BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan sebuah peristiwa biologis yang terjadi ketika ovum berinteraksi dengan spermatozoa, lalu berkembang di dalam rahim wanita dan berlangsung sekitar 280 hari atau 40 minggu. Proses ini dimulai dari saat fertilisasi hingga kelahiran seorang bayi. Kehamilan adalah proses alami yang membutuhkan perhatian agar kesehatan ibu dan anak terjaga selama periode tersebut. Kehamilan merupakan keadaan di mana seorang wanita membawa embrio atau janin di dalam rahimnya yang mengalami berbagai tahap pertumbuhan. Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, di mana masing-masing trimester memiliki karakteristik fisiologis dan perkembangan janin yang unik. Dengan bertambahnya usia kehamilan, beban yang ditanggung oleh tubuh ibu akan meningkat dengan signifikan. Salah satu dampak fisik yang umum terjadi adalah munculnya rasa sakit (nyeri), terutama di area punggung bagian bawah (Ariendha, 2023 dalam Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan).

Pada tahun 2020 jumlah ibu hamil di seluruh dunia sebanyak 121,9 juta orang, pada wilayah South-East Asia mencapai 52,9 juta orang, di wilayah Pasifik Barat sebesar 5,1 juta orang, di wilayah Afrika 46,1 juta orang dan di wilayah Amerika 67 juta orang (*National Library of Medicine*, 2023 dalam Panjaitan, *et al.*, 2025). Menurut Survei Kesehatan Inonesia (SKI) tahun 2023, melaporkan prevalensi ibu hamil mencapai 2,7% atau sekitar 211.351 jiwa secara nasional. Kelompok ibu hamil usia 25-29 tahun mencapai 5,9% atau sekitar 1.790 jiwa, ibu hamil usia 30-34 tahun 4,1% atau sekitar 1.450 jiwa. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) melaporkan bahwa prevalensi Sumatra Utara ibu hamil dengan usia 25-29 mencapai 27,6% atau 3.031 dari 10.985 jiwa, ibu hamil dengan usia 30-34 tahun mencapai 5,9% atau 648,115 dari 10.985 jiwa. Berdasarkan laporan *World Health Organization (WHO)* 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).

Pada ibu hamil trimester III masalah yang sering timbul adalah nyeri akut pada punggung bawah, gangguan rasa nyaman dan ansietas. Menurut penelitian (Weni, 2023 dalam br. Simatupang, *et al.,* 2025) nyeri punggung terjadi selama kehamilan, dengan frekuensi mulai dari sekitar 50% di Inggris dan Skandinavia, serta hampir 70% di Australia. Hingga saat ini prevalensi ibu hamil dengan nyeri punggung sebesar 60-80% di beberapa wilayah Indonesia. Sekitar 70% ibu hamil menderita nyeri punggung yang disebabkan oleh perubahan pada otot tulang belakang akibat tegang pada daerah tersebut. Selain itu, 30% ibu hamil menderita nyeri punggung akibat perubahan postur tubuh karena berat janin yang terus bertambah sehingga menyebabkan ibu hamil menjadi bungkuk dan menyebabkan nyeri punggung.

Dampak jika nyeri pada punggung yang tidak ditangani dengan cepat dapat memberikan efek buruk. Ibu akan merasakan nyeri punggung yang berkepanjangan atau dalam bentuk kronis, memperbesar risiko komplikasi setelah melahirkan, serta menghadapi kesulitan saat berjalan jika rasa nyeri telah menyebar ke area panggul dan punggung bawah (Arummega, *et al.,* 2022).

Nyeri akut merupakan diagnosis keperawatan yang didefinisikan sebagai pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan (SDKI DPP PPNI, 2016). Nyeri punggung selama masa kehamilan adalah masalah yang sering dialami wanita hamil dengan proporsi sekitar 50%. Sekitar 49% wanita hamil melaporkan rasa sakit pada area pinggul yang berlangsung lebih dari tiga bulan. Pada tahun pertama setelah melahirkan, 72% wanita yang mengalami nyeri pada pinggang dan panggul, beberapa dari mereka masih merasakan sakit yang terus berlanjut di punggung bagian bawah dan area panggul hingga tiga tahun setelah melahirkan (Efriana & Sanjaya., 2023). Manajemen nyeri dapat dilakukan secara farmakologis, yaitu melalui suplemen kalsium, atau non-farmakologis seperti kompres hangat, yoga prenatal, olahraga ringan, koreksi

postur, dan teknik relaksasi (Pratiwi & Fatimah, 2019 dalam br. Simatupang., *et al*., 2025).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Yahya 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 (Yahya, 2025).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Novita yang berjudul pengaruh penggunaan buli-buli hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Unit Pelayanan Obstetri Neonatal Emergensi Komprehensif di jakarta selatan menunjukkan bahwa selisih nilai menunjukkan penurunan derajat nyeri punggung sebesar 3,33 dengan p-value 0,000 dari alpha 5%. 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 ketiga 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 (Novita, 2024).

Berdasarkan hasil buku laporan tahunan Puskesmas Sarudik dan survey pendahuluan yang telah penulis lakukan pada tanggal 14 februari 2026 di wilayah kerja Puskesmas Sarudik di dapatkan jumlah ibu hamil pada tahun 2020 ada 90 orang, pada tahun 2021 ada 95 orang, pada tahun 2022 ada 103 orang, pada tahun 2023 ada 115 orang, yang mengalami nyeri punggung ada 12 orang, pada tahun 2024 ada 118 orang, yang mengalami nyeri punggung ada 15 orang dan pada tahun 2025 ada 223 orang. Ibu hamil trimester I ada sebanyak

100 orang, ibu hamil trimester II ada sebanyak 60 orang dan ibu hamil trimester III ada sebanyak 63 orang dan yang mengalami nyeri punggung tercatat sebanyak 20 orang.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul "Penerapan Kompres Hangat Dengan Buli-buli Panas Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Kecamatan Sarudik".

B. Rumusan Masalah

"Bagaimana Penerapan Kompres Hangat Dengan Buli-buli Panas Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

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

2. Tujuan Khusus
   a. Menggambarkan karakteristik ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung
   b. Menggambarkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan penerapan kompres hangat
   c. Menggambarkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III setelah diberikan penerapan kompres hangat.
   d. Membandingkan perbandingan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan penerapan kompres hangat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Subjek Peneliti

   Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan tentang penerapan kompres hangat dengan buli-buli panas untuk menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Bagi Tempat Penelitian

   Studi kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi wilayah kerja di Puskesmas Sarudik untuk menambah petunjuk tentang penerapan kompres dengan buli-buli panas untuk menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

3. Bagi Institusi

   Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi referensi di perpustakaan politeknik kesehatan medan tentang penerapan ompres hangat dengan buli-buli panas untuk menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III khusunya bagi mahasiswa keperawatan.