

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Kehamilan merupakan serangkaian proses reproduksi yang saling berkaitan dari ovulasi pelepasan sel telur, migrasi spermatozoa dan ovum, konsepsi atau pertemuan antara sel telur dengan sperma sehat serta terjadinya pertumbuhan dan pembuahan zigot, nidasi pada uterus, pembentukan plasenta dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm. Tidak bisa dipungkiri selama proses kehamilan seringkali didapatkan berbagai ketidaknyamanan yang harus ditangani secara tepat terutama pada trimester III kehamilan (Yuliania et al., 2021).

Kehamilan menjadi pengalaman baru tersendiri bagi perempuan, perubahan fisik dan psikologis serta perubahan sosial menimbulkan ketidaknyamanan tersendiri. Prevalensi ketidaknyamanan selama kehamilan sekitar 3-17%, di negara maju 10% dan di negara berkembang 25%, di Indonesia angka kejadian ketidaknyamanan pada kehamilan berkisar 28,7% (Rusniawati, 2022).

Kehamilan trimester III dimulai dari kehamilan dengan usia antara 28-42 minggu. Berbagai masalah ketidaknyamanan timbul pada usia kehamilan trimester III yaitu perubahan fisiologis antara lain postur tubuh karena peningkatan berat badan dan membesarnya uterus akibat kehamilan sehingga menyebabkan pergeseran pusat gravitasi semakin ke depan yang menimbulkan nyeri punggung pada area lumbosakral. Jika dikombinasikan dengan peregangan otot abdomen yang lemah mengakibatkan lekukan pada bahu, ada kecenderungan otot punggung untuk menekan punggung bawah, Peregangan

tambahan dan kelelahan biasanya terjadi pada tulang belakang dan punggung ibu. Hal tersebut menyebabkan nyeri punggung pada trisemester III. Nyeri punggung yang muncul menyebabkan ketidaknyamanan yang merupakan salah satu bentuk perubahan psikologis pada ibu hamil. Gejala nyeri punggung juga disebabkan oleh hormon estrogen dan progesteron yang mengendurkan sendi, tulang dan otot pinggul (Khomariyah & Widyastuti, 2022).

Nyeri punggung merupakan gangguan yang banyak dialami oleh Ibu hamil yang tidak hanya terjadi pada trimester tertentu, tetapi dapat dialami sepanjang masa-masa kehamilan hingga periode pasca natal. Nyeri punggung bawah sangat sering ditemui pada Ibu hamil. Gejala nyeri punggung biasanya terjadi pada usia kehamilan di atas 7 bulan dan nyeri biasanya terasa dipunggung bagian bawah, kadang-kadang menyebar ke bokong dan paha, dan kadang-kadang turun ke kaki sebagai skiatika (Rofiqoh et al., 2024).

Prevalensi nyeri punggung di kalangan Wanita hamil merupakan keluhan yang sering dilaporkan, dengan skala angka berkisar antara 50 % sampai 70 % secara global. Sesuai temuan World Health Organization (WHO) tahun 2023, diperkirakan sekitar 50% ibu hamil secara global menderita sakit punggung, yang merupakan penyebab utama kecacatan di seluruh dunia. Kondisi ini memiliki prevalensi di seluruh dunia sebesar 7,2%, dan memengaruhi empat dari setiap lima orang selama hidup mereka (Rika Widianita, 2023). Penelitian pada ibu hamil di Indonesia yang mengalami back pain (nyeri punggung bawah) pada kehamilannya mencapai 60-80% (Putri & Astrid Novita, 2023)

Prevalensi nyeri punggung pada Ibu hamil tahun 2023 terjadi >50% diberbagai negara, seperti Amerika, Korea, Hongkong angka prevalensinya 21%-89,9%. Hasil survey dari penelitian (Setiyarini & Rahmawati, 2023) dari 157 orang ibu hamil sebanyak 70 % mengalami nyeri punggung. Ibu hamil primigravida maupun multigravida (80%) mengalami nyeri punggung, dan sekitar 10 % dari wanita dengan nyeri punggung bawah kronis dimulai ketika dia hamil.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2023 jumlah ibu hamil sebanyak 306.185 jiwa. Data dari profil Dinas Kesehatan Kabupaten Deli Serdang tahun 2023, jumlah ibu hamil 47.156 jiwa dan cakupan pelayanan ibu hamil yaitu 46.638 untuk kunjungan antenatal ke satu (K1) dan 46.300 untuk kunjungan antenatal ke empat (K4). Berdasarkan hasil dari penelitian pada Ibu hamil di berbagai daerah di Indonesia. Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung sebanyak 60-80%. Menurut laporan dari Profil Data Kesehatan Indonesia tahun 2018, terdapat 5.283.165 Ibu hamil di Indonesia mengalami nyeri punggung. Sedangkan di provinsi Sumatera Hasil penelitian menunjukkan 46.7% Ibu hamil TM 3 dengan nyeri punggung intensitas 4-6 (Rofiqoh et al., 2024).

Berbagai macam terapi atau tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil yaitu dengan menggunakan metode farmakologis dan non farmakologis. Metode farmakologis berpotensi untuk mempunyai efek samping, lebih mahal dan berpengaruh dalam kehamilan bagi ibu, janin, maupun bagi kemajuan persalinan. Metode non farmakologis dapat dijadikan alternatif terapi untuk mengatasi nyeri punggung karena tidak

memiliki efek samping, simpel, efektif dan tanpa efek yang merugikan (Khomariyah & Widyastuti, 2022). Salah satunya stimulasi pada area kulit (cutaneous stimulation) yaitu sebuah istilah yang digunakan dalam manajemen nyeri secara non farmakologis yang efektif dalam menurunkan nyeri punggung yaitu kompres hangat (Yuliania et al., 2021).

Berdasarkan penelitian terdahulu (Imelda et al., 2023) yang berjudul Kompres Hangat Pada Ibu Hamil Trimester III Untuk Mengurangi Nyeri Punggung disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat pada Ibu hamil nyeri punggung. Adanya penurunan skala nyeri dengan menggunakan kompres hangat pada kedua kasus yaitu pada penelitian yang dilakukan (Safrudin & Suyani, 2023) dengan artikel yang berjudul pengaruh kompres air hangat terhadap nyeri tulang belakang ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Rajapolah menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat (Khomariyah & Widyastuti, 2022).

Salah satu metode non farmakologis yang dapat mengurangi nyeri yaitu dengan kompres hangat. Kompres hangat selama kehamilan sangat bermanfaat bagi ibu hamil karena salah satu metode nonfarmakologi yang dapat memberikan ketenangan pada ibu hamil trimester III ditengah kondisi yang tidak nyaman dan terasa nyeri, sehingga memerlukan penanganan untuk mengurangi rasa tidak nyaman yang dirasakan ibu dalam proses kehamilan. Kompres hangat untuk ibu hamil dengan nyeri punggung dapat menggunakan suhu hangat secara lokal yang dapat memiliki efek fisiologis antara lain

pelunakan jaringan fibrosa, otot tubuh menjadi rileks, menghilangkan rasa nyeri, dan melancarkan aliran darah pada ibu hamil (Khomariyah & Widyastuti, 2022).

Berdasarkan survey data awal yang diperoleh oleh peneliti di klinik kasih Bunda Wilayah Kabupaten Deli Serdang pada bulan November 2024 terdapat 14 orang Ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan ANC dan 9 Ibu hamil diantaranya mengeluh mengalami nyeri punggung. Data kunjungan kehamilan ini mencakup kunjungan K4. Penulis juga menetapkan kriteria untuk melakukan penelitian yaitu, ibu hamil TM III, adanya keluhan nyeri punggung, usia kehamilan 28-37 minggu. Untuk penatalaksanaan nyeri punggung yang sudah dilakukan di Klinik Kasih Bunda adalah yoga hamil, untuk penggunaan metode lain seperti kompres hangat belum pernah dilakukan

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut kepada Ibu hamil dengan metode pemberian kompres hangat yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada Ibu hamil trimester III di Klinik Kasih Bunda, Deli Serdang tahun 2025.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, yang menjadi rumusan masalah penelitian adalah apakah ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah :

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengidentifikasi karakteristik ibu hamil yang mengalami nyeri punggung di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025.
- b. Untuk mengidentifikasi skala nyeri punggung sebelum pemberian kompres hangat terhadap ibu hamil nyeri punggung di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025.
- c. Untuk mengidentifikasi skala nyeri punggung sesudah pemberian kompres hangat terhadap ibu hamil nyeri punggung di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025.
- d. Untuk menganalisis pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Data hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai informasi dan dapat memberikan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan

penerapannya khususnya di bidang kebidanan bagi akademik maupun bagi instansi Pendidikan.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi Institusi**

Sumber referensi serta menambah publikasi dibidang kebidanan khususnya tentang asuhan ibu hamil, dan sebagai acuan dalam melakukan penelitian lebih lanjut yang terkait dengan asuhan kebidanan komplementer pada ibu hamil

### **b. Bagi Responden**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pendidikan dan informasi kepada ibu hamil khususnya trimester III mengenai pentingnya penerapann kompres hangat yang baik untuk penurunan nyeri punggung sehingga Kesehatan ibu dan janin terjaga sampai proses bersalin.

### **c. Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan bahan informasi untuk membantu meningkatkan pelaksanaan pelayanan kesehatan khususnya pada ibu hamil dengan nyeri punggung.

### **d. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam penerapan kompres hangat pada ibu hamil nyeri punggung

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1 Keaslian Penelitian**

| NO. | Nama dan Judul Penelitian   | Metode Penelitian   | Hasil Penelitian   | Perbedaan Penelitian   |
|-----|---|---|--|--|
| 1.  | (Suryanti & Lilis, 2021)<br>Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sekernan Ilir Tahun 2020 | Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen dengan bentuk rancangan one group pretest-posttest. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara purposive sampling. Jumlah Sampel Ibu hamil sebanyak 30 responden   | Hasil analisis didapatkan rata-rata derajat nyeri sebelum diberi kompres hangat adalah 5,857 (nyeri sedang). Pada pengukuran kedua (sesudah dilakukan kompres hangat) didapat rata-rata derajat nyeri 4,513 (nyeri sedang). Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value 0,000, maka dapat disimpulkan ada pengaruh kompres hangat terhadap tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III   | Perbedaan waktu, tempat, dan jumlah sampel                       |
| 2.  | (Safrudin & Suyani, 2023)<br>Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III                      | Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian pre-Experimental (nondesign). Dengan pendekatan pre Test post test meliputi hanya satu kelompok kontrol. Metode ini Menggunakan Metode Nonprobability Sampling Menggunakan Accidental Sampling yaitu pemilihan sampel dengan Mengambil responden yang secara kebetulan dan memenuhi kriteria. | didapatkan nilai p value = 0,00 Maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pengaruh kompres hangat sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Dimana nilai rata-rata sebelum dilakukan perlakuan $5,94 \pm 1,07$ Dan setelah dilakukan pemberian kompres hangat menjadi $3,35 \pm 1,17$ Sehingga rata-rata selisih penurunannya sebanyak 2,59 Hal ini membuktikan bahwa pemberian kompres hangat berpengaruh terhadap intensitas nyeri | Perbedaan waktu, tempat, dan jumlah sampel dan metode penelitian |



|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
|    |   |   | punggung pada ibu hamil trimester III. Sehingga kompres hangat yang diberikan pada ibu hamil trimester III berpengaruh menurunkan intensitas nyeri punggung yang di rasakan ibu.  |   |
| 3. | (Khomariyah & Widyastuti, 2022)<br>The Application of Warm Compress to Third Trimester Pregnant Women to Reduce Back Pain | Rancangan artikel ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan salah satu jenis rancangan deskriptif yang mencakup pengkajian satu unit penulisan secara intensif, misalnya satu klien, keluarga, kelompok, komunitas, atau institusi. Rancangan studi kasus ini memiliki keuntungan yaitu pengkajian dilakukan secara terperinci sehingga didapatkan gambaran satu unit subjek secara jelas. Kriteria inklusi pada penerapan ini yaitu Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung, Ibu hamil trimester III. Kriteria eksklusi pada penerapan ini adalah Ibu hamil dengan penyakit kulit luka terbuka di area punggung. Pengambilan studi kasus ini dilakukan | Hasil pengkajian yang diperoleh pada kedua kasus yang merupakan ibu hamil trimester III menunjukkan keduanya Mengalami ketidaknyamanan yaitu nyeri punggung. Faktor yang berhubungan pada kasus pertama dan kasus kedua dari munculnya gangguan rasa nyaman tersebut adalah karena adanya adaptasi kehamilan. Pada klien ke-1 yaitu mengatakan nyeri punggung bawah sehingga merasa tidak nyaman dan sulit tidur. Saat dilakukan pengkajian, ibu hamil tampak gelisah, ibu hamil tampak menyeringai sambil memegang punggung bawah, ibu hamil tidak rileks. Pada klien kedua yaitu mengatakan nyeri punggung bawah ketika bangun tidur dan setelah beraktivitas, kaki kram dan kesemutan, merasa sulit tidur. Saat pengkajian, ibu hamil terlihat tidak rileks, ibu | Perbedaan waktu, tempat, dan jumlah sampel dan Metode penelitian. |

|    |  |   |   |   |
|----|--|---|---|---|
|    |  | <p>di Desa Pasekaran, Kecamatan Batang dan waktu pengambilan studi kasus pada bulan Juni 2022 di rumah klien dengan waktu penerapan 15-20 menit yang dilakukan selama 3 kali dalam seminggu. Prosedur pengumpulan data dalam artikel ini yaitu dengan menggunakan observasi untuk mengetahui dari pengukuran skala nyeri punggung klien</p> | <p>hamil tampak meringis sambil mengelus punggung bawah.</p> <p>Intervensi keperawatan yang telah dilakukan 1 kali selama 3 hari dengan penerapan terapi kompres hangat dengan waktu pemberian kompres selama 15-20 menit dalam suhu air 40°C-50°C (ganti air hangat dengan suhu awal yaitu 40°C-50°C setiap 5 menit sekali. Bahwa pemberian kompres hangat selama 20 menit dapat berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, mengurangi kekakuan dan menghilangkan rasa nyeri. Setelah dilakukan pemberian kompres hangat klien mengalami penurunan nyeri punggung skala ringan dan merasa rileks sehingga rasa nyeri yang dirasakan dapat teralihkan dengan adanya sensasi hangat. Bahwa kompres hangat lebih efektif dalam meredakan nyeri punggung karena dapat meningkatkan relaksasi otot, aliran darah dan kenyamanan</p> |   |
| 4. | (Amalia & Dewi, 2020)<br>Efektivitas Kompres Hangat Terhadap | <p>Penelitian ini dilaksanakan di sebuah Puskesmas di Pekanbaru. Desain penelitian yang digunakan dalam</p>   | <p>Hasil penelitian dengan menggunakan uji t-dependent dan</p>  | <p>Perbedaan waktu, tempat, dan jumlah sampel dan</p> |

|  |   |   |  |                          |
|--|---|---|--|--------------------------|
|  | <p>Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III</p> | <p>penelitian ini adalah Quasi-Experiment dengan rancangan penelitian Non-Equivalent Control Group, yaitu sebuah rancangan penelitian tidak melakukan randomisasi untuk pengelompokan antara kelompok eksperimen dan kelompok control. Instrumen pengumpulan data Tentang nyeri menggunakan lembar observasi yang berisi biodata responden dan skala intensitas nyeri numerik 0-10. Alat pengompresan yang digunakan adalah air hangat, termometer air, baskom, handuk kecil, buli-buli dan termos untuk air panas.</p> | <p>independent didapatkan nilai rata-rata intensitas nyeri punggung pre-test kelompok eksperimen adalah 4,53 dengan standar deviasi 0,64 dan post-test setelah mendapatkan kompres hangat yaitu 3,07 dengan standar deviasi 0,594 dengan selisih nilai setelah perlakuan yaitu 1,46. Sehingga dapat dilihat pada kelompok eksperimen terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri punggung dengan <math>p\text{-value } 0,000 &lt; \alpha (0,05)</math>. Hasil penelitian menunjukkan skor perbedaan nilai rata-rata sebelum dan sesudah perlakuan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan <math>p\text{-value } 0,001 &lt; \alpha 0,05</math> hal ini berarti kelompok eksperimen lebih besar pengaruhnya terhadap intensitas nyeri punggung dari pada kelompok kontrol</p> | <p>metode penelitian</p> |
|--|---|---|--|--------------------------|