

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut (Bandiyah, 2008) dalam (Azizah , dkk, 2011) Pada ibu bersalin umumnya disertai dengan rasa nyeri pada punggung. Secara fisiologis nyeri terjadi dampak dari peregangan yang berjalan dengan berlebihan atau mengangkat benda-benda berat yang kelelahan serta membungkuk atau berlebihan. Nyeri yang biasa terjadi berupa nyeri ringan dan nyeri berat sehingga mengganggu aktivitas ibu hamil. Dengan sejalan selama kehamilan berat badan akan bertambah secara bertahap dan meningkatnya ukuran rahim mengakibatkan postur tubuh dan karakter berjalan perempuan akan sangat terlihat. Bila wanita hamil tidak memperhatikan sepenuhnya pada postur tubuh oleh karena itu wanita akan tetapi berjalan dan ayunan tubuh kebelakang akibat tingginya *lordosis*. Lengkung ini lalu akan melemaskan otot pada punggung dan akan mengakibatkan rasa nyeri.

Nyeri punggung umumnya, nyeri punggung yang biasa menimpa pada wanita hamil yang akan terpengaruh berbagai macam pemicu adalah selama kehamilan postur tubuh akan berubah, hal ini selaras dengan redistribusi pemusatan dan selama kehamilan berat badan akan bertambah secara bertahap, pengaruh struktur ligament pada hormonal distruktur ligamen, pusat pergerakan tubuh berpindah didepan serta dikolaborasikan meregangangkan pada otot abdomen yang lemas, peristiwa itu selalu terjadi meleuknya ditulang lumbal disertai pembulatan dibahu dan dagu yang menghubungkan

dengan cenderung pada otot punggung guna memendek, maupun otot abdomen meregang sehingga dapat mengakibatkan ketidak seimbangan otot disekitar pelvis, dan tegangan tambahan dapat dirasakan diatas ligament tersebut. Yang akan mengakibatkan nyeri pada punggung yang biasanya berasal pada sakroiliaka atau lumbal, dan akan mengakibatkan gangguan punggung masa yang lama jika otot tidak seimbang dan stabilitas pelvis tidak disembuhkan sesudah lahiran, faktor terjadinya nyeri punggung pada saat hamil yaitu aktivitas yang dilakukan saat masa kehamilan, banyaknya tugas rumah tangga seperti menyetrika serta menyiapkan makan-makanan serta dilakukan dengan berdiri dalam waktu yang cukup lama, jika terjadi tegangan pada otot panggul apabila ibu hamil harus mengangkat objek berat, seluruh pergerakan berputar dengan mengangkat adalah gerakan yang membahayakan dan pantangan (Fraser. 2009).

Nyeri punggung yang terjadi pada ibu bersalin menurut survey yang dilakukan di Inggris dan Skandinavia terdapat 50% ibu hamil mengalami nyeri punggung (Mantle et al, 1997 dan Osttgard, 1997, Fraser, 2009) dalam (Ummah, 2012).

Apabila otot-otot pada wanita lemah menyebabkan masalah pada sehingga menyebabkan kesulitan untuk menompang uterus yang membesar. Lengkungan punggung akan semakin memanjang jika tidak ada songkongan pada uterus. Pada wanita dengan grand multipara yang tidak melaksanakan latihan pada umumnya mengalami kelemahan pada otot abdomen, sedangkan otot abdomen yang sangat baik dimiliki oleh para wanita primigravida karena

belum pernah mengalami peregangan sebelumnya. Dengan demikian, keparahan nyeri punggung bagian bawah biasanya meningkat seiring paritas (Varney, 2007).

Pijat punggung efektif diberikan secara intermiten dalam waktu persalinan, seperti penggosokan hanya punggung yang boleh dilaksanakan bervariasi dalam atau selama kontraksi hal lokasi dan jenis sentuhan. Pengaruh pengendalian nyeri hanya berlangsung selama pijat sedang dilakukan. Pengaruh yang relatif singkat ini agar membantu mengendalikan ibu serta pengurangan rangsang nyeri menggambarkan kekuatan yang mantap dan kuat yang diberikan pada sebuah titik pada punggung bawah selama kontraksi, menggunakan tumit tangan seseorang yang menemani dalam persalian.

Sementara ini pengelolaan nyeri dengan non-farmakologis adalah menggunakan tehnik relaksasi, *touch relaxation* yang dilakukan oleh suami bertujuan untuk mengurangi nyeri, tehnik tarik nafas dalam, akupresur, hipnosis, tehnik auditori dan imagery visual persalinan.

Metode yang biasa digunakan untuk penanganan nyeri punggung pada ibu hamil non farmakologi lainnya adalah dengan tehnik distraksi dan pijat (Padila, 2014).

Metode lain dalam menurunkan nyeri persalinan dengan menggunakan non- farmakologi dengan cara tehnik *abdominal lifting* dan *counter pressure*, mengenai efektifitas tehnik abdominal pressure dan abdominal lifting bahwa hasil didapatkan tehnik *counter pressur* sangat efektifitas dibandingkan

abdominal lifting penelitian yang dilakukan oleh (Angrareni, Heni, Wijayanti, 2012).

Untuk mengurangi nyeri punggung dengan non-farmakologis adalah tehnik *endorphine massage*. *Endorphin Massage* adalah alternatif sentuhan/pijatan ringan yang khusus diberikan kepada ibu hamil. Hal tersebut dapat merangsang tubuh sehingga menyama endorphin yang berfungsi sebagai pereda rasa sakit serta rasa nyaman.

Manfaat dari endorphin sebagai pengatur produksi hormon pertumbuhan serta seks, pengendalian rasa nyeri dan sakit yang menetap, pengendalian perasaan stress, peningkatan sistem kekebalan tubuh. *Endorphin* dalam tubuh dapat memicu tumbuhnya berbagai kegiatan, misalnya nafas dalam relaksasi dan meditasi (Kuswandi, 2011).

B. Rumusan Masalah

Nyeri punggung pada umumnya, nyeri punggung yang biasa menimpa pada wanita hamil yang akan terpengaruh berbagai macam pemicu adalah selama kehamilan postur tubuh akan berubah, hal ini selaras dengan redistribusi pemusatan dan selama kehamilan berat badan akan bertambah secara bertahap, pengaruh struktur ligament pada hormonal pada struktur ligamen, pusat pergerakan tubuh berpindah kedepan dan jika dikolaborasikan dengan peregangan pada otot abdomen yang lemas, peristiwa ini selalu terjadi lekukan pada tulang lumbal yang disertai pembulatan pada bahu dan dagu yang menghubungkan pada kecenderungan pada otot punggung untuk memendek jika otot abdomen meregang sehingga dapat mengakibatkan

ketidak seimbangan otot disekitar pelvis, dan tegangan tambahan dapat dirasakan diatas ligament tersebut.

Yang akan mengakibatkan nyeri pada punggung yang biasanya berasal pada sakroiliaka atau lumbal, dan akan mengakibatkan gangguan punggung masa yang lama jika otot tidak seimbang dan stabilitas pelvis tidak disembuhkan sesudah melahirkan, 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, jika terjadi tegangan pada otot panggul apabila ibu hamil harus mengangkat objek berat, seluruh pergerakan berputar dengan mengangkat adalah gerakan yang membahayakan dan pantangan (Fraser. 2009).

Metode lain dalam non- farmakologi untuk menurunkan nyeri persalinan dengan menggunakan tehnik *counter pressure* dan *abdominal lifting*, mengenai efektifitas tehnik *counter pressure* dan *abdominal lifting* didapatkan hasil bahwa tehnik *counter pressur* lebih efektifitas dibandingkan *abdominal lifting* penelitian yang dilakukan oleh (Anggrareni, Heni, Wijayanti, 2012).

Sementara ini pengelolaan nyeri dengan non- famakologis adalah dengan menggunakan tehnik relaksasi, touch relaxation yang dilakukan oleh suami bertujuan untuk mengurangi nyeri, tehnik tarik nafas dalam, akupresur, hipnosis, tehnik auditori dan imagery visual persalinan. Metode yang biasa

digunakan untuk penanganan nyeri punggung pada ibu hamil non farmakologi lainnya adalah dengan tehnik distraksi dan pijat (Padila, 2014).

Selama ini *endorphin* sudah dikenal sebagai zat yang banyak manfaatnya. Beberapa diantaranya adalah, mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa nyeri serta sakit yang menetap, mengendalikan perasaan stress, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh. *Endorphin* dalam tubuh bisa dipicu munculnya melalui berbagai kegiatan, seperti pernapasan yang dalam dan relaksasi, serta meditasi (Kuswandi, 2011).

Berdasarkan surve pendahuluan yang dilakukan di Kelurahan Bangetayu, Kecamatan genuk, Kota Semarang menunjukkan jumlah persalinan dalam bulan Juni, Juli, Agustus terdata sejumlah 63 pasien. Berdasrkan surve pendahuluan di ruang bersalin Puskesmas Bangetayu dari 5 orang pasien yang masing- masing 2 orang (40%) terkena nyeri punggung berat serta 3 orang (60%) mengalami nyeri sedang atau pasien mengatakan bahwa merasakan nyeri berat di area vagina dan pinggul.

Hasil wawancara dengan kepala ruang bersalin di Puskesmas Bangetayu mengatakan bahwa selama ini mereka mengatasi nyeri punggung dengan cara tehnik distraksi, relaksasi, dan akupuntur namun kurang efektif untuk menurunkan nyeri. Sebagai alternatif untuk mengatasi masalah nyeri, untuk itu masalah penelitian ingin meberikan cara non- farmakologi dengan *endorphin* massage.

Dan hasil survei pendahuluan data yang dihasilkan dari peneliti terdapat 35 responden yang memeriksakan kehamilan di ruang Poli Puseksmas Bangetayu yang pada HPL di bulan Oktober berjumlah 15 pasien dan pada bulan November 20 pasien. Apakah *endorphin massage* efektif untuk menurunkan rasa nyeri punggung pada wanita bersalin kala I ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu agar diketahui efektifitas *endorphin massage* pada nyeri punggung pada wanita bersalin kala I di Puskesmas Bangetayu Semarang

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik ibu bersalin kala 1 di puskesmas Bangetayu Semarang.
- b. Diketuainya nyeri punggung ibu bersalin kala 1 pada kasus sebelum intervensi di Puskesmas Bangetayu Semarang.
- c. Diketuainya nyeri punggung ibu bersalin kala 1 pada kasus kelompok kontrol sebelum di Puskesmas Bangetayu Semarang.
- d. Diketuainya nyeri punggung ibu bersalin kala 1 pada kasus setelah intervensi di Puskesmas Bangetayu Semarang.
- e. Diketuainya nyeri punggung ibu bersalin kala 1 pada kasus kelompok kontrol setelah di Puskesmas Bangetayu Semarang.
- f. Diketuainya perbedaan nyeri punggung sebelum dan setelah pada kelompok kasus.

- g. Diketuainnya perbedaan nyeri punggung sebelum dan setelah pada kelompok kontrol.
- h. Diketuainnya efektifitas *endorphin massage* terhadap nyeri punggung pada ibu bersalin kala 1.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Untuk Profesi Kesehatan

Peneliti ini diharapkan bisa dijadikan bahan masukan untuk tenaga kesehatan untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu bersalin kala I dengan cara *endorphin massage*.

2. Manfaat Untuk Institusi

Hasil penitian diharapkan bisa dijadikan bahan untuk kajian diintitusi pendidikan khususnya Ilmu Keperawatan Maternitas di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang mengenai penanganan nyeri punggung pada ibu bersalin kala 1

3. Manfaat Untuk Masyarakat

Penelitian in diharapkan bisa menjadi manfaat untuk masyarakat sehingga memiliki pengetahuan serta mengetahui tentang tehnik penurunan nyeri puggung pada ibu bersalin kala 1 dengan cara *endophine massage*.