

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Nyeri punggung pada ibu hamil adalah suatu respon tidak nyaman yang sering dirasakan oleh ibu hamil. Biasanya nyeri punggung muncul pada saat usia kehamilan yang memasuki 7 bulan. Nyeri punggung menjadi hal yang wajar terjadi, namun jika nyeri punggung pada ibu hamil dibiarkan terus menerus akan mengganggu kegiatan ataupun aktivitas sehari-hari, sehingga akan mengalami kesulitan dalam aktivitasnya (Mafikasari & Kartikasari, 2015).

Prevalensi ibu hamil yang mengalami nyeri pada punggung terdapat di beberapa daerah di Indonesia, sampai saat ini bahkan mencapai angka 60% - 80%. Terdapat 70% ibu hamil merasakan rasa nyeri pada punggung akibat adanya suatu perubahan otot-otot yang ada di tulang punggung karena mengalami penarikan atau ketegangan pada daerah tersebut. Selain itu, 30% dari ibu hamil mengalami nyeri pada punggung akibat terjadinya perubahan pada postur tubuh dikarenakan berat badan janin semakin bertambah berat, sehingga membuat postur tubuh ibu hamil menjadi membungkuk, postur tubuh seperti inilah yang mengakibatkan terjadinya nyeri punggung (Wardani, 2017).

Dampak yang muncul dari nyeri punggung pada ibu hamil, yaitu terjadinya perubahan hormon, sehingga akan muncul proses terjadinya kelonggaran sendi di bagian belakang dari panggul, terjadi perubahan postur tubuh yang menjadi buruk, perut akan mengalami kekurangan otot dan terjadi kurangnya aliran darah (Li, Kan, Wong, Kwok, Yip & Lao, 2016).

Ada beberapa aspek yang perlu diperhatikan, salah satunya aspek fisik gerakan tubuh dari manusia menjelaskan adanya suatu peningkatan dari bagian tubuh seperti perut dan payudara. Peningkatan yang terjadi dari bagian tubuh tersebut menyebabkan terjadinya suatu perubahan dalam postur tubuh, terjadinya kelengkungan pada telapak kaki dan rahim sedikit naik terdorong ke depan. Perubahan tersebut akan dirasakan dengan munculnya respon stres pada tulang punggung dan akan terjadi ketegangan pada otot-otot terutama dibagian tulang punggung, sehingga menyebabkan rasa sakit atau nyeri pada daerah punggung ibu hamil (Carvalho, Lima, Terceiro, Pinto, Silva & Cozer, 2017).

Dampak dari nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu hamil dapat mengganggu pekerjaan dan aktivitas sehari-hari bahkan pada saat ibu hamil tidur. Studi yang dilakukan di Amerika menjelaskan terkait dampak dari nyeri punggung pada ibu hamil mengakibatkan kecacatan yang mengharuskan wanita hamil untuk menggunakan alat bantu seperti kruk, atau kursi roda, bahkan jika kondisi nyeri punggung tersebut lebih parah, ibu hamil sampai harus terbaring di tempat tidur. Selain itu, dampak dari nyeri punggung juga harus mengeluarkan biaya perawatan yang cukup banyak. Sebuah studi yang telah dilaksanakan di Amerika menjelaskan bahwa banyaknya biaya yang dikeluarkan hingga mencapai US \$2-5 miliar di daerah Amerika saja (Ho, Yu, Lao, Chow, Chung & Li, 2009).

Upaya yang sudah dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri pada punggung ibu hamil yaitu dengan menggunakan sabuk dukungan kehamilan yang mempunyai fungsi efektif untuk mengurangi nyeri dalam studi kasus di

Amerika Serikat. Selain itu, di dalam budaya tradisional di Indonesia maupun di daerah Amerika menganjurkan untuk pemakaian ikat pinggang yang ditujukan untuk memberikan rasa nyaman bagi ibu hamil maupun bayi, sehingga ibu hamil dapat melakukan kegiatannya seperti biasa (Ribnikar, Šćepanović, Verdenik & Žgur, 2015)

Penelitian sebelumnya terkait *maternity belt* yang dilakukan oleh Ho, Yu, Lao, Chow, Chung & Li (2009) membuktikan terkait keefektifan dari penggunaan *maternity belt* untuk mengurangi nyeri pada ibu hamil. Dalam penelitiannya, sebelum dan sesudah penggunaan *maternity belt*, memberikan efek yang positif bagi penggunanya. Setelah dilakukan penelitian, responden mengalami perubahan yang signifikan dari rasa nyeri yang dirasakan sebelum dan sesudah pemakaian.

Hasil Studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Puskesmas Bangetayu pada tanggal 13 Juni 2019 didapatkan data jumlah ibu hamil trimester 2-3 sebanyak 170 orang terhitung pada tanggal 18 Mei 2019 – 13 Juni 2019. Hasil wawancara sebanyak 15 orang didapatkan ibu hamil yang mengalami nyeri punggung sebanyak 12 orang. 8 ibu hamil trimester 2 mengalami nyeri punggung, 4 ibu hamil trimester 3 mengalami nyeri punggung dan 3 ibu hamil tidak mengalami nyeri punggung, dibuktikan dengan skala nyeri 4-6 dan mengalami gangguan pada aktivitas dengan *indeks KATZ* mandiri skor 4-6 dan *indeks KATZ* ketergantungan dengan skor 0-3.

Latar belakang tersebut menjadi dasar peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh penggunaan *maternity belt* terhadap nyeri

punggung dan aktivitas pada ibu hamil”. Penelitian yang dilakukan oleh Ho, Yu, Lao, Chow, Chung dan Li (2009) sudah melakukan penelitian tentang pengaruh penggunaan *maternity belt* terhadap penurunan nyeri, namun hanya meneliti tentang keefektifan dari penggunaan *maternity belt* sebelum dan sesudah penggunaan *maternity belt*, dan belum diungkapkan tentang aktivitas ibu hamil sebelum dan sesudah menggunakan *maternity belt*.

B. Rumusan Masalah

Nyeri punggung merupakan hal yang sering dirasakan oleh ibu hamil. Sekitar 60-80% ibu hamil mengalami nyeri punggung. Dampak dari nyeri punggung dapat merubah postur tubuh, bahkan mengganggu saat ibu hamil tidur atau melakukan aktivitas sehari-hari. Penelitian tentang upaya yang sudah dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung adalah dengan menggunakan sabuk penopang kehamilan atau *maternity belt* yang sudah terbukti efektif dalam studi di Amerika, namun hanya dijelaskan efektif atau tidak, tanpa diteliti terkait efek dari penggunaan *maternity belt* serta aktivitas ibu hamil saat penggunaan *maternity belt*. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti masalah tentang “Adakah pengaruh penggunaan *maternity belt* terhadap nyeri punggung dan aktivitas pada ibu hamil ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah “Mengetahui pengaruh dari penggunaan *maternity belt* terhadap nyeri punggung dan aktivitas pada ibu hamil” di Puskesmas Kota Semarang.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya karakteristik ibu hamil berdasarkan usia kehamilan, umur responden, paritas, pekerjaan, tingkat pendidikan di Puskesmas Kota Semarang
- b. Diketuainya nyeri punggung ibu hamil sebelum penggunaan *maternity belt* di Puskesmas Kota Semarang
- c. Diketuainya aktivitas ibu hamil sebelum penggunaan *maternity belt* di Kota Semarang
- d. Diketuainya nyeri punggung pada ibu hamil sesudah penggunaan *maternity belt* di Puskesmas Kota Semarang
- e. Diketuainya aktivitas pada ibu hamil sesudah penggunaan *maternity belt* di Puskesmas Kota Semarang
- f. Diketuainya perbedaan nyeri pada ibu hamil sebelum dan sesudah penggunaan *maternity belt* di Puskesmas Kota Semarang
- g. Diketuainya perbedaan aktivitas pada ibu hamil sebelum dan sesudah penggunaan *maternity belt* di Puskesmas Kota Semarang
- h. Diketuainya perbedaan nyeri dan aktivitas ibu hamil pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan bagi peneliti sekaligus dapat membuktikan tentang adakah pengaruh dari penggunaan *maternity belt* terhadap nyeri punggung dan aktivitas pada ibu hamil.

2. Bagi Profesi

Hasil penelitian ini dapat membantu memberikan suatu pengaruh terhadap perkembangan ilmu keperawatan maternitas, sehingga dapat bermanfaat dalam memberikan data penunjang untuk penelitian keperawatan maternitas selanjutnya.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna mengenai penggunaan *maternity belt* yang benar, sehingga berpengaruh dengan aktivitas dan pengurangan nyeri punggung pada ibu hamil.