

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Kehamilan merupakan fase di mana embrio tumbuh di dalam uterus, dimulai dari penggabungan sel telur dan sperma yang kemudian diikuti oleh proses penempelan. Proses ini berlangsung selama 4 minggu hingga 9 bulan sesuai dengan sistem kalender internasional. Kehamilan terbagi menjadi tiga fase, yakni trimester I yang mencakup minggu pertama hingga ketiga belas, trimester II yang mencakup minggu keempat belas hingga kedua puluh tujuh, dan trimester III yang berjalan dari minggu kedupuluh delapan hingga minggu keempat puluh (Yulaikhah, 2019).

Kehamilan pada trimester III menyebabkan berbagai keluhan di sepanjang trimester akhir. Pada trimester ketiga, ibu hamil sering merasakan ketidaknyamanan atau keluhan tertentu ketidaknyamanan yang dialami oleh ibu pada trimester ketiga mencakup rasa sakit di bagian bawah punggung, khususnya di lumbal sakral. Rasa sakit ini meningkat seiring dengan bertambahnya usia kehamilan (Said, 2022).

Nyeri punggung bawah adalah salah satu isu muskuloskeletal yang terjadi dan menimbulkan ketidaknyamanan selama periode kehamilan. Masalah ini dapat menyebabkan otot mengalami kejang, dan jika berlangsung lama, dapat menyebabkan lemahnya otot yang berpotensi memicu atrofi otot. Kekuatan otot yang melemah dapat menyebabkan penurunan stabilitas di daerah punggung bawah, yang akan berdampak negatif pada aktivitas fungsional bagi wanita hamil. Masalah ini akan memengaruhi kegiatan sehari-hari dan berujung pada berkurangnya kemampuan atau bahkan ketidakmampuan. Dampak yang berlangsung dalam jangka waktu lama tidak hanya memengaruhi struktur tubuh dan cara kerja fisik, tetapi juga akan berdampak pada keadaan hidup, baik dalam aspek pribadi maupun interaksi dengan lingkungan sosial dan keluarga (Hikmah, 2022).

Nyeri punggung bawah salah satu keluhan muskuloskeletal yang timbul dan membuat rasa tidak nyaman selama kehamilan. Keluhan tersebut

akan menyebabkan spasme otot dan apabila berlangsung pada jangka waktu panjang maka akan berdampak pada kelemahan otot yang berakibat timbulnya atrofi otot. Kelemahan otot akan mengakibatkan penurunan dari stabilitas area lumbal dan akan berdampak pada penurunan aktivitas fungsional dari ibu hamil gangguan tersebut tersebut akan berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari yang ber efek pada penurunan kemampuan atau ketidakmampuan. Dampak jangka panjang tidak hanya ber efek kepada struktur anatomi maupun fungsi fisiologis kepada struktur anatomi maupun fungsi fisiologis, tetapi akan ber efek terhadap kondisi kehidupan baik secara personal atau sosialisasi dengan lingkungan masyarakat dan keluarga (Hikmah, 2022).

Nyeri di area bawah punggung yang dirasakan selama kehamilan bisa memberikan dampak negatif terhadap kemampuan seorang ibu untuk melakukan aktivitas sehari-hari, seperti menjaga kebersihan diri, duduk, berjalan, dan berhubungan intim. Jika rasa sakit di bagian punggung ini tidak ditangani segera, hal itu dapat menyebabkan nyeri punggung yang berkepanjangan, memperbesar peluang terjadinya nyeri punggung setelah proses melahirkan, serta menyebabkan nyeri punggung yang lebih enam bulan (konis) rumit untuk diatasi. Kondisi ini dapat menyebabkan rasa sakit yang menjalar hingga ke daerah panggul, yang dapat mengganggu mobilitas dan memerlukan penggunaan alat bantu seperti kruk atau alat lainnya. Nyeri di daerah punggung bawah dapat berdampak buruk pada kualitas hidup perempuan yang sedang hamil, karena membuat aktivitas sehari-hari menjadi sulit. Ini termasuk kesulitan saat berdiri setelah duduk, berpindah dari tempat tidur, duduk dalam waktu lama, berdiri terlalu lama, serta mengangkat dan melepas pakaian, juga mengangkat dan memindahkan barang di sekitarnya (Suryanti *et al.*, 2021).

Organisasi Kesehatan Dunia (2023) mengindikasikan bahwa pada tahun 2020, terdapat 121,9 juta wanita hamil di seluruh dunia (WHO, 2023). Di sisi lain, berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI (2020), pada tahun 2019, populasi ibu hamil di Indonesia mencapai 5.256.483 orang. Informasi yang diperoleh dari Provinsi Sumatera Utara (2023)

mengindikasikan bahwa pada tahun 2021, terdapat 329.118 ibu hamil (BPS Sumut, 2023).

Sebanyak 50% wanita hamil di berbagai belahan dunia mengalami nyeri pada bagian punggung bawah, dan sebagian besar dari kasus ini terjadi pada trimester ketiga kehamilan di Indonesia, proporsi ibu hamil yang mengalami rasa sakit punggung pada trimester ketiga mencapai 70%. Wilayah Sumatera Utara menunjukkan 48,5% wanita hamil menghadapi isu yang sama pada trimester ketiga (Kuswati, 2020).

Berdasarkan data yang diperoleh dari UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara (2024) terdapat 1.374 wanita hamil di Kota Gunungsitoli, di mana 212 di antaranya terdaftar di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara. Januari 2025, menunjukkan ada 44 wanita hamil yang sedang berada di trimester III.

Menurut Maryunani (2021), ada beberapa cara untuk menangani rasa sakit, yang mencakup penggunaan obat-obatan dan metode yang tidak menggunakan obat. Pengobatan dengan obat sering melibatkan penggunaan analgesik atau opioid untuk meredakan rasa sakit, meskipun ini bisa memiliki efek samping. Di sisi lain, pendekatan tanpa obat bagi klien adalah dengan melakukan terapi pijat *effleurage*, yang dapat mengurangi atau bahkan menghentikan rasa sakit dengan sedikit atau tanpa efek samping

Menurut Almanika (2022) teknik pijat *effleurage* merupakan sebuah terapi yang aman untuk wanita hamil, di mana dalam prosesnya, pijat *effleurage* dilakukan dengan cara menggosok bagian-bagian tubuh menggunakan telapak tangan secara keseluruhan. Telapak tangan dan jari-jari akan selalu sesuai dengan bagian tubuh yang mendapatkan pijatan. Efek dari metode *massage effleurage* ini adalah memperbaiki sirkulasi darah vena serta mendukung proses relaksasi dan mengurangi nyeri.

Hasil penelitian Fadillah (2021) mengindikasikan bahwa metode *massage effleurage* mampu meredakan nyeri punggung pada ibu hamil yang berada di trimester ketiga. Penelitiannya menunjukkan adanya perbedaan yang cukup berarti antara rasa sakit sebelum dan setelah penerapan *massage effleurage* dengan nilai p value (0,000). Hasil kajian membuktikan bahwa

nilai p berada di bawah α (0,05), yang menunjukkan bahwa teknik *massage effleurage* berpengaruh terhadap tingkat rasa sakit di punggung bawah pada wanita hamil di trimester ketiga. Teknik *massage effleurage* mampu memberikan efek pengalihan perhatian yang dapat merangsang peningkatan produksi endorfin dalam sistem pengendalian turun, sehingga dapat memberikan kenyamanan tambahan melalui relaksasi otot. *Massage effleurage* merupakan metode pemijatan yang menggunakan seluruh bagian tangan yang diletakkan secara lembut pada bagian tubuh yang sedang dipijat. Telapak tangan harus senantiasa bersentuhan dengan tubuh, sehingga akan merasakan gerakan yang terus-menerus saat memberikan tekanan yang teratur dari atas ke bawah ke titik awal dengan sentuhan yang lembut, yang dapat membantu mengurangi nyeri.

Menurut Rosa *et al.*, (2023) hasil analisis menunjukkan bahwa sebelum dilakukannya teknik *massage effleurage*, pasien merasakan nyeri di punggung dengan tingkat 6 (nyeri sedang). Setelah diterapkannya *massage effleurage* pada hari pertama, tingkat nyeri punggung menurun menjadi 5 (nyeri sedang). Selanjutnya, di hari kedua, tingkat rasa sakit kembali menurun hingga mencapai angka 3 (rasa sakit ringan), dan pada hari ketiga, tingkat rasa sakit menurun lagi menjadi angka 1 (rasa sakit ringan). Setelah melakukan *massage effleurage* sebanyak tiga kali dalam seminggu, terlihat perubahan yang stabil pada tingkat rasa sakit, yaitu pada angka 1 (rasa sakit ringan). Teknik *massage effleurage* ini simpel untuk dilakukan, aman, dan tidak membutuhkan banyak alat. Metode ini menghentikan sinyal nyeri agar tidak sampai ke sistem saraf pusat yang lebih tinggi, sehingga dapat mengurangi rasa sakit punggung pada wanita hamil. Metode pemijatan ini mencakup penerapan tekanan pada jaringan lembut, otot, tendon, atau ligamen, yang bisa menimbulkan rasa tidak nyaman. Dampak dari teknik *massage effleurage* yang dilakukan dengan penuh perhatian dan rasa empati dapat membantu merelaksasi otot, menenangkan ujung-ujung saraf pada otot, dan mengurangi rasa nyeri.

Hasil studi yang dilaksanakan oleh Setiawati (2019) menunjukkan bahwa teknik *massage effleurage* dapat mengurangi nyeri di bagian punggung

bawah pada perempuan hamil yang sedang memasuki trimester ketiga. Pijatan yang dilakukan dengan telapak tangan dapat membantu menenangkan otot, menstabilkan ujung saraf, dan mengurangi rasa sakit. Perbaikan dalam kualitas rasa sakit punggung setelah mengikuti *massage effleurage* dapat diukur melalui pengurangan pada skala nyeri yang dirasakan oleh klien, dengan angka yang sangat signifikan sebesar 0,001 ($p \leq 0,05$). Ini menunjukkan bahwa *massage effleurage* memberikan dampak terhadap tingkat nyeri punggung pada wanita hamil di trimester ketiga.

Metode *massage effleurage* mampu memberikan stimulasi pada seluruh permukaan kulit dan dapat diarahkan khususnya ke area bahu dan punggung. Melakukan *massage effleurage* dengan cara tertentu pada punggung dapat meningkatkan relaksasi tubuh. Oleh karena itu, metode ini dianggap efektif, aman, mudah, dan tidak menimbulkan dampak negatif bagi ibu maupun janin yang sedang dibawa. Teknik *massage effleurage* juga dapat merangsang titik-titik yang terdapat di area medula spinalis, yang selanjutnya dikirim melalui serabut saraf besar ke formasi retikularis dan thalamus, sehingga dalam sistem limbik, tubuh melepaskan endorfin. Endorfin berperan sebagai neurotransmitter yang mampu mengurangi pengiriman sinyal rasa sakit dengan berikatan pada reseptor opiat di saraf dan sumsum tulang belakang sehingga, sehingga ketika rasa sakit muncul, hal ini dapat dihindari atau diminimalkan (Setiawati *et al.*, 2019).

Temuan dari studi awal yang dilakukan pada 14 wanita hamil di trimester ketiga menunjukkan bahwa nyeri di area punggung mulai terasa saat mereka bergerak setelah memasuki usia kehamilan 27 minggu. Ketika nyeri ini terjadi, wanita hamil biasanya memilih untuk duduk atau berbaring, memanfaatkan bantal untuk mendukung punggung saat beristirahat, dan berusaha untuk tetap dalam posisi duduk yang baik. Mereka juga menyatakan bahwa sebelumnya mereka tidak mengetahui tentang penggunaan terapi pijat *effleurage* untuk mengatasi sakit pada punggung bagian bawah.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus yang berjudul “penerapan prosedur *massage*

effleurage pada ibu hamil trimester III dengan gangguan nyeri punggung (akut) di Wilayah kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara”.

B. PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan paparan pada latar belakang diatas maka rumusan masalah pada studi kasus ini adalah bagaimana penerapan prosedur *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan gangguan nyeri punggung (akut) di wilayah kerja UPTD Puskemas Kecamatan Gunungsitoli Utara ?.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan umum:

Untuk mengidentifikasi penerapan prosedur *massage effleurage* pada ibu hamil trimester iii dengan gangguan nyeri punggung (akut) di wilayah kerja UPTD Puskemas Kecamatan Gunungsitoli Utara.

2. Tujuan khusus:

- a. Menggambarkan pengkajian pada ibu hamil trimester III dengan gangguan nyeri punggung (akut).
- b. Menggambarkan diagnosa keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan nyeri punggung (akut).
- c. Menggambarkan intervensi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan nyeri punggung (akut).
- d. Menggambarkan implementasi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan nyeri punggung (akut).
- e. Menggambarkan evaluasi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan nyeri punggung (akut).

D. MANFAAT PENELITIAN

Studi kasus ini diharapkan memberi manfaat bagi:

1. Bagi Peneliti

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan bagi peneliti selanjutnya, terutama tentang penerapan *massage effleurage* untuk mengatasi masalah gangguan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Bagi Tempat Peneliti

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara untuk menambahkan petunjuk tentang Penerapan *massage effleurage* untuk mengatasi masalah gangguan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III Sebagai bahan bacaan dalam menerapkan *massage Effleurage* untuk mengurangi nyeri pada ibu hamil di ruang baca Prodi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.

3. Bagi Institusi D-III Keperawatan Gunungsitoli Kemenkes Poltekkes Medan

Hasil studi kasus ini diharapkan bisa menjadi pelengkap yang berguna kepada kualitas Pendidikan, bisa dijadikan referensi serta bahan bacaan di ruang belajar Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Kemenkes Poltekkes Medan.