

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan kondisi alami di mana seorang wanita mengandung janin di dalam rahimnya, yang menyebabkan terus membengkak seiring pertumbuhan janin. Selama periode ini, tubuh ibu mengalami perubahan fisiologis akibat dari peningkatan hormon estrogen dan progesteron. Sistem reproduksi, payudara, dan sistem muskuloskeletal semuanya mengalami perubahan. Perubahan fisiologis yang terjadi selama kehamilan trimester III sering menyebabkan ketidaknyamanan, seperti sering buang air kecil, pembengkakan, kram kaki, kelelahan, masalah tidur, dan nyeri punggung karena berat janin meningkat. Nyeri punggung biasanya mulai muncul setelah usia kehamilan 7 bulan dan biasanya terjadi di punggung bagian bawah, kadang-kadang menjalar ke bokong, paha, bahkan kaki (Khayati & Sakina., 2025).

Saat kehamilan memasuki trimester III, banyak ibu hamil yang mengalami nyeri punggung. Ini karena perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan sehingga menyebabkan nyeri punggung. Perubahan ini postur tubuh disebabkan oleh tekanan pada tulang belakang menjadi lebih berat untuk menjaga keseimbangan tubuh karena pertumbuhan rahim dan janin. Faktor lain adalah hormon relaksasi yang meningkat, yang membuat ligamen tulang belakang tidak stabil, menyebabkan pembuluh darah dan serabut saraf terkompresi (Ulya *et al.*, 2024).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 menyatakan bahwa sekitar 70% ibu hamil di Australia mengalami nyeri punggung bawah selama kehamilan. Di sisi lain, penelitian yang dilakukan di Malaysia pada ibu hamil dengan usia kehamilan lebih dari 21 minggu menemukan bahwa sekitar 36,5% mengalami nyeri ringan, 46% mengalami nyeri sedang, dan 17,5% mengalami nyeri berat (Elkhapi., *et al.*, 2023). Angka kejadian nyeri punggung ini sangat tinggi antara 21-89% di negara-negara non-Skandinavia, seperti Amerika Utara, Afrika, Timur Tengah, Norwegia, Hongkong, dan Nigeria. Begitu juga, di

Amerika Serikat, Kanada, Islandia, Turki, dan Korea, lebih dari 50% ibu hamil mengalami nyeri punggung, dan di beberapa daerah di Indonesia angka ini berkisar antara 60-80% (Novita, 2024).

Menurut laporan Profil Data Kesehatan Indonesia tahun 2020, terdapat 5.298.285 ibu hamil di Indonesia mengalami nyeri punggung bawah (Kemenkes, 2021). Menurut Badan Penelitian dan Pengembangan tahun 2018 terdapat 68% ibu hamil di Indonesia mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang, dan 32% mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan (Yahya *et al.*, 2024). Berdasarkan Profil Kesehatan Sumatera Utara 2019 cakupan Ibu hamil dengan nyeri punggung sebesar 70% (Kesehatan, 2019).

Jika nyeri punggung tidak diobati segera, akan berdampak buruk. Ketika nyeri punggung menyebar ke daerah pelvis dan lumbal, ibu akan mengalami kesulitan berjalan dan meningkatkan risiko komplikasi pascapartum. Kompres hangat adalah sebuah metode non-farmakologi yang dapat membantu mengurangi nyeri punggung saat kehamilan (Yahya *et al.*, 2024). Kelebihan kompres hangat ini adalah mudah dilakukan, tidak memerlukan biaya, dan dapat dilakukan kapan saja. Respon panas ini digunakan untuk mengobati nyeri (Putri, Sari & Fitri, 2023). Cara menggunakan kompres hangat adalah dengan menempelkan buli-buli hangat pada area yang sakit atau nyeri, seperti perut bawah, pinggang belakang, dan lain-lain. Kompres punggung bawah dan perut bagian bawah selama 15-20 menit dengan suhu 38-42 °C (Novita, 2024).

Hasil penelitian yang dilakukan Putri, Sari, & Fitri (2023) di Puskesmas Purwosari menyatakan bahwa penerapan kompres hangat dengan buli-buli panas mampu dalam menurunkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Penerapan tersebut dilakukan pada dua ibu hamil dengan kriteria : ibu hamil trimester III dengan keluhan nyeri punggung bawah, dengan skala nyeri ringan hingga sedang. Proses penerapan berlangsung selama lima hari, dan hasilnya dievaluasi dengan baik. Tingkat nyeri subjek pertama turun dari skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 2, sedangkan subjek kedua turun dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 2.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Yahya (2025), yang berjudul pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Paceda Kota Bitung menunjukkan bahwa dari 17 responden yang akan diberikan kompres hangat, yang mengalami nyeri sedang ada 14 orang (88,2%), dan yang mengalami nyeri ringan ada 3 orang (11,8%). Intensitas nyeri punggung saat sebelum kompres dengan buli-buli hangat didapatkan nilai rata-rata sebesar 2,18, dan intensitas nyeri punggung saat setelah kompres hangat didapatkan nilai rata-rata sebesar 1,12. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat dapat mempengaruhi secara signifikan nyeri punggung ibu hamil di trimester III.

Dalam penelitian Novita (2024), yang berjudul pengaruh penggunaan buli-buli hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di TPMBS Jakarta Selatan, ditemukan bahwa intensitas nyeri punggung saat sebelum kompres dengan buli-buli hangat didapatkan nilai rata-rata sebesar 6,39, dan intensitas nyeri punggung saat setelah kompres dengan buli-buli hangat didapatkan nilai rata-rata sebesar 3,06. Hasilnya menunjukkan bahwa tingkat nyeri punggung ibu hamil dalam trimester III dipengaruhi oleh penggunaan kompres dengan buli-buli hangat. Terapi komplementer metode kompres dengan buli-buli hangat menurunkan nyeri punggung dari tingkat sedang menjadi tingkat ringan, sehingga ibu merasa nyaman setelah di kompres dengan buli-buli hangat.

Hasil Survei Awal Penelitian yang dilakukan pada tanggal 06 November 2025 di Klinik Tri Suci Medan Helvetia tercatat 340 orang ibu hamil. Ibu hamil trimester I sebanyak 120 orang, ibu hamil trimester II sebanyak 125 orang dan ibu hamil trimester III berjumlah 95 orang dari bulan Januari sampai November Tahun 2025. Dari tiga ibu hamil yang diwawancarai mengatakan nyeri punggung bawah dengan skala nyeri sedang. Nyeri muncul saat ibu hamil melakukan aktivitas rumah tangga dalam durasi yang panjang. Karakteristik nyeri yang dirasakan bersifat hilang timbul, seperti di tusuk-tusuk dan menjalar hingga area panggul. Ketika nyeri muncul, sebagian besar ibu hamil memilih untuk beristirahat sebagai upaya untuk mengurangi ketidaknyamanan tersebut. Saat dilakukan wawancara mengenai penggunaan kompres hangat dengan buli-buli panas sebagai upaya menurunkan nyeri punggung, para ibu hamil menyampaikan bahwa mereka belum pernah

melakukan tindakan tersebut dan tidak memiliki pengetahuan terkait manfaat maupun prosedurnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Kompres Hangat Dengan Buli-buli Panas Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Tri Suci Medan Helvetia”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimanakah Penerapan Kompres Hangat Dengan Buli-buli Panas Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Tri Suci Medan Helvetia?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan penerapan kompres hangat dengan buli-buli panas dalam menurunkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan penerapan kompres hangat
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sesudah diberikan penerapan kompres hangat.
- c. Membandingkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan penerapan kompres hangat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Studi Kasus ini diharapkan memberikan manfaat serta menambah pengetahuan mengenai penerapan kompres hangat dengan buli-buli panas dalam menurunkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Bagi Tempat Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman bagi Klinik Tri Susi Medan Helvetia tentang penerapan kompres hangat dengan buli-buli panas dalam menurunkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi di perpustakaan politeknik kesehatan tentang penerapan kompres hangat dengan buli-buli panas dalam menurunkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III khususnya bagi mahasiswa keperawatan.