

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap trimester kehamilan ada perubahan fisiologis salah satunya dipengaruhi oleh sekresi hormon (Irianti dkk, 2013). Perubahan tersebut menjadi dasar timbulnya keluhan ketidaknyamanan fisiologis pada ibu hamil, Rasa tidak nyaman yang dirasakan oleh ibu hamil biasanya berbeda-beda pada setiap trimester kehamilan. Perubahan yang terjadi selama kehamilan sering kali menjadi keluhan bagi ibu hamil diantaranya adalah mual muntah pada awal kehamilan, konstipasi, varises vena (pembuluh balik), gangguan berkemih, hemoroid, dan kram dan oedema pada kaki serta nyeri punggung (Varney, 2006).

Rasa nyeri pada bagian punggung atau *low back pain* dialami oleh 20%-25% ibu hamil. Keluhan ini dimulai pada usia 12 minggu dan akan meningkat pada saat usia kehamilan 24 minggu hingga menjelang persalinan. Rasa nyeri sering dirasakan ibu pada malam hari hal ini diakibatkan oleh bertambahnya usia kehamilan dan perkembangan janin yang menyebabkan muatan didalam uterus bertambah, menjadikan uterus terus membesar. Pembesaran uterus ini akan memaksa ligament, otot-otot, serabut saraf, sehingga beban tarukan tulang punggung ke arah depan akan bertambah dan menyebabkan lordosis fisiologis. Hal inilah yang menyebabkan nyeri punggung pada ibu hamil (Irianti dkk, 2013).

Hasil penelitian Kurniasih (2019) didapatkan bahwa ibu hamil dari 14 responden kelompok kontrol mengalami nyeri ringan sebanyak 1 responden (7,1%), dan yang nyeri sedang 11 responden (78,6%) menjadi 7 responden (50%), dan nyeri berat 2 responden (14,3%) menjadi 6 responden (42,9%).

Angka kejadian nyeri punggung pada masa kehamilan adalah 48-90%. Sebanyak 50% ibu hamil yang disurvei di Inggris dan Skandinavia dilaporkan menderita nyeri punggung, di Australia sebanyak 70% (WHO, 2011). Di Indonesia didapatkan bahwa 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang, dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan (Sinclair, 2010). Di Indonesia terdapat 373.000 ibu hamil, yang mengalami nyeri punggung dalam menghadapi persalinan sebanyak 107.000 orang (28.7%) (Maharani, Isabella, 2019).

Berdasarkan data Profil Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019 bahwa estimasi jumlah ibu hamil di Indonesia selama 1 tahun terakhir sebanyak 5.256.483 orang dan diwilayah Lampung dalam 1 tahun terakhir sebanyak 165.269 orang (KemenKes RI, 2019). Serta pada 1 tahun terakhir di PMB Ari Saptuti sebanyak 780 ibu hamil yang melakukan kunjungan diantaranya sebanyak 143 ibu hamil trimester III.

Pada ibu hamil bisa diatasi dengan terapi rendam kaki air hangat karena hal ini merupakan salah satu terapi yang bermanfaat mendilatasi pembuluh darah, melancarkan peredaran darah dan memicu saraf pada telapak kaki untuk bekerja (Meikha, 2015) dalam (Alviani, 2019). Secara biologis ketika kaki direndam dengan air hangat, air hangat ini yang dituju adalah pembuluh darah. Prinsip

kerja dari air hangat yaitu dengan cara konduksi dimana terjadi perpindahan dari air hangat ke dalam tubuh (Dilianti dkk, 2017) dalam (Alviani, 2019). Jika menggunakan air hangat akan meningkatkan aliran darah dan meredakan nyeri dengan menyingkirkan penyebab inflamasi seperti bradikinin, histamin, dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri lokal. Pada saat kaki direndamkan dengan air hangat, air hangat tersebut akan merangsang syaraf reseptor untuk menutup gerbang sehingga transmisi nyeri ke medulla spinalis dan ke otak terhambat. Setelah terapi air hangat di berikan maka tubuh akan memberikan sinyal ke hipotalamus melalui sumsum tulang belakang (Trianipurna, 2017) dalam (Alviani, 2019).

Terapi rendam kaki air hangat adalah salah satu intervensi non-farmakologi yang dapat digunakan oleh ibu hamil. Prinsip kerja terapi ini yaitu, klien diminta untuk duduk di atas kursi dan kaki dimasukkan ke dalam ember atau baskom yang berisi air hangat sebanyak 1 L atau lebih dari 15 cm dengan suhu air 37-39°C yang diukur menggunakan termometer dalam waktu 15 menit (Taghavi, dkk. 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh Indriani dkk dalam penerapan menunjukkan bahwa setelah diberikan rendam air hangat terdapat penurunan skala nyeri kram kaki. Skala nyeri Ny. N mengalami penurunan dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 1 dan skala nyeri Ny. A juga mengalami penurunan dari skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 1. (Indriyani dkk, 2019)

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil di PMB Ari Saptuti Banyumas Kabupaten Pringsewu tahun 2021.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah Apakah Rendam Kaki dengan Air hangat dapat berpengaruh terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui adakah pengaruh pemberian rendam kaki air hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil di PMB Ari Saptuti Banyumas Pringsewu tahun 2021.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui rata-rata skor nyeri punggung sebelum diberikan rendam air hangat pada ibu hamil.
- b. Diketahui rata-rata skor nyeri punggung sesudah diberikan rendam air hangat pada ibu hamil.
- c. Diketahui pengaruh pemberian rendam air hangat terhadap intensitas nyeri punggung ibu hamil di PMB Ari Saptuti, Banyumas Pringsewu tahun 2021.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk mengatasi permasalahan nyeri punggung pada ibu hamil.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan alternatif dalam menangani ibu hamil yang mengalami nyeri punggung pada ibu hamil.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini mengacu pada pengaruh rendam kaki air hangat terhadap intensitas nyeri punggung ibu hamil. Subjek penelitian ini adalah ibu hamil di PMB Ari Saptuti Banyumas Pringsewu tahun 2021 Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Pre Eksperiment* dengan design *one group pretest-posttest*. Dengan teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *Quota sampling*. Analisis data menggunakan uji T *dependen* atau uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.