

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa kehamilan adalah masa yang berharga pada periode kehidupan seorang wanita. Masa ini berlangsung selama 40 minggu atau 9 bulan menurut kalender internasional dimulai sejak periode menstruasi terakhir wanita dan berakhir pada proses bayi dilahirkan. Masa kehamilan dibagi dalam 3 trimester yaitu trimester I yang berlangsung selama 12 minggu, trimester II yang berlangsung selama 15 minggu dan trimester III selama 13 minggu (Aprilia, 2017).

Trimester III adalah periode kehamilan memasuki usia 27- 40 minggu dan sering disebut dengan masa waspada (Widatiningsih & Dewi,2017). Pada masa kehamilan trimester III ibu banyak merasakan perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Perubahan ini meliputi perubahan psikologis dan perubahan fisiologis yang menimbulkan keluhan sehingga ibu menjadi kurang menikmati masa kehamilannya (Harsono,2013).

Perubahan fisiologis ibu trimester III yang paling tampak adalah perubahan postur tubuh. Perubahan postur tubuh ini disebabkan oleh ukuran janin yang semakin membesar seiring usia kehamilan. Pembesaran pada janin ibu menyebabkan bahu tertarik ke belakang dan punggung berperan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh sehingga timbul nyeri pada punggung (Johnson, 2014).

Nyeri punggung (back pain) merupakan rasa seperti ditusuk-tusuk yang terjadi pada sendi dan otot bagian tulang panggul dan punggung bagian bawah. Nyeri ini terjadi akibat punggung yang bertugas untuk menopang tubuh yang mengalami penambahan berat badan (Rahmatullah & Kurniawan, 2019). Nyeri punggung dapat juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti posisi tidur, kehamilan kembar, riwayat nyeri dan kegemukan ( Sinclair, 2014).

Nyeri punggung yang tidak diatasi dapat mengakibatkan nyeri punggung kronis (Bull & Archard, 2009). Selain itu dampak nyeri punggung adalah gangguan saat tidur, kehilangan konsentrasi, nafsu makan berkurang dan kesulitan melakukan aktivitas santai lainnya. Hal-hal tersebut dapat menyebabkan

timbulnya rasa ketidaknyamanan pada ibu sehingga ibu hamil merasa stres (Lebang, 2015).

Upaya menangani nyeri punggung ada dua upaya yaitu Upaya non-farmakologis dan farmakologis. Upaya non-farmakologis lebih direkomendasikan karena meminimalisir efek samping negatif yang ditimbulkan, dibandingkan menggunakan upaya farmakologis yang menggunakan obat-obatan. Salah satu cara meredakan nyeri punggung non-farmakologis adalah pijat endorfin. Pijat endorfin merupakan terapi sentuhan atau pijatan ringan yang diberikan pada wanita hamil saat menjelang kelahiran sampai saat melahirkan (Antik et al, 2017). Hal ini dikarenakan sentuhan atau pijatan dapat merangsang tubuh untuk mengeluarkan zat endorfin yang merupakan zat pereda rasa sakit dan menciptakan rasa nyaman (Firiana & Putri, 2017).

Endorfin Massage salah satu metode sentuhan ringan yang digunakan untuk mengurangi rasa sakit. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk merangsang senyawa Endorfin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan rasa nyaman, menstimulus reseptor sensori di kulit dan di otak, merangsang pelepasan pada Endorfin, menurunkan Katekiolamin Endogen memberi rangsangan pada saat Eferen yang membuat blok terhadap rangsang nyeri( Aprilia, 2017). Menurut Saudi Baiq Eka (2018) terapi Endorfin Massage dilakukan setiap hari selama 5 hari dilakukan selama 20 menit. (Dwi Handayani, Juliana , Raisha Octavariny, Desideria Yosepha Ginting, 2021).

Hasil penelitian nyeri punggung bawah pada ibu hamil di Indonesia dan di Bali belum dipastikan. 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 dekade (Fitrina, 2018). Kejadian nyeri punggung bawah pada ibu hamil berdasarkan penelitian Hakiki (2015) 47% mengalami nyeri tulang belakang dari 180 ibu hamil yang diteliti. Ulfah (2017) menemukan 58.1% ibu hamil mengeluh nyeri punggung dengan rincian nyeri sedang (29.0%), nyeri ringan (22.6%), dan nyeri berat (6.5%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ulfah (2017), penelitian selanjutnya dilakukan Permatasari (2019) pada ibu hamil yang mengalami nyeri

punggung bawah 73,33% mengalami nyeri sedang, sedangkan yang mengalami nyeri ringan (10%) dan berat (16,67%).

Penyebab nyeri punggung bawah dari sudut pandang biomedik akibat perpindahan pusat gravitasi ke depan, tekanan gravitasi uterus pada pembuluh besar mengurangi aliran darah pada tulang belakang dan menyebabkan nyeri punggung terutama pada masa akhir kehamilan (Carvalho, 2017). Kelonggaran sendi yang diakibatkan peningkatan hormon relaksin yang secara bertahap meningkat dan menetap di akhir kehamilan dipertimbangkan salah satu etiologi nyeri punggung bawah dan nyeri pinggul pada pasien hamil (Casagrande, 2015).

Alasan penulis mengambil judul ini karena jika nyeri punggung tidak segera diatasi maka akan menimbulkan rasa cemas dan ketidaknyamanan yang dirasakan ibu dan ini menyebabkan ibu tidak bahagia dan nyaman atas kehamilannya. 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 (Katonis, 2011). 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.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh penulis pada bulan Juni 2022 di PMB Lisnani Ali, S.ST memperoleh data 2 ibu hamil dari 5 ibu hamil yang kurang pengetahuan tentang cara menangani nyeri punggung yang dialami dan menimbulkan rasa tidak nyaman dan cemas.

Berdasarkan fenomena di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui “Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil trimester III Pada Ny. A di PMB Lisnani Ali, S.ST.

## **B. Rumusan Masalah**

Nyeri punggung bagi ibu hamil menimbulkan rasa tidak nyaman yang akhirnya menyebabkan ibu cemas. Apa bila hal ini dibiarkan maka akan menyebabkan ibu stres dan trauma akan kehamilan. Untuk mengurangi rasa nyeri punggung pada punggung ibu hamil trimester III harus ditangani dengan penanganan yang tepat. Maka dari pemaparan tersebut muncul asuhan kebidanan "Pengaruh endorphin massage terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III?".

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan penatalaksanaan endorphin massage terhadap penurunan intensitas nyeri punggung ibu hamil trimester III, teknik pengumpulan data mengacu pada 7 langkah varney dengan metode SOAP.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian dari identitas klien, anamnesa, dan pemeriksaan fisik di PMB Dengan pendekatan manajemen kebidanan dengan pola pikir varney dan dituangkan dalam bentuk SOAP
- b. Melakukan interpretasi data diagnose masalah dan kebutuhan pada Ny. A di PMB Lisnani Ali, S.ST
- c. Mengidentifikasi masalah potensial pada Ny. A di PMB Lisnani Ali, S.ST
- d. Menetapkan kebutuhan yang memerlukan penanganan segera pada Ny. A di PMB Lisnani Ali, S.ST
- e. Merencanakan tindakan menyeluruh sesuai dengan pengkajian data pada Ny. A di PMB Lisnani Ali, S.ST
- f. Melaksanakan tindakan-tindakan pada Ny A di PMB Lisnani Ali, S.ST
- g. Melakukan evaluasi keefektifan hasil asuhan kebidanan terhadap Ny A di PMB Lisnani Ali, S.ST
- h. Melakukan pendokumentasian hasil asuhan dalam bentuk SOAP yang telah diberikan atau dilaksanakan terhadap Ny. A di PMB Lisnani Ali, S.ST

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan, wawasan dan referensi bagi perkembangan ilmu kebidanan dan juga dapat digunakan sebagai bahan perbandingan antara teori yang didapat dengan praktik langsung dilapangan dalam memahami pelaksanaan asuhan kebidanan terhadap ibu hamil tentang teknik endorphin massage untuk mengurangi nyeri pada punggung pada ibu hamil trimester III.

##### 2. Manfaat Aplikatif

- a. Bagi Prodi DIII Kebidanan Tanjung Karang Studi kasus ini dapat dijadikan sebagai bahan pustaka tambahan bagi Poltekkes Tanjungkarang, khususnya program studi DIII Kebidanan.
- b. Bagi Penulis Lain Diharapkan dapat meningkatkan kemampuan penulis lainnya dan dapat menggali serta wawasan serta mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkan tentang penatalaksanaan asuhan kebidanan berdasarkan diagnosa yang telah ditetapkan sehingga dapat merencanakan dan melakukan asuhan dan dapat memecahkan permasalahan serta mengevaluasi hasil asuhan yang telah diberikan.

#### **E. Ruang Lingkup**

Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III yang bertempat di PMB Lisnani Ali, S.ST Bandar Lampung, dengan sasaran studi kasus yang ditunjukkan kepada ibu hamil trimester III dengan penerapan pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III pada bulan Juli 2022.