

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional (Prawiroharjo, 2014).

Perubahan muskuloskeletal pada proses kehamilan sering menyebabkan ibu merasakan nyeri pada daerah punggung terutama daerah punggung bawah. Hasil penelitian epidemiologi menunjukkan bahwa nyeri punggung sering diperparah dengan terjadinya *backache* atau sering disebut dengan “nyeri punggung yang lama”. *Backache* ini ditemukan pada 45% wanita saat dicatat kehamilannya, meningkat 69% pada minggu ke-28 (Yosefa, Misrawati & Hasneli, 2015).

Menurut Zulaikhah dan Widyaningsih (2016) perubahan yang terjadi pada ibu selama kehamilan dapat berlangsung secara fisiologis dan patologis. Perubahan fisiologis meliputi nyeri punggung, nyeri pinggang, nyeri panggul, mual, serta sesak napas. Prevalensi nyeri punggung bawah pada kehamilan dilaporkan bervariasi, dari 50% di Inggris dan Skandinavia serta 70% di Australia (Mudayyah, 2015). Pada ibu hamil di berbagai daerah Indonesia mencapai 60-80% orang yang mengalami nyeri punggung pada kehamilannya (Puspasari, 2019).

Menurut penelitian Kurniati, Suciati & Aulia (2017) nyeri punggung merupakan salah satu gangguan yang paling sering dialami oleh ibu hamil, terutama saat memasuki kehamilan di trimester III. Nyeri yang dirasakan ibu hamil pada punggung disebabkan karena bahu tertarik ke belakang dan tulang belakang menjadi lebih lengkung, persendian lumbal menjadi lebih elastis sehingga mengakibatkan rasa sakit pada punggung (Fauziah, 2012).

Kondisi nyeri berlanjut disebabkan karena semakin membesarnya kehamilan, postur tubuh ibu berubah sebagai penyesuaian terhadap uterus yang semakin berat, maka akan memperbesar juga derajat lordosis sehingga ibu sering mengeluh sakit pinggang (Herawati, 2017). Respon lain yang dirasakan ibu seperti kesulitan mobilitas sehingga menghambat aktivitas dan insomnia yang menyebabkan kelelahan maupun iritabilitas (Robson & Jason, 2012).

Menurut Ratnasari, NMD, Ratna, W & Judha, M (2013) nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual atau potensial. Nyeri timbul sebagai bentuk respon sensori setelah menerima rangsangan nyeri. Mekanisme timbulnya nyeri karena adanya mediator nyeri yang dilepaskan seperti leukotrien, prostaglandin E2, dan histamin yang akan merangsang *nociceptor* (reseptor nyeri) sehingga menyebabkan nyeri (Bahrudin, 2017).

Penanganan nyeri dalam asuhan keperawatan untuk ibu hamil yaitu memberikan pendidikan supaya individu dapat mengurangi gejala dengan memberikan perawatan punggung dan dianjurkan untuk mempertahankan tingkat aktivitas yang nyaman bagi mereka (Herawati, 2017). Penanganan nyeri punggung saat kehamilan sangat diperlukan untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan, diantaranya yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis bisa diberikan agen anti-inflamasi non steroid dan analgetik. Untuk terapi non farmakologis dengan memberikan relaksasi, distraksi, *massage*, dan imajinasi (Candra, 2017).

Menurut penelitian Mafikasari dan Kartikasari (2015) beberapa upaya agar tidak terjadi nyeri punggung pada ibu hamil adalah menjaga berat badan, jangan mengenakan sepatu tumit tinggi, usahakan untuk tidak berdiri lama, posisi tidur yang nyaman dibantu dengan guling, hindari posisi membungkuk yang berlebihan, mengikuti berbagai kelas olahraga dan melakukan gerakan yang sederhana. Hasil penelitian sebelumnya oleh Istianti (2017) untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan cara non farmakologi yaitu seperti distraksi mampu mengurangi nyeri punggung sebanyak 5%, teknik relaksasi sebanyak 5%, stimulasi saraf elektritranskutan (TENS) sebanyak 20%, hipnosis sebanyak 10%, dan *endorphine massage* mampu mengurangi nyeri punggung sebanyak 60% (Puspasari, 2019).

*Endorphine massage* merupakan sebuah terapi sentuhan atau pijatan ringan yang cukup penting diberikan pada ibu hamil, di waktu menjelang hingga saatnya melahirkan. Pijatan ini dapat merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *endorphine* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. *Endorphine massage* sebaiknya dilakukan pada ibu hamil yang usia kehamilannya sudah memasuki 36 minggu (Kuswandi, 2014). Menurut Puspasari (2019), manfaat *Endorphin Massage* antara lain, membuat relaksasi dan mengurangi kesadaran nyeri dengan cara meningkatkan aliran darah ke area yang merasakan nyeri, menstimulus reseptor sensori di kulit dan otak, memberikan rasa senang yang berkaitan dengan kedekatan antar manusia, merangsang pelepasan pada endorfin, menurunkan *katekiolamin endogen* memberi rangsangan pada serat *eferen* yang membuat blok terhadap rangsang nyeri.

Penelitian Puspasari (2019) menunjukkan bahwa *endorphin massage* dapat memberikan efek yang signifikan menurunkan nyeri punggung yang bisa membuat bulu-bulu halus berdiri. Menurut penelitian Kartikasari dan Aprilliya (2016) upaya untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan terapi nonfarmakologi yang dilakukan oleh petugas kesehatan dan mengajarkan keluarga untuk melakukan *endorphin massage*.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 13 Desember 2019, untuk jumlah ibu hamil terbanyak tahun 2018 ada di Puskesmas Sewon 2 yaitu 953 dari 14.768 jumlah ibu hamil di wilayah Bantul (Profil Kesehatan Bantul, 2019), di Puskesmas Sewon 2 masih banyak terdapat 29,27% ibu hamil yang beresiko tinggi dari 953 ibu hamil dan total ibu hamil trimester III mencapai 90,66%. Hasil wawancara dengan lima ibu hamil trimester III di Puskesmas Sewon 2 ditemukan bahwa tiga ibu hamil mengatakan mengalami keluhan nyeri punggung sedang dan mengganggu aktivitas seperti saat bekerja, tidur dan berjalan. Dua ibu hamil juga mengeluhkan nyeri punggung ringan yang tidak sampai mengganggu aktivitas.

Upaya penanganan nyeri punggung yang dilakukan oleh pihak puskesmas di Poli KIA Puskesmas 2 Sewon kepada ibu hamil yaitu berupa pemberian edukasi untuk tidak terlalu lama berdiri, jongkok, dan berjalan supaya tidak mudah lelah, lebih banyak waktu istirahat, dan tidak boleh mengangkat beban yang cukup berat. Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk memberikan penerapan *endorphine* massage pada dua kasus ibu hamil trimester III dengan inisial Ny. N dan Ny. D yang mengalami nyeri punggung di Wilayah Puskesmas Sewon 2 Kabupaten Bantul”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka permasalahan yang akan diteliti dan dirumuskan dalam penelitian adalah “Bagaimana

penerapan *endorphine massage* untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Wilayah Puskesmas Sewon 2 Kabupaten Bantul?”

### **C. Tujuan Studi Kasus**

#### 1. Tujuan Umum

Menggambarkan penerapan *endorphine massage* pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung di Wilayah Puskesmas Sewon 2 Kabupaten Bantul.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan skala nyeri pada ibu hamil trimester III di Wilayah Puskesmas Sewon 2 Kabupaten Bantul yang mengalami nyeri punggung sebelum dan sesudah dilakukan *Endorphine Massage*.
- b. Menggambarkan variasi respon ibu hamil trimester III di Wilayah Puskesmas Sewon 2 Kabupaten Bantul terhadap penerapan *endorphine massage* untuk menurunkan nyeri punggung.

### **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini yaitu Keperawatan Maternitas dengan subjek penelitian adalah dua ibu hamil trimester III yang mengalami masalah nyeri punggung.

## **E. Manfaat Studi Kasus**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III berkaitan dengan ilmu Keperawatan Maternitas terutama tentang kepuasan responden terhadap penerapan *endorphine massage*.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Pasien

Meningkatkan pengetahuan dalam upaya memberikan kemandirian pada ibu hamil trimester III untuk menurunkan nyeri punggung melalui penerapan *endorphine massage*.

#### b. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Memberikan sumbangan pada perkembangan ilmu keperawatan dan dapat digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan sistem pendidikan keperawatan.

#### c. Penulis

Memperoleh pengalaman dalam mengimplementasikan prosedur *endorphine massage* pada asuhan keperawatan ibu hamil trimester III.

## **F. Keaslian Penelitian**

Penelitian mengenai penerapan *endorphine massage* untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sudah dilakukan tetapi dari sudut pandang dan metode yang beragam, diantaranya:

1. Penelitian oleh Kartikasari dan Nuryanti (2016) tentang Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil di BPS Ny. Khusnul Imarwatin Desa Mangkujajar Kecamatan Kembangbahu Kabupaten Lamongan. Persamaannya adalah metode pijatan *endorphin massage* dengan pijatan punggung membentuk huruf “V” yang dilakukan pada punggung ibu hamil untuk mengatasi nyeri punggung. Perbedaan Penelitian ini adalah desain penelitian yang digunakan yaitu Pra-Eksperimen dengan Pendekatan *One Group Pratest-Postest design* yang sampelnya lebih dari dua pasien. Hasil Penelitian yang dilakukan Kartikasari dan Nuryanti (2016) adalah tingkat nyeri punggung: sebagian besar (67,9%) responden sebelum dilakukan *endorphin massage* mengalami nyeri berat, setelah dilakukan *endorphin massage* (64,3%) responden mengalami nyeri sedang dan hampir sebagian kecil (3,6%) mengalami nyeri berat.
2. Penelitian oleh Puspasari (2019) tentang “Pengaruh Endorphine Massage Pengurangan Rasa Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Pmb Cicih Rukaesih Tahun 2018” Persamaan Penelitian ini adalah teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data pada penelitian ini adalah dengan cara memberikan lembar pertanyaan persetujuan (*Informed Consent*) dan lembar *observasi numeric rating scale* pada ibu hamil. Perbedaan Penelitian ini adalah desain penelitian yang digunakan yaitu Pra-Eksperimen dengan



pendekatan *One Group Pratest-Posttest design* yang sampelnya lebih dari 2 pasien. Hasil Penelitian tingkat nyeri punggung: menunjukkan bahwa sebelum dilakukan *endorphine massage* sebagian besar (60,0%). Responden mengalami nyeri berat dan sebagian kecil mengalami nyeri sedang (13,3%). Setelah dilakukan *endorphine massage* sebagian besar mengalami nyeri sedang (66,7%), hampir sebagian mengalami nyeri ringan (26,7%) dan hampir sebagian kecil mengalami nyeri berat (6,6%).

3. Penelitian oleh Kurniasih (2018) tentang “Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea di RSKIA Sadewa Yogyakarta” memiliki persamaan dalam teknik terapi yang digunakan untuk menurunkan nyeri yaitu *endorphine massage* dan sama melakukan pengukuran skala nyeri sebelum maupun sesudah diberikan terapi. Perbedaannya terletak pada subjeknya yaitu ibu *post sectio caesarea*, desain penelitian yang digunakan juga berbeda yaitu eksperimen semu dengan rancangan prepost test dan menggunakan teknik pengambilan sampel ada 7 orang yang diberikan intervensi. Hasil penelitian menunjukkan intensitas nyeri sebelum diberikan *endorphine massage* pre test 5,65 dan intensitas nyeri sesudah diberikan *endorphine massage* post test 4,25. Dengan demikian ada pengaruh *endorphine massage* terhadap penurunan intensitas nyeri *post sectio caesarea*.