BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dimulai sejak terjadinya pembuahan hingga lahirnya janin. Selama kehamilan, ibu mengalami berbagai perubahan anatomis, fisiologis, hormonal, dan psikologis untuk mendukung pertumbuhan serta perkembangan janin. Memasuki trimester III, perubahan tersebut semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia kehamilan dan ukuran janin. Kondisi ini menimbulkan berbagai ketidaknyamanan fisik pada ibu hamil, salah satunya adalah nyeri punggung bawah atau *low back pain* (LBP) (Wulandari & Wantini, 2021).

Nyeri punggung bawah merupakan salah satu masalah kesehatan muskuloskeletal yang banyak terjadi di dunia. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa sekitar 619 juta orang mengalami *low back pain* pada tahun 2020 dan jumlah tersebut diperkirakan meningkat menjadi 843 juta kasus pada tahun 2050. Kondisi ini menjadi penyebab utama disabilitas secara global karena dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup seseorang (WHO, 2023). Pada kelompok perempuan, kejadian nyeri punggung lebih tinggi dibandingkan laki-laki, termasuk pada masa kehamilan.

Tingginya angka kejadian nyeri punggung juga ditemukan pada ibu hamil. Perubahan pusat gravitasi tubuh akibat pembesaran uterus, peningkatan berat badan, peregangan ligamen, serta pengaruh hormon relaksin menyebabkan ibu hamil lebih rentan mengalami nyeri punggung terutama pada trimester III. Hasil *systematic review* dan *meta-analysis* oleh Salari *et al.* (2023) menunjukkan bahwa prevalensi global nyeri punggung selama kehamilan mencapai 40,5%**.** Keluhan ini dapat mengganggu mobilitas, aktivitas sehari-hari, kualitas tidur, hingga kondisi psikologis ibu.

Di Indonesia, sekitar 70% dari ibu hamil mengalami sakit pinggang *(low back pain)* paling sering ditemukan pada pelayanan *antenatal*, dengan puncak kejadian pada trimester II dan III. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa keluhan muskuloskeletal, terutama nyeri punggung, banyak dialami oleh ibu hamil trimester III akibat perubahan

fisiologis kehamilan yang semakin meningkat menjelang persalinan (Kemenkes RI, 2022). Kondisi ini perlu mendapatkan perhatian karena dapat memengaruhi kenyamanan ibu selama menjalani kehamilan serta berpotensi mengganggu aktivitas sehari-hari.

Di Provinsi Sumatera Utara, jumlah kunjungan antenatal terus mengalami peningkatan setiap tahunnya sehingga kebutuhan pelayanan kesehatan ibu juga semakin besar. Seiring dengan meningkatnya jumlah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan, keluhan ketidaknyamanan selama kehamilan, termasuk nyeri punggung, juga semakin sering ditemukan dalam pelayanan kesehatan ibu hamil (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2024). Menurut penelitian Rofiqoh dkk. (2024) menunjukkan bahwa 68,8% ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang**.** Kondisi ini menunjukkan bahwa nyeri punggung masih menjadi salah satu keluhan yang sering ditemukan pada ibu hamil sehingga memerlukan penatalaksanaan yang tepat. Kondisi serupa juga ditemukan di Kota Medan, di mana nyeri punggung menjadi salah satu keluhan yang sering disampaikan ibu hamil trimester III saat melakukan pemeriksaan kehamilan.

Berbagai upaya dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil, baik secara *farmakologis* maupun *nonfarmakologis*. Namun, penggunaan terapi *farmakologi*s selama kehamilan perlu dipertimbangkan dengan hati-hati karena berpotensi memberikan efek terhadap ibu maupun janin. Oleh karena itu, terapi *nonfarmakologis* menjadi alternatif yang lebih aman dan banyak direkomendasikan. Beberapa terapi *nonfarmakologis* yang sering digunakan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil antara lain senam hamil, yoga prenatal, kompres hangat, latihan peregangan, teknik relaksasi, *akupresur*, dan terapi pijat. Salah satu terapi pijat yang banyak digunakan adalah pijat *effleurage.* Pijat *effleurage* merupakan teknik pijatan menggunakan gerakan usapan ringan dan berirama yang bertujuan meningkatkan relaksasi, memperbaiki sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta membantu menurunkan intensitas nyeri (Asmita & Nurhayati, 2022).

Efektivitas pijat *effleurage* dalam menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III telah dibuktikan oleh berbagai penelitian. Penelitian yang berjudul *Kombinasi Teknik Effleurage Massage dan* Terapi *Akupresur*

terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III menunjukkan bahwa pemberian teknik *effleurage* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri punggung yang dialami ibu hamil trimester III (Sari & Farida, 2021). Hasil penelitian lain yang berjudul Pengaruh Terapi *Massage Effleurage* terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III juga menemukan adanya penurunan tingkat nyeri setelah dilakukan *massage effleurage*, sehingga terapi ini dinilai mampu meningkatkan relaksasi dan kenyamanan ibu selama kehamilan (Mardiani & Resna, 2022). Selain itu, penelitian Efek Pijat *Effleurage* dalam Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III menyimpulkan bahwa pijat *effleurage* berpengaruh signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri punggung dan dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi *nonfarmakologis* yang aman untuk diterapkan pada ibu hamil trimester III (Retnosari *et al.,* 2025).

Berdasarkan hasil survei awal di Klinik Pratama Sarfina, jumlah kunjungan ibu hamil dalam tiga bulan terakhir mencapai 80 kunjungan. Saat survei awal, peneliti mewawancarai 2 ibu hamil trimester III yang sedang melakukan pemeriksaan kehamilan dan keduanya menyampaikan keluhan nyeri punggung. Hasil wawancara dengan tenaga kesehatan juga menunjukkan bahwa nyeri punggung merupakan salah satu keluhan yang sering dialami ibu hamil trimester III. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa nyeri punggung masih menjadi masalah yang cukup sering ditemukan pada ibu hamil trimester III di Klinik Pratama Sarfina.

Berdasarkan tingginya kejadian nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, dampak yang ditimbulkan terhadap kenyamanan dan aktivitas ibu, serta adanya bukti penelitian mengenai penerapan pijat *effleurage* dalam menurunkan nyeri, maka Peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai “Penerapan Pijat *Effleurage* pada Ibu Hamil Trimester III dengan Nyeri Punggung di Klinik Pratama Sarfina”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah penerapan pijat *effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung di Klinik Pratama Sarfina?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

   Mampu melaksanakan asuhan keperawatan KIBA (Kesehatan Ibu Bayi dan Anak) melalui penerapan pijat *effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung di Klinik Pratama Sarfina

2. Tujuan Khusus
   a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.
   b. Mampu menegakkan Diagnosis keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.
   c. Mampu menyusun intervensi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.
   d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan berupa penerapan pijat *effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.
   e. Mampu melakukan evaluasi keperawatan setelah penerapan pijat *effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.

D. Manfaat

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

   Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi dalam pengembangan ilmu kesehatan ibu bayi dan anak khususnya mengenai penerapan pijat *effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

   Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif intervensi *nonfarmakologis* yang dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan dalam membantu mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan masukan bagi Peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan studi kasus atau penelitian terkait penerapan pijat *effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.