

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nyeri punggung pada masa kehamilan banyak dialami oleh wanita pada saat-saat tertentu, yang sering terjadi pada kehamilan trimester III. Berdasarkan penelitian dari dua negara, kejadian nyeri punggung yang dilaporkan bermacam-macam, di Inggris sebesar 50% dan 70%, di Australia sebesar 70%. Ibu hamil di Indonesia mengalami nyeri punggung (*back pain*) dalam kehamilannya sebanyak 47% dari 180 ibu hamil yang dilakukan penelitian. Diprovinsi Jawa Timur ibu hamil yang mengalami nyeri punggung (*back pain*) diperkirakan sebanyak 65 % dari 100 % ibu hamil (Wulandari, 2017).

Berbagai faktor predisposisi nyeri punggung meliputi pertumbuhan uterus yang menyebabkan perubahan postur tubuh dan dapat menekan implus nyeri, penambahan berat badan, pengaruh hormone relaksin terhadap ligament, riwayat nyeri punggung terdahulu, paritas dan aktivitas. Pertumbuhan uterus sejalan dengan perkembangan kehamilan mengakibatkan teregangnya ligament penopang yang biasanya dirasakan ibu sebagai *spasme* menusuk yang sangat nyeri (menekan implus nyeri) yang disebut dengan nyeri ligament. Hal inilah yang menyebabkan nyeri punggung. Sejalan dengan bertambahnya berat badan secara bertahap selama kehamilan mengubah postur tubuh sehingga pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan. Ada kecenderungan bagi otot punggung

untuk memendek jika otot abdomen meregang sehingga dapat menyebabkan ketidakseimbangan otot disekitar pelvis dan tegangan tambahan dapat dirasakan diatas ligament tersebut (Kartikasari et al, 2016).

Faktor yang terakhir adalah paritas dan aktivitas. Wanita grande multipara yang tidak pernah melakukan latihan setiap kali melahirkan cenderung mengalami kelemahan otot abdomen, sedangkan wanita primigravida biasanya memiliki otot abdomen yang sangat baik karena otot tersebut belum pernah mengalami peregangan sebelumnya. Dengan demikian keparahan nyeri punggung bagian bawah biasanya meningkat seiring bertambahnya jumlah paritas. Nyeri punggung juga dapat merupakan akibat membungkuk yang berlebihan, berjalan tanpa istirahat dan angkat beban, terutama bila salah satu atau kegiatan ini dilakukan saat wanita tersebut sedang lelah (Kartikasari et al, 2016).

Berdasarkan penelitian Aprima Yona, (2022) bahwa 75% ibu hamil yang mengalami nyeri punggung menyebabkan lelah secara fisik maupun emosional serta terganggu aktivitas sehari-harinya. Kualitas hidup ibu hamil dapat memburuk disebabkan oleh nyeri punggung yang tidak ditangani dengan baik (Kartonis et al, 2011)

Apabila nyeri punggung tidak diatasi sesegera mungkin, maka akan dapat menyebabkan nyeri punggung jangka panjang, juga meningkatkan risiko nyeri punggung pascapartum dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit diatasi atau disembuhkan (Kuswanti, 2014).

Menurut penelitian Septianingrum and Hatmanti, (2019) membuktikan penelitiannya yang dilakukan pada ibu hamil dari beberapa responden sebagian besar responden mengalami sangat nyeri dan nyeri berat sebelum dilakukan *endorphin massage*.

Menurut penelitian Kurniati Devi Purnamasari, ada 30 responden ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah didapatkan 22 responden (73,33%) nyeri sedang, nyeri ringan sebanyak 3 orang (10%) dan nyeri berat sebanyak 5 orang (16,67%) (Purnamasari, 2019).

Menurut penelitian Putu Dyah Pramesti Cahyani, paritas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pada kehamilan. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar paritas responden adalah multigravida sebanyak 66,7%. Multigravida telah mengalami kehamilan lebih dari satu kali. Kehamilan sebelumnya akan menyebabkan peregangan pada otot dan sendi. Otot menjadi lebih kendur dan sendi menjadi lebih regang, sehingga pada kehamilan berikutnya, otot dan sendi tidak sekuat seperti kehamilan pertama (primigravida). Otot dan sendi yang tidak kuat menerima beban selama hamil akan mengalami stress sehingga terjadi nyeri punggung. Ibu hamil yang memiliki paritas tinggi yaitu lebih atau sama dengan empat (grande multi gravida) lebih beresiko mengalami nyeri punggung (Pramesti, 2019).

Upaya untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan cara farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dengan cara memberikan obat anti nyeri (analgesik) pada ibu hamil direkomendasikan oleh dokter dan terapi nonfarmakologi dapat dilakukan oleh petugas kesehatan atau keluarga pasien

yaitu salah satunya menggunakan *Endorphin Massage*. *Endorphin Massage* merupakan sebuah terapi sentuhan atau pijatan ringan yang cukup penting diberikan pada ibu hamil di waktu menjelang hingga saatnya melahirkan. Pijatan ini dapat merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *Endorphin* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman, menstimulus reseptor sensori di kulit dan di otak, merangsang pelepasan pada *Endorphin*, menurunkan katekolamin Endogen memberi rangsangan pada saat Eferen yang membuat blok terhadap rangsangan nyeri (Aprilia, 2017).

Kehamilan trimester ke-3 di mulai saat usia kehamilan 28 hingga 40 minggu. Kehamilan yang mereka alami ini dapat menyebabkan perubahan fisik dan psikis (Ika Pantiawati, S.Si.T dan Saryono, S.Kp., M. Kes, 2010).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada 21 Februari 2023 di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang, jumlah kunjungan ibu hamil dari bulan Januari-Februari berjumlah 78 orang mengalami nyeri punggung. Menurut pemilik Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao tersebut masih banyak ibu hamil yang mengalami nyeri dan belum mengetahui metode non farmakologis dan di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao tersebut belum pernah melakukan pijat *Endorphin* pada pasien ibu hamil trimester III.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang Tahun 2023”.

B. Rumusan masalah

Apakah ada pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *Endorphin Massage* terhadap penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui rata-rata intensitas nyeri punggung sebelum dilakukan *Endorphin Massage* pada ibu hamil trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang tahun 2023.
- b. Diketahui rata-rata intensitas nyeri punggung sesudah dilakukan *Endorphin Massage* pada ibu hamil trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang tahun 2023.
- c. Diketahui pengaruh *Endorphin Massage* terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi teoris

a. Bagi peneliti

Untuk melanjutkan penelitian tentang mata kuliah asuhan kebidanan berbasis naturopathy pada kehamilan, ibu hamil yang mengalami nyeri punggung dengan melakukan pijat *Endorphin*.

b. Bagi peneliti lain

Sebagai informasi dan gambaran untuk pengembang penelitian khususnya untuk penurunan nyeri punggung yang menjadikan pijat *Endorphin* sebagai obat non farmakologi bagi penelitian selanjutnya.

2. Bagi praktis

a. Bagi PMB

Sebagai bahan masukan di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang dalam memberikan edukasi pada pasien yang melakukan pijat *Endorphin* untuk menurunkan intensitas nyeri pada ibu hamil trimester III

b. Bagi Stikes Alifah Padang

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan tambahan referensi untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pijat *Endorphin* terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu hami trimester III.

E. Ruang Lingkup penelitian

Penelitian ini membahas tentang pengaruh pijat *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu hamil trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang Tahun 2023. Penelitian Ini menggunakan metode *Pre Experimental Design* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest*. dimana pengumpulan data primernya dilakukan dengan cara mewawancarai responden (pasien) di wilayah Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao di Kota Padang. Dimana dilakukan pengukuran sebelum melakukan perlakuan (*pretest*), kemudian dilakukan perlakuan yaitu tindakan pijat *endorphin* lalu setelah diberikan perlakuan dilakukan pengukuran kembali (*posttest*). Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan Pijat *Endorphin* Terhadap Intensitas Punggung Nyeri Pada ibu hamil trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang. Penelitian ini dilakukan mulai bulan Maret 2023-Agustus 2023 di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang berjumlah 78 orang responden.