

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah pertemuan sel telur dan sperma di dalam atau di luar rahim dan berakhir dengan keluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir. Masa kehamilan ditentukan sejak pembuahan sampai lahirnya janin, lama kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) sejak hari pertama menstruasi terakhir. Kehamilan adalah dibagi menjadi 3 trimester: trimester pertama, dari konsepsi hingga bulan ketiga (0-12 minggu); Trimester II, dari bulan keempat sampai enam bulan (13-28 minggu); trimester ketiga dari tujuh bulan hingga bulan kesembilan (29-42 minggu).¹

Target Sustainable Development Goal's (SDGs) 2030, salah satu agenda utama SDGs adalah menurunkan angka kematian ibu dan kematian Balita. Pemeriksaan antenatal yang berkualitas dan teratur selama kehamilan akan menentukan status kesehatan ibu hamil dan bayi yang dilahirkan. Hingga saat ini, Angka Kematian Ibu (AKI) masih di kisaran 305 per 100.000 kelahiran hidup, belum mencapai target yang ditentukan yaitu 183 per 100.000 KH di tahun 2024.²

Beberapa wilayah seperti Amerika Serikat, Kanada, Islandia, Korea, dan Turki, lebih dari setengah jumlah wanita yang sedang mengandung mengalami nyeri punggung. Di sisi lain, di daerah non-Skandinavia seperti Afrika dan Amerika Utara, angka ini menunjukkan variasi yang luas, mulai dari 21% hingga 89,9%.⁶ Hasil penelitian yang dilakukan oleh Saudia dan Sari (2018) didapatkan

bahwa 60-80% ibu hamil diberbagai daerah Indonesia mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan, diantara semua hasil persentase ibu hamil yang mengalami nyeri punggung sebanyak 47-60% ibu menyatakan bahwa nyeri punggung terjadi ketika memasuki kehamilan 5-7 bulan.⁷

Ketidaknyamanan pada kehamilan yang banyak dirasakan oleh ibu hamil trimester III seperti sering buang air kecil, keputihan, konstipasi, perut kembung, bengkak pada kaki, kram pada kaki, sakit kepala, striae gravidarum, hemoroid, sesak nafas, dan nyeri punggung. Ketidaknyamanan yang paling sering dialami ibu hamil trimester III terutama nyeri punggung bawah, diperkirakan sekitar 70% wanita hamil mengeluhkan nyeri punggung. Nyeri punggung saat kehamilan mencapai puncak pada minggu ke-24 sampai dengan minggu ke-28, tepat sebelum pertumbuhan abdomen mencapai titik maksimum.⁵

Nyeri punggung merupakan nyeri yang terjadi pada area lumbosacral. Intensitasnya meningkat seiring pertambahan usia kehamilan karena terjadi pergeseran pusat gravitasi dan perubahan postur tubuh akibat berat uterus yang membesar. Nyeri punggung saat kehamilan disebabkan terjadinya perubahan struktur anatomis dan hormonal. Perubahan anatomis terjadi karena peran tulang belakang semakin berat, untuk menyeimbangkan tubuh dengan membesarnya uterus dan janin. Penyebab lainnya yaitu terjadi peningkatan hormone relaksin yang menyebabkan ligament tulang belakang tidak stabil sehingga mudah menjepit pembuluh darah dan serabut syaraf. Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung akan kesulitan di dalam menjalankan aktivitas kesehariannya, kondisi

yang lebih parah ketika nyeri menyebar ke daerah pelvis yang menyebabkan kesulitan berjalan. Selain itu nyeri punggung akan memicu terjadinya stress dan perubahan mood pada ibu hamil, menurunkan kesehatan fisik dan psikososial selama kehamilan.⁸

Keluhan nyeri punggung dapat ditangani dengan berbagai terapi, baik farmakologis maupun non farmakologis. Penggunaan obat-obatan seperti paracetamol, NSAID, dan ibuprofen merupakan contoh penatalaksanaan farmakologis, sementara pijat, latihan mobilisasi, akupuntur, relaksasi, dan terapi air menjadi pilihan non-farmakologis.⁶ Pasal 47 dalam UU No. 4 Tahun 2019 menyebutkan bahwa peran bidan mencakup pemberian dan pengelolaan pelayanan kebidanan, memberikan penyuluhan dan konseling, berperan sebagai pendidik dan pembimbing, serta bertindak sebagai fasilitator klinis. Bidan juga berperan dalam menggerakkan masyarakat dan memberdayakan perempuan, serta melakukan penelitian dalam bidang praktik kebidanan. Bidan dapat membantu mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil dengan memberikan KIE, seperti saran untuk memakai bantal tambahan guna mendukung pinggang dan punggung saat tidur, berbaring menyamping, melakukan relaksasi, massase, dan berendam air hangat. Senam hamil dapat membantu ibu hamil trimester III untuk merelaksasikan otot-otot, mengurangi aktivitas fisik yang berlebihan, serta menjaga postur tubuh yang baik dengan menjaga tulang punggung tetap tegak.⁶

Kompres jahe adalah salah satu kombinasi antara terapi hangat dan terapi relaksasi yang bermanfaat dapat memberikan rasa nyaman, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot dan memberikan rasa hangat. Penggunaan jahe

dalam bentuk kompres lebih aman dibandingkan dengan penggunaan ekstrak jahe secara oral. Penggunaan ekstrak jahe secara oral yang sering dan dengan dosis yang tinggi dapat menyebabkan gangguan saluran pencernaan seperti diare.⁸

Kompres hangat mencakup dua jenis, yaitu kompres hangat yang bersifat kering dan lembab. Salah satu opsi untuk kompres hangat lembab adalah menggunakan kompres jahe hangat. Metode ini merupakan bentuk penanganan non-farmakologi tradisional yang melibatkan gabungan air hangat dan potongan jahe, menciptakan sensasi panas dan pedas. Jenis jahe dibedakan menjadi tiga jenis yaitu jahe merah, jahe putih kecil (emprit) dan jahe putih besar (gajah). Namun pada penelitian ini jahe yang digunakan adalah jahe putih (emprit) karena jahe tersebut memiliki kandungan oleoresin 2,39-8,87% dan minyak astiri sebanyak 1,70-3,80%.⁹

Kandungan oleoresin yang ada dalam jahe mempunyai sifat hangat, pedas, pahit dan aromatik dari oleoresin seperti *zingeron*, *gingerol* dan *shogaol* yang mengandung *siklooksiganase* yang menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri dan antioksidan, sehingga dapat merelaksasikan otot dan mengurangi peradangan nyeri. Selain itu jahe juga mengandung minyak astiri yang memiliki potensi *antiinflamasi* dan *antioksidan* yang kuat. Kandungan air dan minyak pada jahe tidak menguap sehingga berfungsi sebagai zat pengikat yang dapat meningkatkan permeabilitas minyak astiri menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan pada kulit hingga sirkulasi darah menjadi lancar.⁹

Hasil Penelitian Sukini *et al* (2023) menyatakan bahwa Ada penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres jahe putih dengan hasil distribusi data *pretest* ditemukan persebaran nilai tengah 3 dan data *posttest* persebaran nilai tengah 2, Kompres jahe hangat lebih efektif terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.⁹ Hasil penelitian Kusumawati (2019) terdapat penurunan skala nyeri setelah diberikan kompres jahe. Pasien pertama skala nyeri dari 5 menjadi 2. Pasien kedua skala nyeri dari 6 menjadi 2. Pasien ketiga skala nyeri dari 5 menjadi 1. Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil teknik kompres jahe dapat menurunkan skala nyeri pada pasien nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Kesimpulan menunjukkan bahwa kompres jahe efektif untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III.¹⁰ Hasil penelitian dalam *journal of holistic nursing and health science* yang dilakukan oleh Amalia *et al* (2020) menunjukkan bahwa kompres hangat lebih efektif daripada senam hamil untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil, dengan nilai $p\text{ value } 0,001 < \alpha 0,05$.¹¹

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan Peneliti didapatkan dari bulan september sampai dengan oktober, 45 ibu hamil trimester III. Terdapat beberapa keluhan fisiologis pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Kasihan II yang terdiri dari ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah, kram perut, sering buang air kecil serta keputihan, dan gangguan tidur. Peneliti melakukan wawancara di Puskesmas Kasihan II dan di dapati dari 50% ibu hamil yang di wawancarai mengalami nyeri punggung bawah. Puskesmas Kasihan II belum

melakukan penelitian mengenai seberapa besar dampak nyeri punggung pada ibu hamil. Penatalaksanaan yang selama ini biasa dilakukan di pukesmas Kasihan II yaitu dengan konseling saja, belum ada penatalaksanaan nyeri punggung bawah berupa kompres air jahe hangat.

Berdasarkan data dan fakta yang telah dijelaskan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Kompres Air Jahe Emprit (*Zingiber officinale* var. *Amarum*) Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II”.

B. Rumusan Masalah

Di beberapa wilayah seperti Amerika Serikat, Kanada, Islandia, Korea, dan Turki, lebih dari setengah jumlah wanita yang sedang mengandung mengalami nyeri punggung. Di sisi lain, di daerah non-Skandinavia seperti Afrika dan Amerika Utara, angka ini menunjukkan variasi yang luas, mulai dari 21% hingga 89,9%.⁶ Hasil penelitian yang dilakukan oleh Saudia didapatkan bahwa 60-80% ibu hamil diberbagai daerah Indonesia mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan, diantara semua hasil persentase ibu hamil yang mengalami nyeri punggung sebanyak 47-60% ibu menyatakan bahwa nyeri punggung terjadi ketika memasuki kehamilan 5-7 bulan.⁷

Kompres jahe adalah salah satu kombinasi antara terapi hangat dan terapi relaksasi yang bermanfaat dapat memberikan rasa nyaman, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot dan memberikan rasa hangat. Penggunaan

jahe dalam bentuk kompres lebih aman dibandingkan dengan penggunaan ekstrak jahe secara oral. Penggunaan ekstrak jahe secara oral yang sering dan dengan dosis yang tinggi dapat menyebabkan gangguan saluran pencernaan seperti diare.⁸

Hasil penelitian Kusumawati (2019) terdapat penurunan skala nyeri setelah diberikan kompres jahe. Pasien pertama skala nyeri dari 5 menjadi 2. Pasien kedua skala nyeri dari 6 menjadi 2. Pasien ketiga skala nyeri dari 5 menjadi 1. Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil teknik kompres jahe dapat menurunkan skala nyeri pada pasien nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Kesimpulan menunjukkan bahwa kompres jahe efektif untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III.¹⁰

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan Peneliti didapatkan dari bulan september sampai dengan oktober, 45 ibu hamil trimester III. Terdapat beberapa keluhan fisiologis pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Kasihan II yang terdiri dari ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah, kram perut, sering buang air kecil serta keputihan, dan gangguan tidur. Peneliti melakukan wawancara di Puskesmas Kasihan II dan didapatkan dari 50% ibu hamil yang di wawancarai mengalami nyeri punggung bawah.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan dapat di rumuskan masalah yaitu “Apakah Terdapat Pengaruh Kompres Air Jahe Emprit (*Zingiber officinale* var. *Amarum*) Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menilai dan menganalisis “Pengaruh Kompres Air Jahe Emprit (*Zingiber officinale* var. *Amarum*) Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II”

2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya pengaruh usia, pekerjaan, paritas, indeks masa tubuh, dan aktivitas fisik terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Kasihan II.
- b. Diketuainya penurunan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Kasihan II sebelum dan sesudah diberikan kompres air jahe hangat dan kompres air hangat.
- c. Diketuainya efektivitas intervensi kompres air jahe hangat dan kompres air hangat terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Kasihan II.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III khususnya pengaruh pemberian kompres air jahe hangat terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan tersebut maka manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan informasi yang berhubungan dengan pengaruh kompres air jahe hangat terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber literatur yang berguna untuk menambah pengetahuan dan tambahan refrensi perpustakaan terkait pengaruh kompres air jahe hangat terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil di Puskesmas Kasihan II.

b. Bagi Kepala Puskesmas Kasihan II

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pelayanan kesehatan dengan menyediakan terapi alternatif yang aman dan efektif. Selain itu, terapi ini dapat mengurangi ketergantungan pada obat penghilang rasa sakit yang mungkin memiliki efek samping bagi ibu hamil. Puskesmas juga dapat menjadi pusat informasi dan edukasi, meningkatkan kesadaran masyarakat akan manfaat pengobatan alami yang aman.

c. Bagi Bidan Puskesmas Kasihan II

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi pada bidan sebagai alternatif untuk mengurangi ketidaknyamanan nyeri punggung bawah pada ibu hamil dalam memberikan asuhan kebidanan berdasarkan *evidence based*.

d. Ibu Hamil di Puskesmas Kasihan II

Dapat dijadikan terapi alternatif dengan mengaplikasikan kompres air jahe hangat sebagai terapi komplementer untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan dasar acuan dari referensi atau penunjang bagi penelitian yang akan dilakukan selanjutnya dan bisa digunakan sebagai dasar untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan intervensi non farmakologi mengenai kompres air jahe hangat untuk mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Metodelogi Penelitian	Variabel	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Pengaruh Pemberian Kompres Parutan Jahe Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III. Peneliti: Imelda, Suryani, Farahdiba Tahun: 2023	Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan <i>pretest</i> dan <i>post-test one grup</i> . Data dianalisis menggunakan uji <i>wilcoxon</i> untuk membandingkan perbedaan sebelum dan sesudah pemberian kompres.	Dependen variabel penelitian adalah nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sedangkan independen variabelnya adalah pemberian kompres parutan jahe.	Analisis uji Wilcoson untuk membandingkan perbedaan sebelum dan sesudah pemberian kompres parutan jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Jambi Kecil yakni nilai z (0,000) lebih kecil dari α (0,05). Hasil ini berarti terdapat perbedaan mean yang bermakna sebelum dan sesudah Pemberian kompres parutan jahe pada nyeri punggung bawah Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Jambi Kecil. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Jambi Kecil.	Variabel bebas pada penelitian ini adalah kompres jahe variabel terikatnya adalah nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Responden yang digunakan ibu hamil trimester III. Desain penelitian menggunakan quasi eksperimen.	Tempat penelitian yang digunakan berbeda. Tidak menggunakan kelompok kontrol.

2	Efektivitas kompres Jahe Merah Dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III. Peneliti: Tuti Sukini, Windi Mei Safitri, Siti Maryani Tahun: 2023	Desain penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan <i>one grup pretest posttest with control group desain</i>. Data dianalisis menggunakan uji <i>wilcoxon</i> untuk membandingkan perbedaan sebelum dan sesudah dikompres. Setelah itu data diuji lagi menggunakan <i>Mann-whitney</i> untuk menunjukkan perbedaan efektivitas kompres jahe merah dan kompres jahe putih.	Variabel bebas pada penelitian ini adalah kompres jahe putih dan jahe merah dan variabel terikatnya adalah penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.	Hasil didapatkan ada pengaruh penurunan nyeri setelah diberikan intervensi kompres jahe merah dengan p value 0,000 ($p < 0,05$) dan ada pengaruh penurunan nyeri setelah diberikan kompres jahe putih dengan p value 0,000 ($p < 0,05$). Uji Mann-Whitney menunjukan intervensi kompres jahe merah lebih efektif terhdap penurun nyeri punggung bawah dengan mean rank 19,88 sedangkan mean rank kompres jahe putih 13,13. Hasil penelitian dinyatakan bahwa kompres jahe merah dan jahe putih dapat menurunkan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil Trimester III.	Responden yang digunakan ibu hamil trimester III. Desain penelitian menggunakan quasi eksperimen.	Lokasi Penelitian dan terapi pemberian. Jenis jahe yang digunakan pada penelitian ini jenis jahe putih kecil (emprit) dan memiliki teknik pembuatan yang berbeda.
---	---	--	---	--	--	--

3	Efektivitas Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III Peneliti: Ayu Restu Amalia, Erika, Ari Pristiana Dewi Tahun: 2020	Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi-Experiment dengan rancangan penelitian No-Equivalent Control Group, yaitu sebuah rancangan penelitian tidak melakukan randomisasi untuk pengelompokan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.	Variabel bebas pada penelitian ini adalah kompres hangat variabel terikatnya adalah nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.	Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa $p \text{ value} = 0,001 < \alpha (0,05)$ sehingga didapatkan bahwa kompres hangat efektif menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Kompres hangat dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer untuk nyeri punggung.	Responden yang digunakan ibu hamil trimester III. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen.	Variabel Bebas Pada Penelitian Ini Adalah Kompres Hangat. Lokasi penelitian yang digunakan berbeda.
---	---	---	--	--	---	---