

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan adalah kondisi dimana wanita sedang mengandung dan mengembangkan embrio dan fetus didalam rahimnya selama 9 bulan atau selama fetus masih ada di dalam rahim ibu (WHO,2019). Kehamilan dibagi menjadi 3 (tiga) Trimester, diantaranya trimester I usia kehamilan 12 minggu, trimester II usia kehamilan 13-27 minggu dan trimester III usia kehamilan 28-40 minggu (Saifuddin, 2014). Saat masa kehamilan, hampir semua sistem organ mengalami perubahan baik secara anatomis maupun fungsional. Terjadinya perubahan fisiologis dapat menimbulkan rasa ketidaknyamanan yang dialami oleh ibu hamil (Cunningham, 2019).

Pada kehamilan dengan adanya pembesaran uterus dan penambahan berat badan maka pusat gravitasi akan berpindah di area depan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisi berdirinya. Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa peregangan tambahan dan kelelahan pada anggota tubuh. Dengan bertambahnya berat badan yang bertahap selama kehamilan dan redistribusi ligamen, pusat gravitasi tubuh bertumpu kedepan dan jika dikombinasikan dengan peregangan otot abdomen yang lemah mengakibatkan lekukan pada bahu, ada kecenderungan otot punggung menekan ke bawah (Putri et al., 2019). Penekanan dari kepala bayi dengan tulang punggung bawah mengakibatkan penekanan nyeri pada ibu hamil (Wahyuni, Raden, & Nurhidayati, 2019). *Low back pain* merupakan perubahan

jaringan lunak penghubung dan penyokong yang disebabkan oleh perubahan hormonal, sehingga terjadi penurunan elastisitas dan kelenturan otot (Prabowo, 2020) dalam (Marsanda et al., 2023).

Prevalensi terjadinya nyeri tulang belakang pada ibu hamil terjadi lebih dari 50% di Amerika Serikat, Kanada, Iceland, Turki, Korea, dan Israel. Prevalensi nyeri tulang belakang saat kehamilan di Indonesia dari penelitian yang dilakukan oleh Suharto 2001, menjelaskan bahwa dari 180 ibu hamil yang diteliti, 47 % mengalami nyeri tulang belakang. Di provinsi Jawa Timur diperkirakan sekitar 65 % dari 100% ibu hamil masih mengalami nyeri punggung (Mufikasari & Kartikasari, 2015). Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di hari rabu tanggal 7 Agustus 2024 di Poli KIA Puskesmas Glagah dengan metode wawancara dari ibu hamil 31 terdapat 12 (38,70%) ibu hamil mengalami nyeri punggung rata- rata terjadi pada ibu hamil Trimester III.

Faktor- faktor yang menyebabkan nyeri punggung saat kehamilan yaitu terjadinya perubahan struktur anatomis, hormonal dan stres (Tracccy, 2019). Perubahan anatomi terjadi karena fungsi tulang belakang semakin berat untuk menyeimbangkan tubuh dengan membesarnya uterus dan janin. Selain itu ada penyebab lainnya yaitu peningkatan hormon relaksin yang menyebabkan ligamen tulang belakang tidak stabil sehingga mudah menjepit pembuluh darah dan serabut saraf (*American Pregnancy Organisation*, 2019). Nyeri tulang belakang yang dirasakan ibu hamil akan memicu terjadinya stres dan perubahan *mood* yang berujung terhadap semakin memburuknya nyeri tulang belakang (*Association Chartred Physiotherapist for Woman Health*, 2019). Dampak dari nyeri punggung

tersebut jika tidak teratasi maka ibu hamil akan mengalami gangguan rasa nyaman yang dapat mengakibatkan stress, insomnia, dan gangguan tidur (Mayestika & Hasmira, 2021).

Penatalaksanaan nyeri tulang belakang saat kehamilan sangat bervariasi, mulai dari penatalaksanaan farmakologis maupun non farmakologis (Sinclair, 2019). Penatalaksanaan nyeri secara farmakologis dapat berupa pemberian analgesik seperti paracetamol, NSAID, dan ibu profen, sedangkan penatalaksanaan secara non- farmakologis diantaranya seperti pijat dan latihan mobilisasi, akupuntur, Transcutaneous Electrical Nerves Stimulation (TENS), relaksasi dan terapi air hangat atau air dingin. Terapi air hangat merupakan salah satu dari terapi non farmakologis yang dapat menurunkan nyeri. Air hangat dapat menyebabkan sirkulasi darah meningkat dan membawa oksigen ke bagian yang nyeri serta otot tendon, maupun ligamin relaksasi (Cynty, 2019). Terapi hangat salah satunya dapat dilaksanakan menggunakan buli-buli (Marybetss, 2020). Penelitian di Jombang Jawa Timur tahun 2012 menjelaskan terapi air hangat dapat meningkatkan kenyamanan dan menurunkan nyeri tulang belakang saat ibu hamil menjelang persalinan (Yani, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan agustus 2024 didapatkan bahwa pemberian terapi mengenai keluhan nyeri punggung di Puskesmas Glagah Kabupaten Lamongan dilakukan melalui konseling dan penyuluhan dan belum pernah dilakukan menggunakan buli-buli air hangat. Berdasarkan latar belakang di atas perlu dilakukan penelitian mengenai efektivitas penggunaan buli-buli air hangat dalam mengurangi nyeri punggung

pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Glagah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui apa efektivitas penggunaan buli-buli air hangat dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Glagah?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas penggunaan buli-buli air hangat untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Glagah.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi skala tingkat nyeri punggung ibu hamil sebelum diberikan buli-buli air hangat di Puskesmas Glagah.
- 2) Mengidentifikasi skala tingkat nyeri punggung ibu hamil sesudah diberikan buli-buli air hangat di Puskesmas Glagah.
- 3) Menganalisis efektivitas penggunaan buli-buli air hangat dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Glagah.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat berkontribusi dalam perkembangan ilmu kebidanan dalam memberikan asuhan kebidanan mengenai efektivitas

penggunaan buli-buli air hangat dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Glagah.

1.4.2 Praktis

1) Bagi Puskesmas Glagah Lamongan

Memberikan kontribusi informasi dalam penggunaan buli-buli air panas untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil yang dapat memengaruhi kepercayaan diri ibu hamil.

2) Bagi Bidan

Memberikan kontribusi informasi dalam penggunaan buli-buli air panas untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil yang dapat memengaruhi kepercayaan diri ibu hamil, sehingga bidan memahami secara tepat penatalaksanaan yang digunakan dalam menangani permasalahan kekhawatiran ibu hamil.

3) Bagi Masyarakat

Memberikan kontribusi informasi kepada ibu dan keluarga responden mengenai informasi dalam penggunaan buli-buli air panas untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil yang dapat memengaruhi kepercayaan diri ibu hamil.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pustaka, data pembandingan dan sebagai masukan dalam penelitian selanjutnya dengan topik yang sama.