

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah proses fisiologis normal. Kehamilan normal mengubah sistem fisiologis secara bermakna, yang dapat mempengaruhi status kesehatan ibu dan janin (Indria & Retnowati., 2022). Secara normal ibu hamil akan mengalami perubahan secara fisik dan psikologi. Pada masa kehamilan uterus mengalami pembesaran seiring dengan bertambahnya usia kehamilan dan terjadi perpindahan pusat gravitasi ke arah depan hingga ibu hamil diharuskan menyesuaikan posisi saat berdiri dan bergantung pada kekuatan otot (Sari & Farida, 2021). Perubahan pembesaran uterus menyebabkan nyeri punggung pada ibu hamil.

Nyeri punggung merupakan salah satu ketidaknyamanan yang paling umum dirasakan oleh ibu hamil trimester III selama masa kehamilannya. Nyeri punggung pada ibu seiring dengan membesarnya rahim dengan adanya pertumbuhan janin titik berat tubuh lebih condong kedepan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisinya untuk mempertahankan keseimbangan. Idealnya keluhan nyeri punggung selama periode kehamilan terjadi akibat perubahan anatomis tubuh, nyeri dikatakan fisiologis atau dalam batas normal apabila nyeri segera hilang setelah dilakukan istirahat (Simbung & Ohorella., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian prevalensi kejadian nyeri punggung di Indonesia terdapat 5.298.285 orang ibu hamil di antaranya 68% ibu hamil

mengalami nyeri punggung sedang dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung ringan (Desi Fitriana, Laily Himawati, 2024). Pada wilayah yang ada di Jawa Tengah tahun 2023 cukup tinggi, terdapat 314.492 orang yang terdapat kasus nyeri punggung (Dinkes Jawa Tengah, 2023). Sedangkan di puskesmas Cilacap Selatan sendiri data ibu hamil yang mengalami nyeri punggung terdapat 791 orang (Dinkes Cilacap, 2023).

Fenomena nyeri pada bagian punggung ibu hamil adalah salah satu keluhan yang paling banyak dilaporkan dikalangan ibu hamil yang memasuki usai kehamilan trimester III. Tingkat nyeri yang dirasakan bervariasi, mulai dari 50% sampai 70%. Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung sekitar 88,2%. Nyeri punggung terjadi pada usia kehamilan memasuki 14-22 minggu sekitar 62%. Hasil penelitian Purnamasari (2021) didapatkan bahwa 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang, dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan (Sari & Farida, 2021).

Akibat dari ibu hamil yang mengalami nyeri punggung biasanya dari sakrolika atau lumbar yang mengakibatkan gangguan di area punggung dan menjadi jangka panjang pada keseimbangan bagian otot serta stabilitas pelvis jika tidak segera dipulihkan setelah melahirkan atau *postpartum*. Risiko *low back pain* pada kehamilan berikutnya sangat tinggi setelah ada riwayat *low back pain* pada kehamilan sebelumnya (Arummega, Rahmawati 2022).

Berbagai pendekatan telah dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil baik farmakologis maupun nonfarmakologis. Tindakan nonfarmakologis lebih diminati oleh ibu hamil karena tidak menyebabkan efek samping terhadap ibu maupun janin. Beberapa tindakan nonfarmakologis yang digunakan adalah olahraga, bola kelahiran, pijat, dan kompres hangat. Terapi pijat merupakan salah satu pengobatan non obat yang bisa meredakan nyeri punggung pada ibu hamil, pijatan mengurangi ketegangan otot dan nyeri (Muawah & Bakti, 2023).

Salah satu teknik pijat yang ditawarkan kepada ibu hamil untuk mengurangi nyeri punggung adalah teknik *effleurage massage*. Teknik *effleurage massage* adalah suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan telapak tangan melekat pada bagian-bagian tubuh yang digosok. Bentuk telapak tangan dengan bagian jari-jari selalu menyesuaikan dengan bagian tubuh yang digosok, efek penyembuhan dari *effleurage* ini antara lain adalah membantu melancarkan peredaran darah vena dan peredaran darah cairan limfe, membantu memperbaiki proses metabolisme, menyempurnakan proses pembuangan sisa pembakaran atau mengurangi kelelahan. Tujuan penerapan teknik *effleurage massage* adalah untuk menurunkan skala nyeri punggung ibu hamil trimester III (Almanika & Kesuma, 2022).

Penelitian eksperimen terkait teknik *effleurage massage* dan terapi akupresur telah terbukti dapat mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sari, Farida (2021)

bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan teknik *effleurage massage* dan terapi akupresur terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan adanya penurunan nyeri punggung pada ibu hamil setelah dilakukan teknik *effleurage massage* dengan nilai $p=0,000$ (Mardiani & Resna, 2022).

Puskesmas Cilacap Selatan II terdiri dari dua kelurahan tegalkamulyan dan keluraha yaitu kelurahan tegalreja dan memiliki 34 posyandu. Sedangkan di Puskesmas Cilacap Selatan II sendiri data ibu hamil yang mengalami nyeri punggung terdapat 791 orang.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti ingin memahami lebih jauh tentang pengaruh teknik *effleurage massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu adakah pengaruh teknik *effleurage massage* terhadap tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh teknik *effleurage massage* terhadap tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III sebelum dilakukan *effleurage massage*

- b. Untuk mengetahui tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III sesudah dilakukan *effleurage massage*
- c. Membandingkan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *effleurage massage*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat menambah bahan tentang terapi komplementer untuk mengurangi nyeri khususnya pada keperawatan maternitas dan sumber pustaka bagi peneliti khususnya tentang pengaruh teknik *effleurage massage*. Hasil penelitian ini bisa memberikan manfaat dan semangat bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan ilmu.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Memberikan pengetahuan untuk mengurangi rasa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

b. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai sumber referensi dan sumber informasi penelitian selanjutnya agar bisa lebih dikembangkan lagi dengan teknik yang berbeda dan dapat menerapkan ilmu yang diperoleh selama melakukan penelitian.

c. Bagi Puskesmas

Sebagai wawasan dan pengetahuan serta materi praktik petugas kesehatan mengenai teknik *effleurage massage* terhadap tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

E. Keaslian Penelitian

Table 1.1 Keaslian penelitian

Nama peneliti, Tahun dan Judul	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan dan perbedaan
Arini purnama sari & Farida, 2021 Kombinasi Teknik <i>effleurage</i> dan terapi akupresur untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil	Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Metode penelitian ini menggunakan <i>quasi eksperimen</i> dengan <i>design one grup pretest dan posttest</i> . Populasi penelitian ini adalah ibu hamil trimester III. Menggunakan sampel yang memenuhi kriteria sebanyak 24 orang. Uji Analisa menggunakan uji <i>wilcoxon</i> karena data tidak berdistribusi normal.	Rata-rata skor nyeri sebelum intervensi adalah 2,83 dan setelah dilakukan intervensi menurun menjadi 1,46 dengan selisih rata-rata 1,37. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikan $p < 0,0001$, yang berarti penurunan nyeri secara statistik signifikan.	Persamaan : 1. Metode penelitian Perbedaan : 1. Lokasi dan waktu penelitian 2. Intervensi yang dilakukan
Dita almanika, Ludiana & Tri kesuma, 2022 Penerapan	Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Desai ini menggunakan desai stadi kasus (<i>case</i>	Hasil penelitian pada dua kelompok ini yaitu: 1. Pada	Persamaan : Perbedaan : 1. Metode penelitian 2. Lokasi dan waktu

<p><i>massage effleurage</i> terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja puskesmas yosomulyono kota metro</p>	<p><i>study</i>). Subyek yang digunakan dalam studi ini adalah ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung dan sesuai dengan kriteria inklusi. Pada kelompok primipara atau kehamilan/kelahiran pertama kali sebanyak 25 responden dengan presentase 52,1% dan kelompok multipara ada 23 responden dengan presentase sebanyak 47,9%.</p>	<p>kelompok primipara sekala nyeri menurun dari 8 menjadi 1</p> <p>2. Pada kelompok multipara sekala nyeri menurun dari 7 ke 2</p> <p>Pada penerapan <i>massage effleurage</i> selama 3 hari efektif dalam menurunkan skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.</p>	<p>penelitian</p> <p>3. Variable terkait yang akan diteliti ditambah Pendidikan ibu, pekerjaan</p>
<p>Gita Ayu, Misrina Retnowati, 2022</p> <p><i>Efektifitas effleurage massage dan petrissage massage</i> pada ibu hamil trimester III dengan <i>low back pain</i></p>	<p>Penelitian ini termasuk penelitian pre-eksperimen dengan desain <i>Randomized Control Trials</i> (RCT). Subjek pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester III dengan <i>low back pain</i> dengan dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok control dan menggunakan 20 responden.</p>	<p>Hasil penelitian berdasarkan dari data 20 partisipan yang bersedia untuk dilakukan tindakan <i>effleurage massage</i> dan petrissage massage sebanyak 60% responden memiliki karakteristik berusia 20-35 tahun dan</p>	<p>Persamaan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Metode penelitian 2. Desain penelitian <p>Perbedaan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Variable penelitian 2. Lokasi dan waktu penelitian

		<p>sebanyak 40% responden memiliki karakteristik usia >35 tahun. Dengan hasil tersebut maka tingkat efektifitas pada kelompok perlakuan lebih baik daripada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan <i>effleurage massage</i> dan <i>petrissage massage</i>.</p>	
--	--	---	--