

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah pertemuan antara sel ovum dan sel telur yang diikuti dengan perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan tersebut dimulai ketika implantasi terjadi. Seorang ibu biasanya mengalami mual, morning sickness, pusing nyeri punggung dan varises (Purwaningsih & Fatmawati, 2010).

Seiring bertambahnya usia kehamilan, bentuk tubuh wanita mengalami perubahan karena mengkompensasi berat uterus yang sedang tumbuh. Bahu tertarik ke belakang karena pembesaran abdomen yang menonjol dan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh, kelengkungan tulang belakang ke arah dalam menjadi berlebihan. Relaksasi sendi sakroiliaka yang mengiringi perubahan bentuk tubuh menyebabkan peningkatan nyeri punggung setelah mengalami ketegangan yang berlebihan, jika tidak segera diatasi rasa nyeri dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari seperti bekerja, tidur, konsentrasi, dan aktivitas lainnya. Dan juga akan menyebabkan kualitas hidup ibu hamil menjadi kurang baik (Kartonis et al, 2011).

Hasil penelitian Febriana (2013), nyeri punggung biasanya mulai dirasakan ketika usia kehamilan 24 minggu. Nyeri punggung juga bisa dikatakan dengan istilah *backache* atau nyeri punggung lama. *Backache* ini terjadi pada 45% wanita saat diketahui kehamilannya dan mengalami

peningkatan 69% pada usia kehamilan 28 minggu serta bertahan pada minggu selanjutnya.

Berdasarkan laporan profil data Kesehatan Indonesia tahun 2015 terdapat 5.298.285 orang ibu hamil di Indonesia, di wilayah Provinsi Jawa Tengah jumlahnya ada 314.492 orang. Sedangkan untuk wilayah kota Semarang 53.734 ibu hamil mengalami nyeri punggung (Dinkes,2015).

Menurut Vermani Era et al (2009), menjelaskan bahwa ibu hamil yang mengalami nyeri punggung kesulitan dalam menjalankan aktivitasnya misal berpindah posisi dari tempat tidur, berdiri setelah duduk, berdiri terlalu lama, mengangkat dan memindahkan benda-benda sekitar. Kondisi yang lebih buruk terjadi saat nyeri sampai menyebar ke daerah pelvis dan lumbal yang menyebabkan kesulitan berjalan. Masalah lain yang dialami pada ibu hamil yaitu ketidakmampuan berpartisipasi dalam sexual intercourse.

Nyeri punggung bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain yaitu karena perubahan bentuk tubuh selama hamil, hal ini seiring dengan berat badan mengalami kenaikan, adanya pengaruh hormon, pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan dan ketika disertai dengan peregangan otot abdomen yang lemah akan menyebabkan lekukan pada tulang lumbal yang disertai pembulatan pada bahu dan dagu yang menggantung serta otot punggung cenderung memendek ketika otot abdomen mengalami peregangan sehingga terjadi ketidakseimbangan otot di daerah pelvis dan merasakanketegangan diatas ligamen (Latief, 2016).

Hasil wawancara yang dilakukan saat survey pendahuluan pada bulan Agustus 2018 di Rumah Bersalin Delima Semarang pada ibu hamil trimester III didapatkan 7 ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan usia kehamilan 30-37 minggu dan 3 ibu hamil tidak mengalami nyeri punggung dengan usia kehamilan 28 minggu. Adapun terapi yang dilakukan ibu hamil saat mengalami nyeri punggung yaitu dengan melakukan sujud, posisi tidur miring, dan pijat.

Penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil ada dua macam yaitu penatalaksanaan secara farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi bisa berupa obat analgesic. Untuk non farmakologi bisa dengan relaksasi, memberikan massase, distraksi, dan kompres dingin atau hangat (Lukman & Ningsih, 2009).

Hasil penelitian Aini (2016), kompres hangat adalah salah satu penatalaksanaan nyeri secara non farmakologi yang memiliki manfaat untuk menurunkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil dan juga dapat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman serta mengurangi atau mencegah spasme otot. Kompres hangat bisa dilakukan dengan menempelkan kantong karet atau botol yang diisi dengan air hangat atau bisa dengan handuk kecil yang telah direndam di dalam air hangat. Dampak fisiologis dari kompres hangat adalah pelunakan jaringan fibrosa, membuat otot tubuh menjadi lebih rileks, mengurangi rasa nyeri, dan melancarkan aliran darah. Suhu air hangat yang digunakan dalam kompres hangat yaitu sekitar 35-40°C yang memiliki dampak bagi tubuh yaitu dapat mencegah spasme otot serta melancarkan aliran darah. Saat

kompres hangat diberikan kepada klien, maka harus memperhatikan suhu air hangat untuk keefektifan dalam pemberian kompres dan menghindari cedera pada kulit (Potter & Perry, 2010).

Kompres hangat digunakan pada area tubuh yang mengalami ketegangan dan nyeri diakui mampu mengurangi nyeri dan mengurangi spasme otot. Penelitian yang dilakukan oleh Manurung (2011), kompres hangat adalah salah satu penatalaksanaan nyeri selain terapi alternatif lainnya seperti pemberian edukasi psikologi, terapi biofeedback, terapi endorfin.

Hasil penelitian Faridah (2017), menjelaskan terapi distraksi yaitu mengalihkan perhatian pada hal lain yang bisa membuat pasien lupa dengan nyeri yang dirasakan. Distraksi terbagi atas distraksi visual, distraksi pendengaran, distraksi pernafasan dan distraksi intelektual. Salah satu metode distraksi pendengaran yang efektif adalah murottal. Murottal yaitu rekaman suara bacaan Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang qori'. Metode distraksi menggunakan murottal Al-Qur'an lebih efektif daripada metode distraksi yang lain karena merupakan pendekatan terapi non farmakologi secara spiritual dan tentunya lebih cepat diterima oleh pasien yang dominan beragama Islam.

Banyak terapi yang diberikan pada ibu hamil untuk mengurangi rasa nyeri punggung, namun dengan melakukan kompres hangat dan disertai dengan terapi murottal Al Qur'an belum dilakukan. Sehingga peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh kombinasi kompres hangat dan terapi murottal Al Qur'an terhadap penurunan tingkat nyeri punggung pada kehamilan trimester III.

B. Rumusan Masalah

Kehamilan adalah pertemuan antara sel ovum dengan sel sperma yang diikuti dengan perubahan fisiologis maupun psikologis. Seiring bertambahnya usia kehamilan, bentuk tubuh wanita mengalami perubahan karena mengkompensasi berat uterus yang sedang tumbuh. Bahu tertarik ke belakang karena pembesaran abdomen yang menonjol dan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh, kelengkungan tulang belakang ke arah dalam menjadi berlebihan. Relaksasi sendi sakroiliaka yang mengiringi perubahan bentuk tubuh menyebabkan peningkatan nyeri punggung. Hasil wawancara yang dilakukan saat survey pendahuluan yang dilakukan di Rumah Bersalin Delima Semarang ibu hamil trimester III didapatkan 7 ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan usia kehamilan 30-37 minggu. 3 ibu hamil tidak mengalami nyeri punggung dengan usia kehamilan 28 minggu.

Ada beberapa usaha yang dilakukan ibu hamil untuk menghilangkan rasa nyeri yaitu dengan obat analgesic, massase, posisi tidur miring dan dengan cara lainnya. Sedangkan kompres hangat adalah salah satu penatalaksanaan nyeri secara non farmakologi yang mudah dilakukan dan bisa mengurangi rasa nyeri punggung serta dapat memberikan kehangatan sehingga dapat memenuhi kebutuhan rasa nyaman. Selain itu juga bisa dilakukan terapi distraksi yaitu dengan terapi murottal Al Qur'an yang merupakan pendekatan spiritual yang memiliki manfaat dapat mengurangi rasa nyeri.

Banyak terapi yang dilakukan ibu hamil untuk mengurangi rasa nyeri punggung, namun dengan melakukan kompres hangat dan disertai dengan terapi murottal Al Qur'an belum dilakukan. Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk dapat dirumuskan permasalahan “Bagaimanakah pengaruh kombinasi kompres hangat dan terapi murottal Al Qur'an terhadap penurunan tingkat nyeri punggung pada kehamilan trimester III di Rumah Bersalin Delima Semarang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya pengaruh kombinasi kompres hangat dan terapi murottal Al Qur'an terhadap penurunan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Rumah Bersalin Delima Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya karakteristik demografi pada ibu hamil trimester III (Usia, pendidikan, pekerjaan, paritas dan usia kehamilan).
- b. Diketuinya tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum dilakukan intervensi kompres hangat dengan terapi murottal Al Qur'an.
- c. Diketuinya tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III setelah dilakukan intervensi kompres hangat dengan terapi murottal Al Qur'an.
- d. Diketuinya perbedaan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Rumah Bersalin Delima Semarang sebelum dan setelah diberikan intervensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat untuk Profesi

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan dalam menerapkan tindakan non farmakologi seperti kompres hangat dengan pendekatan spiritual yaituterapi murottal Al Qur'an untuk menurunkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil.

2. Manfaat untuk Institusi

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan kajian dalam institusi pendidikan khususnya Ilmu Keperawatan Maternitas di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang tentang pengaruh kombinasi kompres hangat dan terapi murottal Al Qur'anterhadap penurunan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil.

3. Manfaat untuk Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai pengetahuan di masyarakat supaya lebih memahami dan mengetahui serta dapat mengaplikasikan pengaruh kombinasi kompres hangat dan terapi murottal Al Qur'an terhadap penurunan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil.