi persalinan dan menyusui bayi (Sukesi,2020). Nyeri pada punggung dapat terjadi kepada ibu kehamilan trimester III hal ini disebabkan oleh membesarnya rahim, dengan adanya pertumbuhan janin yang membuat tubuh ibu menjadi condong kedepan, hal ini membuat ibu harus dapat menyesuaikan dan mempertahankan keseimbangan yang akan mengakibatkan tubuh ibu menarik punggung supaya lebih kebelakang dan tulang punggung bagian bawah akan menjadi lordosis dan otot-otot tulang belakang memendek (Mafikasari dan Kartikasari, 2015).

Selain itu, nyeri punggung disebabkan oleh berat badan ibu yang semakin bertambah hal ini dikarenakan badan wanita meningkat 15 hingga 25 persen, hal ini menandakan beban yang lebih besar pada tendon, ligamen, dan persendian. Relaxin dan estrogen melonggarkan ligamen dengan demikian dapat menciptakan kecenderungan tambahan untuk cidera (Schroder, Kundt, Otte, Wendig, & Schober,2016). Selama kehamilan, beberapa perubahan biomekanik dan hormonal terjadi pada ibu hamil yang dapat mengubah kelengkungan tulang belakang, keseimbangan serta pola gaya berjalan. Hal ini dapat mempengaruhi kualitas hidup dengan meningkatnya nyeri punggung dan resiko jatuh. Dalam kasus ini kemungkinan adalah dampak dari sejumlah perubahan hormonal dan biomekanik yang terjadi selama kehamilan (Conder,Zamani, & Akrami,2019).

Hasil dari penelitian yang dilakukan pada ibu hamil diberbagai wilayah di Indonesia mencapai 60-80% ibu hamil mengalami nyeri punggung pada saat kehamilannya. Di Indonesia dalam penelitian survei awal yang di lakukan oleh Mafika Sari 2016 dari data kunjungan antenatal care trimester ketiga di poli RS Asri Paciran Lamongan pada bulan Januari sampai September 2016 sebanyak

325 orang terdapat 202 orang yang mengalami nyeri punggung. Di kota Cirebon, tercatat yang mengalami nyeri punggung pada ibu hamil sedang berkisar 59,1%, dan yang mengalami nyeri punggung ringan berkisar 63,6% (Mafika Sari & Kartika 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Kurnia,dkk (2017) yaitu sebelum dilakukan intervensi, ibu hamil yang mengalami nyeri ringan sebanyak 8%, nyeri sedang 58%, nyeri berat 35 %. Sedangkan setelah dilakukan tindakan pada ibu hamil yang mengalami nyeri ringan sebanyak 23 %, nyeri sedang 68% dan nyeri berat 8%.

Dampak nyeri punggung yang tidak segera diatasi dapat mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pascapartum dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan, selain itu dapat membuat ibu menjadi kehilangan konsentrasi, nafsu makan berkurang, gangguan pada tidur, kesulitan melakukan aktivitas santai lainnya (Eileen,2007).

Penanganan nyeri punggung saat kehamilan sangat diperlukan untuk mengurangi ketidaknyaman pada ibu, yaitu dengan terapi farmakologis seperti agen anti-inflamasi non steroid dan analgetik, dan terapi non farmakologis seperti memberikan relaksasi, distraksi, *massage*, serta imajinasi (Candra,2017). *Endorphin massage* merupakan suatu terapi sentuhan atau pijatan ringan yang penting diberikan kepada ibu hamil pada saat menjelang hingga saatnya melahirkan. Pijatan ini dapat merangsang tubuh dalam melepaskan senyawa endorphin yang merupakan zat pereda rasa nyeri dan dapat menciptakan perasaan nyaman. *Endorphin massage* dapat mulai diberikan pada usia kehamilan 36 minggu sampai menjelang persalinan. Manfaat dari endorphin massage sendiri yaitu membuat relaksasi dan mengurangi kesadaran nyeri dengan cara meningkatkan aliran darah ke area yang merasakan nyeri, menstimulus reseptor sensori di kulit dan otak, memberikan rasa senang yang berkaitan dengan kedekatan antar manusia, dapat menurunkan ketekiolamin endogen memberi rangsangan pada serat eferen yang membuat blok terhadap rangsangan nyeri (Puspasari,2019).

Berdasarkan data yang diuraikan di atas, maka dalam upaya mengalami nyeri punggung pada ibu hamil trimester III penulis ingin memberikan asuhan

dalam menangani nyeri punggung pada ibu, sehingga penulis tertarik membuat proposal laporan tugas akhir dengan judul Penerapan *Endorphin Massage* terhadap Penurunan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III.

Filosofi bidan dalam memberikan asuhan kebidanan yakni memiliki keyakinan tentang tujuan asuhan. Tujuan asuhan kebidanan untuk membantu dalam mengurangi nyeri punggung ibu. Asuhan berfokus pada : promosi kesehatan yang bersifat holistik (menyeluruh) diberikan secara kreatif dan fleksibel, supportif, peduli bimbingan, monitor dan pendidikan berpusat pada ibu dan suami. Asuhan berkesinambungan, sesuai dengan keinginan dan tidak otoriter serta menghormati pilihan ibu. Bidan dalam menjalankan tugasnya bukan hanya mencegah tapi bidan memberikan penatalaksanaan untuk menangani nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sesuai dengan perannya, maka penulis memilih metode *endorphin massage* dan penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sesuai dengan SOP. Harapan penulis agar ibu yang mengalami nyeri punggung dapat berkurang.

B. Rumusan Masalah

Nyeri punggung pada kehamilan merupakan ketidaknyamanan yang terjadi akibat pertumbuhan uterus yang menyebabkan postur ibu berubah, dan disebabkan karena pengaruh hormon relaksin terhadap ligamen. Nyeri punggung harus segera diatasi agar tidak berefek jangka panjang, dapat meningkatkan kecenderungan pada nyeri punggung postpartum dan nyeri punggung kronis yang akan sulit disembuhkan. Salah satu cara untuk mengatasi nyeri punggung dan meningkatkan kesehatan selama masa kehamilan yaitu dengan memberikan terapi *endorphin massage*. Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis merumuskan masalah yaitu “Bagaimana upaya asuhan kebidanan dengan terapi *endorphin massage* untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu hamil trimester III”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil yang mengalami masalah nyeri punggung dengan memberikan terapi *endorphin massage* berupa sentuhan atau pijatan lembut pada punggung ibu.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengumpulan data dasar ibu hamil pada Ny. M dalam penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
- b. Menginterpretasikan data dasar meliputi dianogsa pada Ny. M dalam penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
- c. Mengidentifikasi diagnosa atau masalah potensial yang terjadi pada Ny. M dengan penerapan *endorphin massage* dalam upaya mengurangi nyeri punggung.
- d. Mengidentifikasi dan menetapkan kebutuhan yang memerlukan penanganan segera pada Ny. M dalam penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
- e. Merencanakan tindakan yang menyeluruh pada Ny. M dalam penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
- f. Melaksanakan perencanaan pada Ny. M penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
- g. Mengevaluasi hasil asuhan kebidanan pada Ny. M dalam penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
- h. Mendokumentasikan hasil asuhan kebidanan pada Ny. M dalam penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

D. Manfaat

1. Teoritis

Bagi Institusi Pendidikan digunakan sebagai bahan kajian terhadap materi asuhan kebidanan dan sebagai referensi bagi mahasiswa dalam memahami mengenai pelaksanaan Asuhan Kebidanan pada ibu hamil yang memiliki masalah nyeri punggung.

2. Aplikatif

a. Bagi Klien

Menambah wawasan dan informasi tentang penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, sehingga jika terjadi masalah dikemudian hari klien dapat menerapkannya sendiri.

b. Bagi PMB

Sebagai bahan masukan agar dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan melalui pendekatan manajemen asuhan kebidanan terhadap penerapan *endorphin massage* terhadap upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

c. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan dan meningkatkan kemampuan penulis serta mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkan tentang penatalaksanaan asuhan kebidanan, sehingga dapat merencanakan dan melakukan asuhan secara berkelanjutan dan dapat memecahkan permasalahan serta mengevaluasi asuhan yang diberikan.

d. Bagi Institusi Pendidikan DIII Kebidanan Tanjung Karang

Manfaat bagi institusi pendidikan adalah dapat dijadikan sumber referensi penerapan asuhan kebidanan dengan menggunakan metode alamiah yaitu *endorphin massage* sebagai upaya mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

E. Ruang Lingkup

Asuhan Kebidanan pada ibu hamil diberikan terhadap ibu hamil trimester III dengan keluhan nyeri punggung pada Ny. M G3P2A0 dengan memberikan asuhan berupa penerapan *endorphin massage*. Penatalaksanaan pada tanggal 14-18 Maret 2022 dengan memberikan terapi sentuhan atau pijatan yang diberikan kepada ibu hamil pada area bahu hingga tangan, punggung, punggung hingga bokong, bagian paha ibu, serta tulang ekor. Terapi ini dilakukan setiap hari lima kali dalam satu minggu selama 20 menit. Penatalaksanaan menggunakan tujuh langkah varney dan melakukan pendokumentasian dengan metode SOAP. Tempat pelaksanaan di PMB Emalia Desa Penengahan, Kec. Penengahan, Kab. Lampung Selatan.