

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan sebagai suatu kondisi dimana seorang perempuan sedang mengandung *fetus* didalam rahimnya selama sembilan bulan atau selama *fetus* berkemih, tekanan dan ketidaknyamanan pada perinium, nyeri punggung bawah, konstipasi, varises, mudah lelah, kram kaki, dan oedema pergelangan kaki.(Suryanti *et al.*, 2021).

Kehamilan sendiri dianggap sebagai sebuah proses normal yang biasa terjadi, namun dalam proses tersebut seringkali muncul berbagai gangguan yang harus ditangani secara hati-hati .(Yuliania *et al.*, 2021).

Di Indonesia angka kehamilan pada tahun 2018 tercatat sekitar 5.324.562 jiwa. Sedangkan di Jawa Tengah, jumlah ibu hamil mencapai 612.292 jiwa Kemenkes jawa tengah(2018). Angka kematian ibu(AKI) di Indonesia dalam data kemenkes pada tahun 2018 terdapat sekitar 305 per100.000 kelahiran hidup. Nyeri punggung di Indonesia lebih sering di jumpai pada ibu hamil dan pada golongan usia 30 tahun. Secara keseluruhan nyeri punggung merupakan keluhan yang paling banyak dijumpai dengan angka prevalensi mencapai 49%, 80-90% dari ibu hamil yang mengalami nyeri punggung menyatakan tidak melakukan usaha apapun untuk mengatasi timbulnya gejala tersebut, dengan kata lain hanya sekitar 10-20% dari mereka yang melakukan perawatan medis ke tenaga kesehatan.(Suryanti *et al.*, 2021).

Di Jawa Tengah, angka kematian ibu pada tahun 2018 mencapai 602 kasus atau 109,65 per 100.000 kelahiran hidup, yang angka kematian tertinggi ada di Brebes dengan 52 kasus (Dinkes Jawa Tengah,2018).

Di wilayah Jawa Tengah jumlah ibu hamil yang mengalami nyeri punggung ada 314.492 orang (profil data Kesehatan Indonesia, 2015).

Hasil prevalensiibu hamil di seluruh puskesmas kota Sukoharjo tahun 2021 sebagai berikut :

No	Unit Pelayanan	Jumlah Ibu Hamil
1.	Weru	709
2.	Bulu	416
3.	Tawang Sari	747
4.	Nguter	735
5.	Sukoharjo	2043
6.	Bendosari	706
7.	Polokarto	1180
8.	Mojolaban	1158
9.	Grogol	1820
10.	Baki	973
11.	Gatak	669
12.	Kartosuro	1350
	TOTAL	12514

Prevelensi nyeri punggung ibu hamil trimester III secara global berdasarkan survey yang dilakukan di Inggris dan Skandinavia, 50% ibu hamil trimester III menderita nyeri punggung yang signifikan. Sedangkan di Indonesia sendiri, dilaporkan bahwa 70% ibu hamil mengalami nyeri punggung pada trimester III (Sari et al., 2020).

Prevelensi nyeri punggung ibu hamil trimester III secara global berdasarkan survey yang dilakukan di Inggris dan Skandinavia, 50% ibu hamil trimester III menderita nyeri punggung yang signifikan. Sedangkan di Indonesia sendiri, dilaporkan bahwa 70% ibu hamil mengalami nyeri punggung pada trimester III (Sari et al., 2020)

Nyeri punggung merupakan masalah yang sering terjadi pada kehamilan khususnya trimester III kehamilan. Fenomena nyeri pada bagian punggung merupakan salah satu keluhan yang paling sering dilaporkan dikalangan ibu hamil, bervariasi dari 50%-80%. Nyeri punggung bawah juga bisa disebabkan karena membungkuk yang berlebihan, berjalan tanpa istirahat, dan sering mengangkat beban berat. Perubahan-perubahan ini disebabkan oleh berat uterus yang membesar. Apabila saat ibu hamil mengalami nyeri punggung tetap melakukan aktivitasnya intensitas nyeri tersebut akan bertambah. (Mayestika & Hasmira, 2021)

Dampak dari nyeri punggung tersebut jika tidak teratasi maka ibu hamil akan mengalami gangguan rasa nyaman yang dapat mengakibatkan stress, insomnia, dan gangguan tidur.(Mayestika & Hasmira, 2021).

Nyeri punggung yang segera tidak diatasi, bisa mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pasca partum dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan, yaitu ketika nyeri sampai menyebar ke daerah pelvis yang menyebabkan kesulitan berjalan sehingga memerlukan kruk ataupun alat bantu jalan lainnya. Nyeri punggung bawah dapat menimbulkan dampak negatif pada kualitas hidup ibu hamil karena terganggunya aktifitas fisik sehari-hari misalnya akan kesulitan menjalankan aktivitas seperti berdiri setelah duduk, berpindah dari tempat tidur, duduk terlalu lama, berdiri terlalu lama, membuka baju dan melepaskan baju, maupun mengangkat dan memindahkan benda-benda sekitar.(Suryanti *et al.*, 2021).

Gangguan atau masalah yang dihadapi masa kehamilan dengan munculnya perubahan yang bersifat fisiologis seperti peningkatan kadar progesteron dan prolaktin, peningkatan berat badan, gerakan janin, mual-muntah dan distensi kandung kemih yang berpotensi menyebabkan beberapa gangguan tidur wanita hamil. Selain itu, pada wanita hamil juga sering terjadi nyeri punggung yang juga dapat menyebabkan kualitas tidur yang buruk. Prevalensi nyeri punggung bawah pada wanita hamil hampir terjadi diantara 24% sampai 90% wanita hamil. Bahkan, sekitar 20% wanita hamil mengalami nyeri panggul selama kehamilan yang akan mengganggu kualitas tidur ibu hamil(Yuliania *et al.*, 2021).

Nyeri punggung dapat di atasi dengan terapi farmakologi maupun non farmakologis. Pemberian analgetik seperti paracetamol, NSAID, dan ibuprofen termasuk penatalaksanaan nyeri secara farmakologis, sedangkan penatalaksanaan non-farmakologis meliputi manual terapi seperti pijat dan latihan mobilisasi, akupuntur, relaksasi dan terapi air hangat. (Yuspina *et al.*, 2018).

Upaya untuk mengurangi nyeri dengan metode non farmakologi yaitu dengan kompres hangat yang dapat memberikan manfaat nyeri punggung

sering berulang-ulang terutama pada bagian punggung bawah. Sedangkan selebihnya ibu hamil menyatakan bahwa mengalami nyeri punggung bagian bawah mengganggu aktivitas ibu, nyeri punggung sering dirasakan ibu hamil pada malam hari. (Suryanti *et al.*, 2021).

Banyak penelitian menyebutkan jika nyerinya tidak berbahaya bisa dilakukan dengan modifikasi non farmakologi yaitu kompres air hangat.

Di puskesmas Bungursari Tasikmalaya bahwa adanya pengaruh kompres air hangat dalam menurunkan derajat nyeri punggung yang dilakukan pada 21 responden ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung. Terapi kompres air hangat merupakan terapi nyeri menggunakan media air hangat yang dapat menjadi alternatif dalam mengurangi rasa nyeri. Terapi ini sering digunakan karena mudah dilakukan dan tidak memiliki efek samping (Suryanti *et al.*, 2021).

Terapi kompres air hangat akan menyalurkan sinyal ke hypothalamus melalui spinal cord yang menyebabkan pembuluh darah perifer melebar, dan adanya vasodilatasi dapat menyingkirkan produk-produk inflamasi, seperti bradikinin, histamine, dan prostaglandin. (Sari *et al.*, 2020).

Tentang efektivitas kompres hangat terhadap rasa nyeri pada ibu hamil bahwa para bidan melakukan kompres hangat karena dianggap sebagai tindakan yang tepat untuk meredakan nyeri, dan pada beberapa wanita yang akan melahirkan diketahui bahwa penggunaan kompres hangat secara bergantian mampu memberikan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III (Andreinie, 2016).

Berdasarkan penelitian Suryanti *et al.*, (2021). Menyatakan bahwa terdapat penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III yang diberikan tindakan kompres air hangat dengan rata-rata intensitas nyeri punggung sebelum diberikan kompres air hangat adalah 5,035 dan setelah diberikan kompres air hangat menjadi 1,607.

Hasil studi pendahuluan dengan melakukan wawancara di Desa Banmati Sukoharjo didapatkan penderita nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sekitar 10 orang. Hasil wawancara pada 10 responden yang menderita nyeri punggung. Mereka mengatakan untuk mengatasi nyeri

punggung tersebut menggunakan teknik farmakologi dengan mengonsumsi obat yang telah diberikan oleh dokter 4 orang, 2 orang mengatasi nyeri punggung dengan pijat, 2 orang mengatakan mengatasi nyeri dengan akupuntur, 2 responden mengatakan membiarkan saja bila mengalami nyeri punggung.

Berdasarkan fakta yang telah diuraikan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengurangi atau menghilangkan nyeri dengan cara nonfarmakologi yaitu kompres hangat pada nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka permasalahan yang dapat dirumuskan adalah bagaimana penerepan kompres air hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil penerapan kompres air hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III

Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan hasil kualitas nyeri punggung ibu hamil trimester III sebelum dilakukan kompres air hangat
- b. Mendiskripsikan hasil kualitas nyeri punggung ibu hamil trimester III sesudah dilakukan kompres air hangat
- c. Mendiskripsikan hasil pengamatan perkembangan penurunan kualitas nyeri punggung trimester III sebelum dan sesudah dilakukan pemberian kompres air hangat

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ibu hamil trimester III

Sebagai tambahan informasi dan pengetahuan mengenai penerapan kompres air hangat

2. Bagi pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan kompres air hangat yang

tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pasien ibu hamil trimester III

- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan atau kebidanan, khususnya penelitian tentang kompres air hangat.

3. Bagi Penulis

Untuk menambah pengetahuan dan informasi bagi penulis tentang manfaat dan hasil penerapan kompres air hangat untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

.....)