

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Dasar Kasus**

##### **1. Nyeri punggung**

###### **a. Definisi nyeri punggung**

Nyeri punggung pada bagian bawah terjadi pada area lumbosacral karena berat uterus semakin membesar sehingga adanya lengkungan punggung, mengakibatkan otot punggung meregang sehingga menimbulkan rasa nyeri yang di sebabkan oleh sikap tubuh yang salah sehingga memicu lengkung lumbar (lordosis).

Nyeri punggung pada bagian bawah biasanya akan meningkat seiring dengan penambahan usia kehamilan jika tidak dilakukan mekanika tubuh yang baik dan benar.

Seiring dengan membesar nya uterus maka pusat gravitasi pada wanita hamil akan berpindah kearah depan perpindahan ini akan menyebabkan ibu harus menyesuaikan posisi berdirinya. Nyeri punggung merupakan gangguan yang banyak dialami oleh ibu hamil sepanjang masa kehamilan hingga periode pasca natal. (Megasari, 2015)

###### **b. Etiologi nyeri punggung**

Secara umum, nyeri punggung yang terjadi pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu perubahan postur tubuh selama kehamilan, hal ini sejalan dengan bertambahnya berat badan

secara bertahap selama kehamilan, pengaruh hormonal pada struktur ligamen, pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan dan jika dikombinasikan dengan peregangan otot abdomen yang lemah, hal ini sering mengakibatkan lekungan pada tulang lumbal, aktivitas selama kehamilan juga menjadi faktor terjadinya nyeri punggung selama kehamilan, banyak tugas rumah tangga seperti menyetrika atau menyiapkan makanan yang dapat dilakukan dalam posisi duduk, bukan berdiri tetapi dilakukan dengan berdiri dalam waktu yang lama, termasuk jika ibu hamil harus mengangkat objek berat maka terjadi tegangan pada otot panggul, semua gerakan berputar sambil mengangkat (Diane M Fraser, 2009).

**c. Gejala nyeri punggung**

Nyeri tingkat keparahannya sangat dipengaruhi oleh pendapat pribadi dan keadaan saat nyeri tersebut terjadi. Gejala-gejala nyeri punggung dapat sangat bervariasi dari satu orang ke orang yang lain.

Gejala tersebut meliputi:

- 1) Sakit
- 2) Kekakuan
- 3) Rasa baal (mati rasa)
- 4) Kelemahan
- 5) Rasa kesemutan (seperti di tusuk peniti dan jarum)

Nyeri punggung tersebut dapat menjalar ke bokong, namun juga dapat menjalar turun ke tungkai bawah kaki. Bila bertambah nyeri bertambah berat atau berlangsung dalam waktu yang lama, maka

dapat mengalami kesulitan buang air kecil, kesulitan tidur, masalah seksual, dan depresi.( Dr Graham Archad,2007).

#### d. Pengukuran skala nyeri

- 1) Skala nyeri berdasarkan ekspresi wajah (Wong Baker Facial Gramace Scale)

Skala nyeri ini tergolong mudah untuk dilakukan karena hanya dengan melihat ekspresi wajah pasien pada saat bertatap muka tanpa kita menanyakan keluhannya. Skala Nyeri ini adalah skala kesakitan yang dikembangkan oleh Donna Wong dan Connie Baker. Skala ini menunjukkan serangkaian wajah mulai dari wajah gembira pada 0, “Tidak ada nyeri ” sampai wajah menangis di skala 10 yang menggambarkan “nyeri berat”. (Kurniati, 2019)



*Gambar 2.1 Skala nyeri wajah*

Saat menjalankan prosedur ini, pasien diminta untuk memilih wajah yang kiranya paling menggambarkan rasa nyeri yang sedang mereka alami. Penilaian skala nyeri ini dianjurkan untuk usia 3 tahun ke atas.

Pasien yang mampu mengkomunikasikan secara verbal dan menggambarkan lewat ekspresi sehingga untuk klien jenis ini menggunakan skala peringkat Wong Baker Faces Pain Rating

Scale. Skala wajah mencantumkan skala angka dalam setiap ekspresi nyeri sehingga intensitas nyeri dapat di dokumentasikan (Mohammad Judha, 2012: 35)

Skala nyeri berdasarkan raut wajah dibagi menjadi :

Raut wajah pertama : tidak ada nyeri yang dirasakan pasien masih bisa tersenyum.

Raut wajah kedua : sedikit nyeri yang dirasakan pasien dengan ekspresi wajah sedikit senyum.

Raut wajah ketiga : nyeri, ekspresi wajah pasien seperti meringis.

Raut wajah keempat : nyeri sedikit lebih parah, ekspresi wajah pasien seperti orang sedih.

Raut wajah kelima : nyeri cukup parah, wajah pasien seperti sedih dan seperti ingin menangis.

Raut wajah keenam : nyeri sangat parah, ekspresi wajah pasien seperti orang yang sangat sedih dan sampai menangis.

Skala nyeri 0-10 (comparative pain scale)

0 : Tidak ada rasa sakit , normal

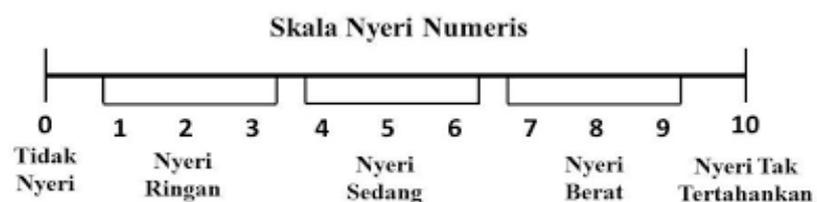
1 : Nyeri hamper tidak terasa (sangat ringan) seperti di gigit oleh nyamuk

2 : Nyeri ringan (tidak menyenangkan) seperti terasa di cubit

3 : Nyeri sangat terasa seperti hidung di pukul

- 4 : Kuat, nyeri yang dalam seperti di gigit lebah
- 5 : Kuat,dalam,dan nyeri menusuk seperti terkilir
- 6 : Kuat,dalam,dan nyeri yang menusuk kuat lalu mempengaruhi panca indra
- 7 : Menyebabkan sulit untuk berkomunikasi dengan baik
- 8 : Nyeri sampai sulit untuk berfikir jernih
- 9 : Nyeri begitu kuat sehingga tidak bisa di toleransi
- 10 : Nyeri sangat kuat hingga tidak sadarkan diri

## 2) Numeris Rating Scale (NRS)



*Gambar 2.2 Skala nyeri numeris*

Numeris Rating Scale (NRS) ini didasari pada skala angka 1-10 untuk menggambarkan kualitas nyeri yang dirasakan pasien. NRS diklaim lebih mudah dipahami, lebih sensitif terhadap jenis kelamin, etnis, hingga dosis. NRS juga lebih efektif untuk mendeteksi penyebab nyeri akut.

Namun, kekurangannya adalah keterbatasan pilihan kata untuk menggambarkan rasa nyeri, tidak memungkinkan untuk membedakan tingkat nyeri dengan lebih teliti dan dianggap terdapat jarak yang sama antar kata yang menggambarkan efek

analgesik. Skala numeris dari 0 hingga 10, nol (0) merupakan keadaan tanpa atau bebas nyeri, nilai 1-3 merupakan nyeri ringan, Nyeri sedang dinilai dengan angka 4-6 jika pasien masih bisa mengikuti instruksi tetapi menunjukkan gejala-gejala nyerinya. Nilai 7-9 merupakan nyeri berat yang ditandai dengan pasien yang masih bisa menunjukkan daerah nyeri dan masih merespon tindakan tetapi sulit mengikuti arahan. Sedangkan sepuluh (10) diberikan untuk menjelaskan nyeri hebat dimana pasien sudah tidak mampu menerima perintah maupun berkomunikasi (Yolan, 2010).

**e. Penyebab nyeri punggung**

Nyeri punggung selama kehamilan dapat diperburuk karena postur tubuh yang buruk, berdiri atau membungkuk dalam waktu yang lama, duduk di kursi yang tidak memiliki sandaran punggung, tidur pada kasur yang tidak sesuai, mengemudi dalam waktu yang lama tanpa istirahat, mengangkat, menjingjing, mendorong atau menarik beban yang terlalu berat (Bull dan Archart, 2007).

Ada beberapa hal yang menyebabkan sakit punggung pada Ibu hamil, diantaranya adalah :

a) Perubahan Hormon

Hormon progesteron dan relaxin yang dilepaskan merangsang ligamen, serviks dan persendian melunak serta melonggar sebagai persiapan persalinan. Pelunakan ini juga mempengaruhi dukungan yang diberikan pada tulang belakang Ibu dan menyebabkan rasa sakit.

b) Pertambahan berat badan

Ibu hamil yang sehat akan mengalami kenaikan berat badan. Tulang belakang yang bertugas menopang tubuh akan terbebani dengan pertambahan berat ini. Hal ini menimbulkan rasa sakit pada panggul dan punggung, khususnya punggung bagian bawah.

c) Pertambahan berat bayi

Bayi bertumbuh dengan pesat memaksa tulang belakang ibu harus menopang berat badan yang juga semakin bertambah dan berat bayi yang bertambah berat juga memberi tekanan pada saraf.

d) Perubahan postur tubuh

Kehamilan bisa menggeser titik berat atau pusat gravitasi tubuh, sehingga postur tubuh, cara berjalan, cara duduk, dan posisi tidur berubah. Selain itu, postur tubuh yang salah, berdiri terlalu lama, tidur terlentang, dan membungkuk untuk mengambil benda juga dapat memperparah sakit punggung.

e) Stres saat hamil

Stress saat sedang hamil baik stres fisik maupun emosional, dapat menyebabkan ketegangan otot di punggung. Ditambah lagi efek hormon relaksin yang melemaskan persendian dan ligamen. Saat stres meningkat, sangat mungkin punggung akan terasa semakin nyeri.

f) Sering mengalami nyeri punggung sebelum kehamilan

Ibu yang telah memiliki masalah punggung sebelumnya berisiko lebih tinggi untuk merasakan sakit punggung bahkan dapat terjadi pada awal kehamilan.

Sebagian besar kasus nyeri punggung pada ibu hamil dikarenakan masalah body mekanik yang salah dan kurang baik, Sehingga nyeri punggung semakin sering di rasakan.

**f. Dampak nyeri punggung**

Dampak dari nyeri punggung dalam masa kehamilan adalah ibu akan mengalami gangguan tidur yang menyebabkan kelelahan dan iritabilitas serta ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas. Hal tersebut akan menyebabkan janin menjadi fetal distress dimana keadaan ibu sangat erat kaitannya dengan kondisi janin yang di kandungnya, menghambat mobilitas, yang sudah mempunyai anak akan menghambat merawat anak. Selain itu nyeri dapat mempengaruhi pekerjaan ibu dan apabila pekerjaan ibu tidak dapat tersesuaikan, ia mungkin harus cuti melahirkan lebih cepat dari yang di perkirakan.(Megasari,2015)

**g. Cara mengatasi nyeri punggung**

Cara untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil bisa dilakukan dengan berbagai cara, yang utama yaitu dengan :

1) Body mekanik

a) Pengertian body mekanik Body mekanik merupakan penggunaan tubuh yang efisien, terkoordinir dan aman untuk

menghasilkan pergerakan dan mempertahankan keseimbangan selama aktivitas. Mekanika tubuh adalah usaha koordinasi muskuloskeletal dan sistem saraf untuk mempertahankan keseimbangan tubuh yang tepat (Alimul,aziz.2006)

Mekanika tubuh dan ambulasi merupakan bagian dari kebutuhan aktivitas manusia. meliputi pengetahuan tentang cara kerja kelompok otot tertentu yang digunakan untuk menghasilkan dan mempertahankan gerakan secara aman untuk membentuk postur tubuh/bentuk tubuh yang benar.(Potter dan Perry,2006)

Body mekanik mempunyai tiga elemen dasar, yaitu :

- (1) *Body alignment* (postur tubuh) merupakan susunan geometrik bagian-bagian tubuh dalam hubungannya dengan bagian tubuh yang lain.
- (2) *Balance* (keseimbangan) merupakan keseimbangan tergantung pada interaksi antar pusat gravitasi, line gravitasi dan base of support.
- (3) *Coordinated body movement* (gerakan tubuh yang terkoordinasi) dimana body mekanik berinteraksi dalam fungsi muskuloskeletal dan sistem saraf.

Sebelum melakukan mekanika tubuh, terdapat beberapa pergerakan dasar yang harus di perhatikan, sebagai berikut :

(1) Gerakan (ambulating)

Gerakan yang benar akan membantu mempertahankan keseimbangan tubuh. Misal, orang yang berdiri akan lebih mudah stabil dibanding orang yang berjalan, karena pada posisi berjalan terjadi perpindahan dasar tumpuan dari sisi satu ke sisi yang lain.

(2) Menahan (squatting)

Dalam menahan sangat di perlukan dasar tumpuan yang tepat untuk mencegah kelainan tubuh dan memudahkan gerakan yang akan dilakukan.

(3) Menarik (pulling)

Beberapa hal yang perlu diperhatikan sebelum menarik benda, diantaranya ketinggian, letak benda, posisi kaki dan tubuh sewaktu menarik (seperti mencondong ke depan dari panggul), sodorkan telapak tangan dan lengan atas di bawah pusat gravitasi, lengan atas dan siku di letakkan pada permukaan tempat tidur lalu lakukan penarikan.

(4) Mengangkat (lifting)

Mengangkat merupakan pergerakan daya tarik. Gunakan otot-otot besar dari tumit, paha bagian atas dan kaki bagian bawah, perut dan pinggul untuk mengurangi rasa sakit pada daerah tubuh bagian belakang.

(5) Memutar (pivoting)

Memutar gerakan untuk memutar anggota tubuh dan bertumpu pada tulang belakang.

b) faktor yang dapat mempengaruhi mekanika tubuh :

(1) status kesehatan

perubahan status kesehatan dapat dipengaruhi oleh system musculoskeletal dan system saraf berupa penurunan koordinasi sehingga dapat mempengaruhi mekanika tubuh.

(2) Pengetahuan

Pengetahuan yang baik terhadap mekanika tubuh akan mendorong seseorang untuk mempergunakannya secara benar, sehingga akan mengurangi energi yang dikeluarkan.

(3) Situasi dan kebiasaan

Misalnya mengangkat benda-benda berat

(4) Gaya hidup

Perubahan pola hidup seseorang akan menyebabkan stres, sehingga akan menimbulkan kecerobohan dalam beraktifitas, sehingga dapat mengganggu koordinasi antara sistem musculoskeletal dan neurologi yang akhirnya akan mengakibatkan perubahan mekanika tubuh.

(5) Emosi

Seseorang yang mengalami perasaan tidak aman, tidak bersemangat, dan harga diri yang rendah, akan mudah

mengalami perubahan dalam mekanika tubuh dan ambulansi.

(6) Nutrisi

Kekurangan nutrisi bagi tubuh dapat menyebabkan kelemahan otot dan memudahkan terjadinya penyakit.

c) Tujuan & Manfaat body mekanik

Tujuan utama body mekanik adalah untuk memfasilitasi keamanan dan efisiensi penggunaan sesuai dari otot-otot. Dan untuk mengurangi juga mencegah keluhan nyeri punggung dan membentuk aktivitas sehari-hari yang aman selama kehamilan maka perlu mekanika tubuh (body mekanik) yang benar. Mekanika tubuh (body mekanik) pada ibu hamil yaitu posisi tubuh yang baik untuk menyesuaikan perubahan tubuh pada ibu hamil. (Pusdiknakes: 2005).

Body mekanik akan memfasilitasi pergerakan tubuh yang memungkinkan mobilisasi fisik tanpa terjadi ketegangan otot dan penggunaan kekuatan otot yang berlebihan. Oleh karena itu mekanika tubuh yang tepat mengurangi risiko cedera muskuloskeletal termasuk daerah vertebra yang akan menyebabkan nyeri punggung atau nyeri tulang belakang. (Lina dan ernawati.2020)

d) Akibat body mekanik yang buruk

dampak yang dapat di timbulkan dari penggunaan mekanika tubuh yang salah adalah sebagai berikut:

- (1) Terjadi ketegangan sehingga timbulnya kelelahan dan gangguan sistem musculoskeletal.
- (2) Resiko terjadinya kecelakaan pada sistem musculoskeletal seseorang yang salah dalam berjongkok atau berdiri maka akan memudahkan terjadinya gangguan dalam struktur musculoskeletal misal kelainan dalam tulang vertebrata.

Postur adalah posisi tubuh ketika kita berdiri, duduk, atau berbaring pada ibu hamil terjadi perubahan body mekanik sehubungan dengan berubahnya titik tumpu pada ibu hamil.

Hal ini terutama karena bertambahnya berat badan yang diperoleh selama kehamilan dan menyebabkan pusat gravitasi ibu hamil menggeser ke depan yang menghasilkan kelengkungan tulang belakangnya.

e) Mekanika tubuh yang benar pada ibu hamil

Sikap tubuh yang benar untuk ibu hamil dalam beraktivitas yang perlu diperbaiki untuk mengurangi nyeri pada punggung, Dengan cara menerapkan body mekanik senyaman mungkin. Beberapa sikap tubuh yang perlu di perhatikan dan di perbaiki adalah :

## (1) Cara duduk yang benar :

Duduk dengan punggung dan bahu yang lurus. Pantat harus menyentuh sandaran kursi dengan posisi punggung tegak. Payudara harus mengarah lurus ke depan atau sedikit ke atas dan tidak boleh bertumpu pada perut. Kaki harus terpisah sehingga perut tidak tertekan.



*Gambar 2.3 cara duduk yang benar*

## (2) Cara berdiri yang benar setelah duduk

Melakukan gerakan panggul ke arah depan secara perlahan tanpa menggerakkan bahu dan, condongkan tubuh ke depan dan jaga punggung agar tetap lurus, kemudian, mulailah berdiri secara perlahan tanpa membungkukkan punggung sampai benar-benar berdiri dengan posisi tegak lurus.



*Gambar 2.4 cara berdiri yang benar setelah duduk*

(3) Cara berdiri yang benar

Kepala tegak dengan dagu masuk jangan miring ke depan, ke belakang, atau ke samping. Pastikan daun telinga sejajar dengan tengah bahu dan juga jauhkan tulang belikat kebelakang dan dada depan.



Gambar 2.5 cara berdiri yang benar

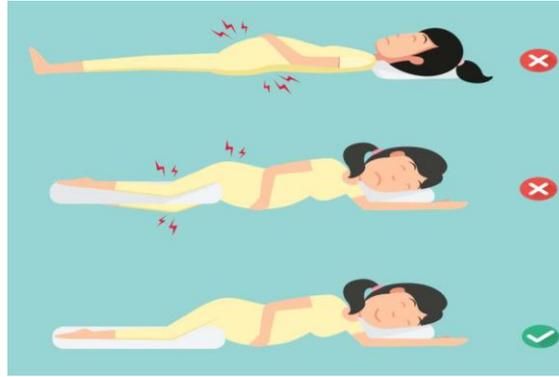
(4) Cara berjalan yang benar

hindari medan berat seperti menanjak atau tidak rata. Karena dapat mengganggu keseimbangan ibu hamil. Mendekati persalinan, boleh berjalan kaki sebagai bentuk olahraga ringan, Ada baiknya saat hamil menghindari menggunakan sepatu hak tinggi dan bertumit runcing karena ibu hamil mudah kehilangan keseimbangan.

(5) Posisi tidur ibu hamil

Posisi tidur pada ibu hamil dengan menggunakan bantal harus di bawah kepala dan ketebalan yang memungkinkan kepala dalam posisi normal untuk menghindari punggung tegang. Tidurlah dengan posisi yang membantu mempertahankan kurva punggung ibu, hindari tidur

tengkurap, pilih kasur yang rata dan di sarankan untuk tidur miring ke sisi kiri karena dapat meringankan nyeri punggung, sehingga janin mendapat aliran darah, nutrisi dan oksigen yang optimal.



*Gambar 2.6 posisi tidur ibu hamil*

(6) Bangun dari berbaring

Untuk bangun dari berbaring, geserkan tubuh lalu gerakkan lutut dan kaki Anda ke bagian tepi tempat tidur gunakan lengan sebagai penopang saat tubuh Anda ke posisi duduk ayunkan kaki ke sisi samping tempat tidur. Tarik nafas sebelum berdiri untuk menghindari rasa mual, pusing dan akan mencegah nyeri punggung yang di rasakan bertambah parah.



*Gambar 2.7 bangun dari berbaring*

(7) Cara mengangkat dan mengambil benda yang benar

Sebelum mengangkat benda pastikan pijakan kaki cukup kokoh dan punggung tetap tegak. Untuk mengambil benda yang lebih rendah dari pinggang, jaga punggung lurus dan tekuk lutut dan pinggul lalu membungkuklah. Jangan membungkuk ke depan pada pinggang dengan lutut lurus karena akan beresiko terjatuh.

2) Pijat

Pijat bagian tubuh belakang bawah sering dapat membantu menghilangkan lelah dan sakit otot pada nyeri punggung. Cobalah mencondongkan tubuh ke depan disandarkan kursi dan berbaring menyamping. Pasangan anda bias dengan lembut memijat otot-otot sisi tulang belakang atau berkonsentrasi pada punggung bawah.

3) Mandi dengan menggunakan air hangat

Mandi air hangat, menempelkan paket bungkus berisi air panas atau pancuran air hangat yang diarahkan pada punggung bisa membantu masalah dengan nyeri punggung.

4) Akupuntur dan akupresur

Meski pengobatan akupuntur dan akupresur alternatif, tetapi ibu hamil cukup terbantu dengan terapi ini, karena dapat melancarkan peredaran darah diseluruh tubuh. Para terapis akupuntur dapat menghilangkan rasa sakit di punggung dengan cara tersebut. Teknik akupresur merupakan teknik menekan titik

tubuh dengan menggunakan jari. Memiliki teknik dan titik yang sama dengan teknik akupuntur, sehingga untuk mempermudah dalam penanganan keluhan ibu hamil.

## **2. Pengertian Kehamilan**

Kehamilan adalah proses yang alamiah dimana terdapat janin di dalam Rahim seorang wanita setelah bertemunya ovum dan spermatozoa lalu tumbuh dan berkembang di dalam uterus. (Nugroho dan Utama, 2014)

Masa kehamilan yaitu dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 triwulan pertama dimulai dari konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan. (Prawiharjo, 2014:89).

## **3. Masalah kehamilan fisiologis**

- a. Masalah kehamilan yang banyak di alami pada trimester pertama adalah mual dan muntah. Mual dan muntah dipengaruhi perubahan hormon sehingga organ pencernaan bekerja lebih lama untuk mengatasinya yaitu dengan makan sedikit namun sering dan juga hindari makanan yang berbau sangat tajam.
- b. Masalah kehamilan yang sering di alami di trimester kedua biasanya kebanyakan merasakan kram kaki dan varises untuk itu lakukan olahraga ringan dan teratur untuk melancarkan peredaran darah dan juga hindari untuk duduk menyilang atau kompres dengan menggunakan air hangat.

- c. Masalah kehamilan yang sering di alami di trimester ketiga biasanya disebabkan oleh Rahim yang terus membesar lalu menekan diafragma sehingga dapat terasa sesak. Latihan bernafas yang dalam secara teratur dapat memenuhi kebutuhan oksigen dan juga membuat rileks otot pernafasan. Tidur miring ke arah kiri pula bisa membantu ibu mengurangi keluhan sesak nafas.

Pada trimester ketiga uterus yang terus membesar menyebabkan punggung lordosis dan terjadi lengkungan punggung lalu peregangan otot itu menimbulkan rasa nyeri, Hal tersebut yang menyebabkan ibu hamil banyak memiliki keluhan nyeri bagian punggung, untuk itu disarankan untuk menghindari duduk dan berdiri terlalu lama karena menambah tumpuan beban di punggung dan sangat di perlukan untuk melakukan penerapan body mekanik yang baik dan benar.

## **B. Kewenangan bidan terhadap kasus tersebut**

1. Berdasarkan UU RI Nomor 4 tahun 2019 tentang kebidanan pasal 47 bagian ke dua ayat 1 tentang tugas dan wewenang bidan, Dalam menyelenggarakan Praktik Kebidanan,  
Bidan dapat berperan sebagai:
  - a. pemberi Pelayanan Kebidanan;
  - b. pengelola Pelayanan Kebidanan;
  - c. penyuluh dan konselor;
  - d. pendidik, pembimbing, dan fasilitator klinik;
  - e. penggerak peran serta masyarakat dan pemberdayaan perempuan; dan/atau

f. peneliti.

(2) Peran Bidan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

2. Berdasarkan UU RI Nomor 4 tahun 2019 tentang kebidanan pasal 49 bagian ke dua paragraf 1 tentang tugas dan wewenang bidan, mengatakan bahwa dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam pasal 46 ayat (1) huruf d, bidan berwenang:

- a. Memberikan Asuhan Kebidanan pada masa sebelum hamil;
- b. Memberikan Asuhan Kebidanan pada masa kehamilan normal;
- c. Memberikan Asuhan Kebidanan pada masa persalinan dan menolong persalinan normal;
- d. Memberikan Asuhan Kebidanan pada masa nifas;
- e. Melakukan pertolongan pertama kegawatdaruratan ibu hamil, bersalin, nifas, dan rujukan; dan
- f. Melakukan deteksi dini kasus resiko dan komplikasi pada masa kehamilan, masa persalinan, pasca persalinan, masa nifas, serta asuhan pasca keguguran dan dilanjutkan dengan rujukan.

### **C. Hasil penelitian terkait**

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ummah (2012) dengan metode observasional analitik tentang “Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil 41 Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan Volume 7 Nomor 1 Februari 2020 Ditinjau Dari Body Mekanik dan Paritas di Desa Ketanen Kecamatan Paceng Kabupaten Gresik” hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan

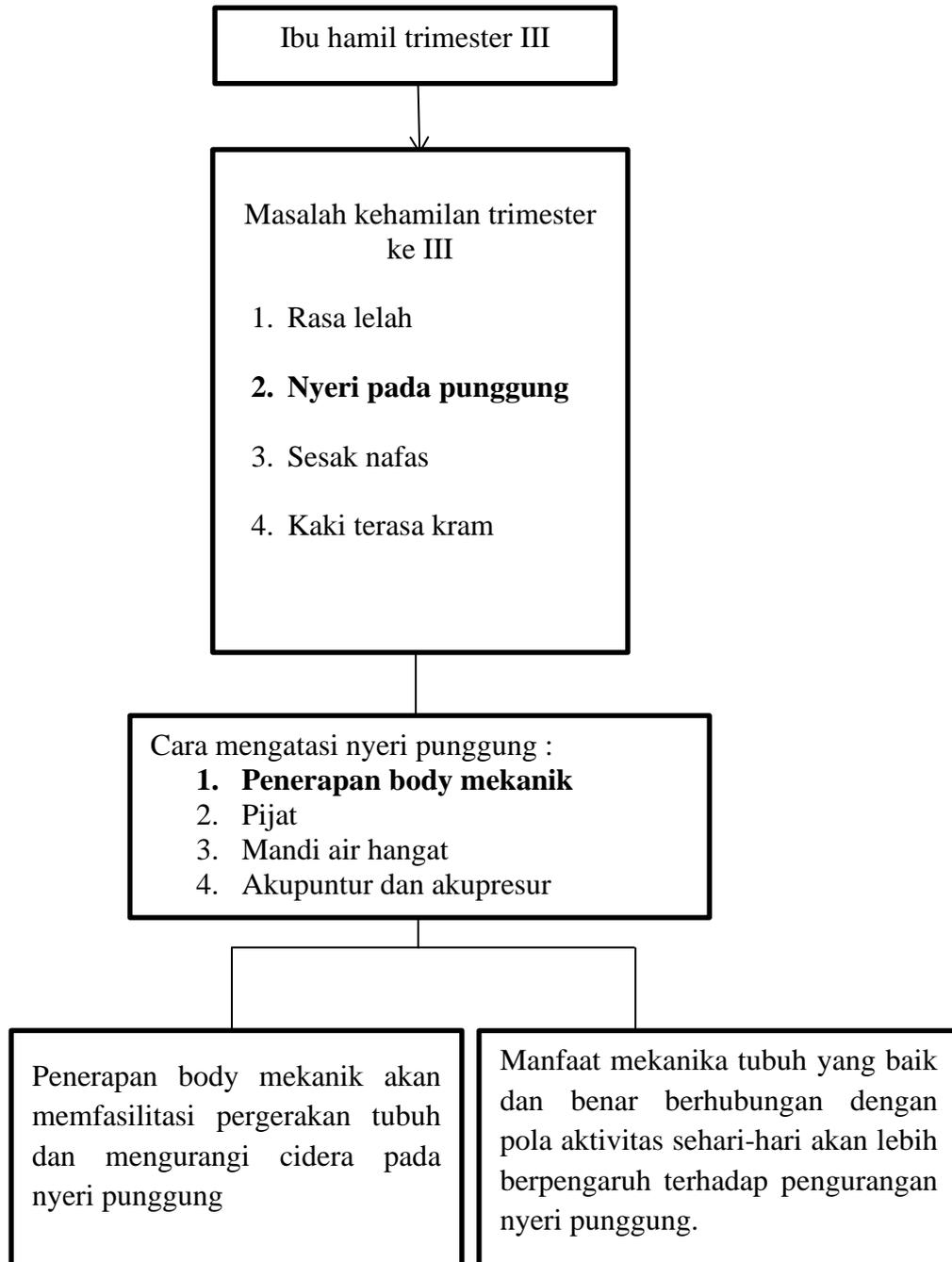
dan secara statistik signifikan antara body mekanik dengan nyeri punggung namun saran dari peneliti untuk penelitian selanjutnya yaitu pendudukan kesehatan tentang mekanika tubuh yang benar lebih berpengaruh terhadap nyeri punggung sebab berkaitan dengan pola aktivitas sehari-hari. Mekanika tubuh yang tepat akan mempertahankan postur tubuh dan mengurangi resiko cedera musculoskeletal ketika ibu hamil melakukan aktivitas selama kehamilan.

2. Hasil dari penelitian dari Mafikasari & Kartikasari, 2015 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 merasakan berkurangnya nyeri punggung.
3. Berdasarkan hasil penelitian mengenai body mekanik dengan nyeri punggung ibu hamil Trimester III di wilayah kerja Puskesmas Kambangan Kecamatan Lebaksiu Kabupaten tegal yang dilakukan oleh Hany Kharisma Dewi (2013) yaitu sebanyak 14 ibu (58,3%) memiliki mekanika tubuh yang baik dan 10 ibu (41,7%) memiliki mekanika tubuh yang kurang baik. Sebanyak 11 ibu (45,8%) mengalami nyeri punggung dan 13 ibu (54,2%) tidak mengalami nyeri punggung. Terdapat hubungan antara mekanika tubuh (body mekanik) dengan nyeri punggung ibu hamil trimester III sehingga mampu menopang pembesaran uterus yang membesar dengan baik.
4. dalam hasil penelitian Kartonis, Era, & Tian, 2011 Dari 180 ibu hamil yang diteliti, 47% mengalami nyeri punggung bagian belakang, Apabila tidak

ditangani dengan baik dapat menyebabkan kualitas ibu hamil menjadi buruk. Nyeri pada punggung selama kehamilan bervariasi antara 35-60%.

5. Sedangkan, penelitian yang dilakukan oleh Tarsikah dan Emy Silfiana (2017) tentang Penerapan Teknik Mekanika Tubuh Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III dalam mengurangi nyeri punggung dengan body mekanik, perlakuan yang diberikan berupa teknik mekanika tubuh yang diobservasi selama 3 hari. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Hasil penelitian menunjukkan 78% mengalami penurunan nyeri, 17% mengalami kenaikan dan 5% tetap.

#### D. Kerangka teori



Sumber : Dr. Eleanor Bull, 2015. Dr Graham Archad, 2007. Ummah, 2012