

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah suatu keadaan perempuan yang sedang mengandung selama sembilan bulan untuk perubahan fisiologis dan psikologis. Hamil normal lamanya adalah 280 hari atau 40 minggu atau 9 bulan 7 hari yang dihitung dari hari pertama haid terakhir (Ridawati et al., 2020).

Berbagai masalah yang timbul pada usia kehamilan trimester III merupakan masalah psikologis yang sering dikeluhkan pada ibu hamil seperti nyeri punggung, namun nyeri punggung juga dapat menimbulkan kualitas tidur yang buruk. Nyeri punggung saat hamil terjadi pada daerah lumbosacral, karena akan bertambah intensitas nyeri seiring bertambahnya usia kehamilan yang disebabkan adanya pergeseran pada pusat gravitasi dan perubahan postur tubuh (Yuliania et al., 2021). Namun jika nyeri punggung yang dibiarkan begitu saja tanpa diobati, maka akan menimbulkan nyeri punggung yang jangka panjang kemudian akan meningkatnya kecenderungan pasca partum dan nyeri punggung kronis yang sulit lagi diobatinya (Suryanti & Lilis, 2021).

Nyeri punggung akan menghambat aktivitas ibu hamil. Ibu hamil dengan nyeri punggung akan kesulitan berjalan ketika nyeri sudah menjalar ke pelvic. Apabila tidak ditangani dengan baik, dapat menyebabkan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan.

Menurut (Sari et al., 2020) prevalensi 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)

Perubahan sistem muskuloskeletal yang juga dialami di trimester tiga kehamilan yaitu memendeknya otot abdomen seiring membesarnya rahim. Sejalan dengan hal tersebut, maka pusat gravitasi tubuh juga semakin bergeser condong kedepan sehingga terjadi ketidakseimbangan otot disekitar panggul dan punggung bawah. Ketegangan ligament dan keadaan lordosis pada lumbal ini yang menyebabkan rasa sakit pada punggung bawah ibu (Sari et al., 2020)

Sehingga penting untuk dilakukan manajemen nyeri tulang belakang pada ibu hamil akibat dampak yang ditimbulkan. Penatalaksanaan nyeri punggung dapat digolongkan dalam dua acara yaitu farmakologis dan non farmakologis (Sari et al., 2020). Penatalaksanaan nonfarmakologis meliputi manual terapi seperti pijat dan latihan mobilisasi, akupuntur, relaksasi, terapi air hangat dan air dingin (Belakang et al., 2020). Penggunaan intervensi non farmakologis dapat dijadikan alternatif terapi untuk mengurangi nyeri punggung karena tidak memiliki efek samping (Movahedi, 2017). Kompres hangat adalah sebuah metode menggunakan panas untuk menekan daerah nyeri untuk menimbulkan efek fisiologis.

Terapi kompres hangat akan menyalurkan sinyal ke hypothalamus melalui spinal cord yang menyebabkan pembuluh darah perifer . Adanya vasodilatasi dapat menyingkirkan produk-produk inflamasi, seperti bradikin, histamin, dan prostaglandin (Zahroh & Faiza, 2018). Stimulasi pada acupoint tubuh memengaruhi aliran bioenergi tubuh menjadi teratur sehingga mengembalikan sistem keseimbangan tubuh (Sari et al., 2020)

Penelitian terkait dengan pengaruh kompres hangat dalam penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sudah banyak dilakukan dan ada perubahan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dilakukan dan sesudah dilakukan kompres hangat intervensi kompres hangat ($p=0.000$). nilai mean sebelum diberi kompres hangat 4,5 menjadi 2,2 dengan selisih mean 2,3. Sedangkan akupresur ($p=0.000$) nilai mean sebelum diintervensi akupresur 3,5 menjadi 2,3 dengan selisih mean 1,2. Seperti yang dilakukan (Hanifah et al., 2022)

Dari latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan Penatalaksanaan Asuhan Kebidanan kompres hangat untuk menurunkan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Penatalaksanaan Kompres Hangat untuk Menurunkan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III

C. Tujuan

Penatalaksanaan Kompres Hangat untuk Menurunkan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Menambah informasi dan pengetahuan bagi pengembangan ilmu kebidanan khususnya pengetahuan tentang Penatalaksanaan Asuhan kebidanan *Kompres hangat untuk menurunkan nyeri punggung bawah Terhadap ibu hamil trimester III*

Manfaat Praktis

a. Bagi Lahan Praktik

Sebagai bahan pertimbangan bagi pengelola lahan praktik dalam mengembangkan ilmu kebidanan.

b. Bagi Penulis

Sebagai pengalaman ilmiah yang dapat meningkatkan pengetahuan dan menambah wawasan tentang Penatalaksanaan Asuhan Kebidanan *Kompres hangat untuk menurunkan nyeri punggung bawah Terhadap ibu hamil trimester III*

c. Bagi Ibu hamil

Dapat mengurangi keluhan dan membantu ibu untuk mengurangi nyeri punggung bawah.