

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kehamilan merupakan fertilisasi hasil implantasi dari penyatuan spermatozoa dan ovum (Prawirohardjo, 2008). Masa kehamilan membutuhkan perawatan khusus, agar kesehatan ibu terjaga. Oleh sebab itu, ibu hamil harus benar-benar memperhatikan dan merawat kehamilan dengan baik dan benar, sehingga saat persalinan ibu dan janin selamat (Tim Navari, 2012).

Kehamilan merupakan suatu proses alamiah pertemuan antara sperma dan ovum yang menghasilkan sel tunggal (zigot), selama kehamilan pada wanita hamil mengalami perubahan pada fisiologis diantaranya rasa mual, muntah, dan lemas. Akan tetapi pada wanita hamil yang memasuki usia kehamilan 28 sampai 38 minggu terjadi pembesaran perut, perubahan hormonal dan anatomis tubuh (Santiago, 2001; Taufan, 2014 ; Venkata, 2009).

Selama proses pertumbuhan janin akan terjadi perubahan pada susunan anatomi dan fisiologi pada tubuh ibu. Keadaan ini meliputi bertambahnya berat badan ibu, perubahan pada uterus, serviks, ovarium, vagina dan perineum, kulit, payudara, metabolik, kardiovaskuler, traktus digestivus, traktus urinarius, sistem endokrin dan sistem muskuloskeletal (Prawirohardjo, 2008). Kondisi ini yang menyebabkan ketidaknyamanan

yang dirasakan oleh ibu yang meliputi nyeri leher (*neck-pain*), ketegangan otot, sakit kepala (*headaches*), nyeri punggung (*backpain*), oedema pada kaki, nyeri panggul (*pelvis-pain*), dan lain-lain (Tim Naviri, 2012).

Perkembangan janin yang semakin membesar akan meningkatkan rasa ketidaknyamanan, terutama pada panggul, punggung, dan perut. Mulai dari denyutan halus, sikutan atau tendangan sampai gerak cepat yang menimbulkan rasa nyeri (Baety, 2011). Nyeri punggung adalah salah satu ketidaknyamanan ibu hamil. Nyeri punggung biasanya akan meningkatkan intensitas nyerinya bersamaan dengan perkembangan janin. Hal ini terjadi akibat dari perubahan pusat gravitasi dan postur tubuh perempuan. Selain itu juga disebabkan oleh perkembangan uterus, berjalan tanpa istirahat, dan angkat beban. Varney (2006) mengemukakan bahwa 45% nyeri punggung pada perempuan, dan meningkat hingga 69% pada minggu ke 28. Fraser (2009) mengatakan bahwa 70% wanita di Australia mengalami nyeri punggung pada beberapa tahapan kehamilan. Menurut Mander (2004) nyeri punggung mencapai puncaknya pada minggu ke-24 sampai dengan minggu ke-28, sebelum pertumbuhan abdomen mencapai titik maksimum.

Keluhan yang dirasakan pada ibu hamil trimester II dan III diantaranya nyeri punggung yang berdampak pada gangguan tidur, aktivitas terganggu, nyeri pelvis, dan ibu susah mendapatkan kondisi yang rileks (tidak tahan duduk lama) (Pieter, 2010). Nyeri punggung terjadi disebabkan adanya perubahan pada hormon kehamilan yang meningkatkan kadar hormon relaksin. Hal ini memengaruhi fleksibilitas jaringan ligamen dan akhirnya

meningkatkan mobilitas sendi dipelvis yang akan berdampak pada ketidakstabilan spinal dan pelvis serta menyebabkan rasa tidak nyaman. *Gate Control Teori* menurut Padila (2014) mengatakan nyeri akan berkurang setelah dilakukan pijatan. Massage merupakan salah satu bentuk distraksi relaksasi yang berpengaruh terhadap peningkatan endorphen, sehingga ibu hamil akan mengalami relaksasi otot dan membuat menjadi lebih nyaman.

Survei awal yang dilakukan pada tanggal 31 Oktober 2016 di rumah Bidan Praktek Mandiri Uut Sri Rahayu Kaligawe dengan mewawancarai 14 ibu hamil, ditemukan ada 36% (5) diantaranya mengalami nyeri punggung yang sangat mengganggu saat beraktivitas, 21% (3) mengalami gangguan tidur, 14% (2) tidak tahan duduk lama, 14% (2) nyeri pelvis, dan 14% (2) ibu mengeluhkan nyeri punggung yang tidak mengganggu aktivitasnya. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian tentang “pengaruh teknik *effleurage* untuk mengurangi nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III”.

## **B. Rumusan Masalah**

Kehamilan menimbulkan perubahan pada ibu seiring dengan pertumbuhan janin yang semakin besar, bertambahnya berat badan ibu, perubahan pada uterus, serviks, dan sistem endokrin serta sistem muskuluskeletal. Perkembangan janin yang semakin besar meningkatkan rasa ketidaknyamanan terutama pada panggul, punggung, dan perut. Kondisi ini yang menyebabkan ketidaknyamanan yang dirasakan ibu seperti nyeri punggung sampai mengganggu aktivitas. Nyeri punggung selama hamil dapat

diatasi melalui tehnik *effleurage* yaitu pengurangan nyeri menggunakan tehnik kombinasi pijatan. Dari hasil survai di rumah Bidan Praktek Mandiri Uut Sri Rahayu di peroleh data sebanyak 36% (5) diantaranya mengalami nyeri punggung yang sangat mengganggu saat beraktivitas, 21% (3) mengalami gangguan tidur, 14% (2) tidak tahan duduk lama, 14% (2) nyeri pelvis, dan 14% (2) ibu mengeluhkan nyeri punggung yang tidak mengganggu aktivitasnya. Berdasarkan rumusan masalah di dapatkan pertanyaan penelitian “apakah tehnik *effleurage* dapat mengurangi nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III ?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pemberian masase *effleurage* untuk menguragi nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuainya karakteristik demografi (usia kehamilan, dan pekerjaan) responden yang diberikan tehnik *effleurage* untuk menguragi nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III.
- b. Diketuainya tingkat nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III sebelum diberikan tehnik *effleurage*.
- c. Diketuainya tingkat nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III sesudah diberikan tehnik *effleurage*.
- d. Diketuainya perbedaan tingkat nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III sebelum dan sesudah diberikan tehnik *effleurage*.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk mengembangkan terapi non farmakologis untuk penatalaksanaan nyeri punggung salah satunya dengan tehnik *effleurage*.

### **2. Bagi Profesi**

Penelitian ini diharapkan sebagai evidence based of nursing (EBM) untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil secara tepat.

### **3. Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan dalam mengurangi nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III dengan menggunakan tehnik *effleurage*.

### **4. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai cara mengurangi nyeri dengan tehnik *effleurage* (pemijatan) dan dapat melakukan secara mandiri.