

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Massage Effleurage adalah teknik *massage* yang menggunakan seluruh telapak tangan dan ibu jari untuk menggosokkan pada bagian tubuh, di mana gerakan ini dilakukan dengan lembut dan melingkar, menyesuaikan dengan kontur tubuh yang akan dilakukan *massage effleurage*. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan peredaran darah vena, merangsang sistem limfatik, membantu relaksasi sehingga dapat mengurangi gangguan rasa nyaman pada punggung bawah (Handayani *et al.*, 2024). Selain itu, juga mampu meningkatkan aliran getah bening, meningkatkan proses metabolisme, menyempurnakan pembuangan sisa pembakaran, mengurangi kelelahan, serta membantu penyerapan edema yang disebabkan oleh peradangan. (Qurnia and Anjani, 2023).

Prosedur *massage effleurage* efektif dilakukan satu kali sehari dengan durasi 10 menit selama 3 hari berturut-turut setiap pagi untuk mengurangi gangguan rasa nyaman pada punggung bawah ibu hamil. Penerapan *massage effleurage* ini dilakukan ketika ibu hamil merasakan gangguan rasa nyaman pada punggung bagian bawah dan sering dialami selama masa kehamilan. Dengan demikian disarankan supaya ibu hamil trimester III melakukan *massage effleurage* secara rutin untuk meningkatkan kenyamanan dan untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan saat beraktivitas (Almanika, Ludiana, and Dewi, 2022).

Massage effleurage merupakan salah satu metode non-farmakologi yang dianggap efektif dalam mengatasi gangguan rasa nyaman pada punggung bawah ibu hamil trimester III dan merupakan teknik relaksasi yang aman, mudah, tidak perlu biaya, tidak memiliki efek samping, dapat dilakukan dengan bantuan orang lain ataupun sendiri (Yudha *and* Kurniawati, 2023). Selain *massage* terdapat beberapa terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan atau anggota keluarga dengan menggunakan teknik terapi komplementer, seperti memberikan kompres air hangat untuk meredakan ketegangan otot, melakukan senam ibu hamil yang dapat meningkatkan fleksibilitas dan kekuatan otot, serta akupresur untuk merangsang titik-titik tertentu pada tubuh guna mengurangi rasa sakit (Puspita, 2024).

Kehamilan menyebabkan hampir seluruh tubuh wanita mengalami berbagai perubahan, termasuk pada sistem muskuloskeletal. Perubahan ini dapat menimbulkan rasa sakit, kebas, dan kelemahan pada ekstremitas. Hal ini sering kali menyebabkan gangguan rasa nyaman pada punggung bawah (Almanika, Ludiana, *and* Dewi *et al.*, 2022). Ketidaknyamanan tersebut dirasakan dibagian punggung bawah ibu hamil trimester III dari *vertebra thorakal* terakhir (T12) hingga *vertebra sakralis* pertama (S1) (Indria *and* Retnowati, 2022).

Beberapa faktor yang dapat memicu gangguan rasa nyaman pada punggung meliputi pertumbuhan rahim yang menyebabkan perubahan postur, peningkatan berat badan, serta riwayat gangguan rasa nyaman pada

punggung sebelumnya. Pertumbuhan rahim seiring dengan perkembangan kehamilan dapat mengakibatkan peregangan ligamen penopang, yang sering kali dirasakan sebagai spasme menyakitkan oleh ibu. Ada kecenderungan bagi otot punggung untuk mengalami pemendekan ketika otot perut meregang, yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan otot di sekitar panggul. Akibatnya, ketegangan tambahan dapat dirasakan pada bagian atas ligamen tersebut. Inilah yang menjadi penyebab utama timbulnya gangguan rasa nyaman pada punggung bawah (Prananingrum, 2022).

Gangguan rasa nyaman merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang bisa dibidang tidak menyenangkan dan bersifat subjektif. Gangguan rasa nyaman pada punggung bawah ini paling sering terjadi pada trimester III yang dimulai pada minggu ke-28 sampai kehamilan cukup bulan 38 sampai 40 minggu. Dampak keluhan gangguan rasa nyaman punggung bawah tersebut menyebabkan ibu merasa tidak nyaman saat beraktivitas dan apabila tidak segera diatasi dan berkepanjangan, maka dapat meningkatkan kecenderungan gangguan rasa nyaman pada punggung pasca partum serta berisiko menderita trombosis vena (Simbung *et al.*, 2022).

Hasil penelitian pada tahun 2019, prevalensi ibu hamil yang mengalami nyeri punggung di beberapa wilayah di Indonesia cukup tinggi, mencapai 60-80%. Sekitar 70% ibu hamil merasakan nyeri punggung yang disebabkan oleh perubahan pada otot-otot tulang belakang akibat tarikan

atau ketegangan di area tersebut. Sementara itu, 30% lainnya mengalami nyeri punggung yang dipicu oleh perubahan postur tubuh akibat peningkatan berat badan janin (Anggraini, Ni'amah *and* Suwi'i, 2023). Di berbagai daerah di Indonesia, angka kejadian gangguan rasa nyaman pada punggung bawah pada ibu hamil menunjukkan prevalensi yang signifikan, sehingga penting untuk diberikan perhatian lebih terhadap masalah ini agar dapat mengurangi dampak negatifnya terhadap kesehatan ibu dan janin (Qurnia *and* Anjani, 2023).

Tahun 2023, didapatkan data jumlah ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Srandakan sebesar 635 menurut Dinkes Bantul, (2023). Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Srandakan pada tanggal 10 Desember 2024, jumlah ibu hamil trimester III yang mengeluh terdapat gangguan rasa nyaman pada punggung bawah sebanyak 66,67%. Hasil wawancara dengan 9 ibu hamil trimester III yang sedang melakukan pemeriksaan (Antenatal Care) ANC di Puskesmas Srandakan ditemukan bahwa 6 ibu hamil mengeluh terdapat gangguan rasa nyaman pada punggung bawah. Sebagian besar ibu hamil mengatakan bahwa gangguan rasa nyaman pada punggung bawah tersebut dirasakan pada saat bangun tidur dan akan tidur.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh penulis kepada salah satu bidan di bagian KIA Puskesmas Srandakan, didapatkan data bahwa upaya penanganan gangguan rasa nyaman pada punggung bawah ibu hamil yang dilakukan oleh pihak Puskesmas Srandakan yaitu berupa senam ibu

hamil, yoga, serta pemberian edukasi untuk selalu rutin minum kalsium, selain itu konsultasi dengan dokter terkait terapi. Di Puskesmas Srandakan juga belum pernah dilakukan penerapan *massage effleurage* kepada ibu hamil trimester III yang mengalami gangguan rasa nyaman pada punggung bawah.

Peran seorang perawat sebagai tenaga kesehatan pada kondisi tersebut yaitu dengan membantu meredakan gangguan rasa nyaman pada punggung bawah yang dialami oleh ibu hamil trimester III dengan cara melakukan penerapan *massage effleurage*. Maka dari itu, peningkatan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan sangat penting untuk memberikan pelayanan yang lebih baik. Hal ini mencakup upaya untuk meningkatkan kemampuan dan kompetensi dalam penerapan budaya pelayanan prima (Henniwati *et al.*, 2023).

Berdasarkan hal tersebut, untuk meningkatkan kenyamanan punggung bawah pada ibu hamil trimester III, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus yang berjudul “Penerapan *Massage Effleurage* pada Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III dengan Gangguan Rasa Nyaman di Wilayah Kerja Puskesmas Srandakan”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang diatas dalam studi kasus ini adalah “Bagaimana Penerapan *Massage Effleurage* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Punggung Bawah di Wilayah Kerja Puskesmas Srandakan?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman punggung bawah di wilayah kerja Puskesmas Srandakan.

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan proses asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, serta evaluasi dan pendokumentasian terhadap ibu hamil trimester III dengan masalah gangguan rasa nyaman pada punggung bawah.
- b. Melakukan penerapan *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman punggung bawah di wilayah kerja Puskesmas Srandakan.
- c. Mengetahui perubahan respon pada ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage* untuk mengurangi gangguan rasa nyaman.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup studi kasus ini termasuk dalam mata ajar keperawatan maternitas dengan subyek studi kasus pada ibu hamil trimester III dengan menerapkan proses keperawatan yang mencakup dua responden dengan metode studi kasus.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang gangguan rasa nyaman pada punggung bawah, khususnya bagi ibu hamil trimester III. Selain itu, diharapkan juga dapat memperkuat teori tentang pentingnya penerapan *massage effleurage* sebagai intervensi yang paling efektif dalam perawatan gangguan rasa nyaman pada punggung bawah pasca kehamilan trimester III.

2. Manfaat Praktis

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat memberikan manfaat:

a. Bagi Pasien

Diharapkan studi kasus ini dapat memberikan manfaat untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada punggung bawah ibu hamil trimester III sebagai penerima layanan kesehatan mengenai penerapan *massage effleurage* sehingga pasien dapat merasa lebih nyaman.

b. Bagi Penulis

Diharapkan dapat dijadikan pengalaman dan acuan dalam mengimplementasikan penerapan *massage effleurage* pada Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman di Wilayah Kerja Puskesmas Srandakan.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan pembelajaran untuk memberikan penerapan *massage effleurage* sebagai salah satu implementasi untuk mengatasi masalah gangguan rasa nyaman pada punggung bawah ibu hamil trimester III.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi dan bahan bacaan sehingga dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan, khususnya mengenai penerapan *massage effleurage* pada Ibu Hamil Trimester III dengan gangguan rasa nyaman punggung bawah.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penulisan Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat menjadi referensi dan dasar pertimbangan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian serupa dan meningkatkan pemahaman dalam mengaplikasikan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, penentuan diagnosis, intervensi yang sesuai, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan yang terkait perawatan pada ibu hamil trimester III dengan masalah gangguan rasa nyaman melalui Tindakan pendamping terapi nonfarmakologis *massage effleurage*, serta mendorong pengembangan metode intervensi yang lebih efektif dan berbasis bukti ilmiah.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Penulis, Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil
1	Khairunisya and Setiawati, (2024)	Kompres Hangat dan <i>Massage Effleurage</i> Keduanya Efektif Menurunkan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III	Desain penelitian menggunakan quasi experiment dan desain penelitian menggunakan pretest posttest design with control group. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 20 orang setiap kelompok, sehingga total sampel adalah 60. Analisis data menggunakan karakteristik uji chi Square. Instrumen menggunakan Numeric Rating Scale.	Hasil statistic menunjukkan bahwa kelompok kompres hangat tidak berbeda bermakna pada kelompok <i>Massage effleurage</i> (p value 0,100) yang berarti kompres hangat dan <i>Massage effleurage</i> sama sama efektif dalam menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil.
2	Sari and Farida, (2021)	Kombinasi Teknik Effleurage Massage dan Terapi Akupresur terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III	Metode penelitian quasi experiment, rancangan design one group pretes and posttest. Sampel diambil secara purposive sampling diperoleh 24 ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung. Pengambilan data menggunakan kuesioner intensitas nyeri numeric VAS (Visual Analog Scale) intensitas (0-10). Analisa data menggunakan uji Wilcoxon.	Terdapat penurunan rerata nyeri punggung sebelum yaitu 2,83 dan setelah 1,46 dengan nilai rerata selisih 1,37. Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai $p < 0,0001$. Kombinasi Teknik <i>effleurage massage</i> dan terapi akupresur dapat menurunkan nyeri punggung ibu hamil trimester III.
3	Nurmaliza, Yusmaharani and	Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Nyeri	Penelitian ini menggunakan metode pendekatan quasi experiment. Metoda pengumpulan sampel secara purposive	Pada kelompok Teknik <i>Massage Efflurage</i> yaitu sebelum intervensi 6,66 dan setelah intervensi 4,20, dengan p

No	Penulis, Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil
	Desmariyenti, (2024)	Pada Ibu Bersalin Kala I	sampling dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang. Pengumpulan data menggunakan skala intensitas nyeri pada saat pretest sebelum dilakukan intervensi dan posttest setelah dilakukan intervensi. Analisis Data dalam penelitian ini menggunakan analisis dependent T-test (paired t-test)	value= 0,000 (p-value <0,05). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya skala perbedaan nyeri sebelum dan sesudah melakukan massage efflurage.
4	Prihatin, Rosyita and Jasmiati, (2024)	Pengaruh Massage Effleurage Dan Endorphin Dengan Aromaterapi Peppermint Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III	Metode penelitian yang digunakan yaitu menggunakan penelitian kuantitatif analitik dengan desain quasi experimental pretest dan posttest two group design. Sampel adalah ibu hamil sebanyak 60 orang. Instrument pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk penilaian nyeri punggung. Analisa data menggunakan uji Paired T-Test.	Hasil statistic didapatkan nilai asymp.sig. (2-tailed) 0,000 yang berarti terdapat pengaruh dilakukannya pemberian massage effleurage dengan aromaterapi peppermint dapat menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di BPM Martini.
5	Syahriona, Jasmawati and Siti Raihanah, (2023)	Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Skala Nyeri Afterpain Pada Ibu Postpartum Multipara	Penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen semu dengan desain two-group pretest-posttest control group design. Jumlah sampel sebanyak 36 orang. Jurnal observasi dan NRS digunakan sebagai alat penelitian. Analisis data menggunakan Uji Wilcoxon dan uji Mann Whitney digunakan dalam uji statistik.	Adanya pengaruh <i>Massage Effleurage</i> terhadap penurunan skala nyeri Afterpain pada ibu postpartum multipara dengan nilai signifikansi pvalue $0,000 < 0,05$ ($p < \alpha$). Uji Mann Whitney didapatkan nilai signifikansi (pvalue) sebesar $0,000 < 0,05$ (α), artinya skala nyeri setelah

No	Penulis, Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil
				intervensi pada kelompok kontrol dan perlakuan memiliki perbedaan yang signifikan.
<p>Perbedaan dari penelitian kelima jurnal tersebut dengan studi kasus yang dilakukan oleh penulis adalah mengenai metode yang digunakan yaitu menggunakan pendekatan quasi experiment, jumlah sampel >2 orang, terdapat beberapa penelitian dengan kombinasi (seperti kompres hangat, terapi akupresur, dan endorphin massage dengan aromaterapi peppermint), subjek penelitian pada jurnal ke-3 adalah ibu bersalin kala 1, subjek penelitian pada jurnal ke-5 adalah ibu postpartum multipara, waktu penelitian dilakukan pada tahun 2021, 2023, dan 2024.</p>				
<p>Persamaan dari penelitian kelima jurnal tersebut dengan studi kasus yang dilakukan oleh penulis adalah adalah sama-sama melakukan penerapan mengenai <i>massage effleurage</i>.</p>				