

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah peristiwa yang didahului dengan bertemunya sel telur atau ovum dengan sel sperma. Proses kehamilan akan berlangsung selama kira-kira 10 bulan, atau 9 bulan kalender, atau 40 minggu, atau 280 hari yang dihitung dari hari pertama periode menstruasi terakhir.(Aulia, Mulyani, & Silalahi, 2018)

Dalam proses kehamilan ketidaknyamanan merupakan suatu perasaan yang kurang ataupun yang tidak menyenangkan bagi kondisi fisik ataupun mental pada ibu hamil.(Aulia et al., 2018). Salah satu perubahan fisik terjadi pada kehamilan yang memengaruhi beberapa sistem seperti muskuloskeletal. Selama kehamilan atau dalam periode postpartum, perubahan ini dapat menyebabkan nyeri punggung bawah atau nyeri panggul yang rendah, mencegah pergerakan normal struktur ini dan menyebabkan penderitaan.(Farias de Aragão, 2019)

Angka kejadian pada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung sekitar 88,2%. Wanita hamil usia kehamilan 14-22 minggu mengalami kejadian nyeri punggung bawah sekitar 62%. Nyeri pada punggung selama kehamilan bervariasi antara 35–60 %. (Devi Purnamasari & Nurul Widyawati, 2019)

Berdasarkan data pada Tahun 2016 data yang diperoleh di RB CI Semarang, menunjukkan bahwa 80 dari 100 ibu hamil memiliki keluhan seperti mual-muntah dan nyeri punggung. Data 80 responden ibu hamil yang

mengalami nyeri punggung di RB CI Semarang didapatkan sebesar 45% mengalami nyeri punggung pada trimester III dan sebesar 35% mengalami mual muntah pada trimester I & II. (Dyah Ayu Wulandari & Yuli Andryani, 2019).

Kualitas hidup ibu hamil akan menjadi buruk apabila nyeri punggung yang terjadi tidak ditangani dengan baik. Gejala nyeri punggung ini juga disebabkan oleh hormon estrogen dan progesteron yang mengendurkan sendi, ikatan tulang dan otot dipinggul. (Aulia et al., 2018)

Ada beberapa cara untuk mengurangi intensitas dan frekuensi nyeri punggung bawah antara lain minum, hindari membungkuk dan mengangkat beban berat, istirahat, gunakan sabuk penopang, hindari pemakaian *high heels*, bangun secara perlahan, duduk di kursi yang bisa menopang punggung dan tempatkan bantal kecil di belakang punggung bawah, olahraga, serta kompres hangat dan *massage*. (Dyah Ayu Wulandari & Yuli Andryani, 2019)

Massage merupakan metode non farmakologis yang memberikan tindakan penekanan oleh tangan pada jaringan lunak, biasanya pada otot, tendon atau ligament. Beberapa macam metode *massage* yang dapat dilakukan untuk merangsang saraf yang berdiameter besar sehingga mengurangi nyeri antara lain *effleurage*, *deep back*, *firm counter pressure*, dan *abdominal lifting*. (Dyah Ayu Wulandari & Yuli Andryani, 2019)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Aini (2016) dengan judul Perbedaan masase *Effleurage* dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester 3 di BPS Furida Azis Desa Gemekan Sooko Mojokerto menunjukkan ada pengaruh pemberian masase *effleurage* dan

kompres hangat untuk menurunkan nyeri punggung ibu hamil trimester ke. (Aini Luthfiah, 2017)

Penelitian lain yang dilakukan oleh Fitriani, *et all* menunjukkan bahwa masase *effleurage* lebih efektif untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil dibandingkan dengan relaksasi nafas dalam. (Fitriana & Vidayanti, 2017). Selain untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil Masase *effleurage* juga dapat menurunkan nyeri pada ibu persalinan kala I fase aktif (Cahyaningtyas, 2015) dan menurut (Insani, 2015) dapat menurunkan nyeri pada perempuan yang mengalami disminore primer. (Aini Luthfiah, 2017).

Berdasarkan uraian di atas maka perlu dilakukan telaah pustaka kebidanan Efektivitas *Effleurage Massage* untuk Menurunkan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka rumusan masalah telaah pustaka kebidanan ini adalah bagaimanakah efektivitas *Effleurage Massage* untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III?

C. Tujuan Telaah Pustaka

Untuk mengetahui penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III setelah dilakukan *Effleurage Massage*.

D. Manfaat Telaah Pustaka

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil telaah pustaka ini diharapkan bermanfaat untuk pengembangan ilmu kebidanan sebagai salah satu alternative untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III secara non-farmakologis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu Hamil

Dapat memberikan informasi kepada para ibu hamil tentang terapi *effleurage massage* dalam penurunan tingkat nyeri punggung.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai pengembangan ilmu *Antenatal Care* tentang *Effleurage Massage* untuk mengurangi ketidaknyamanan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.