

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Nyeri punggung bawah biasanya terjadi pada ibu hamil trimester ketiga, akibat peningkatan berat badan karena pembesaran rahim serta perubahan hormonal. Hormon relaksin menyebabkan jaringan lunak penyangga melemah, menurunkan elastisitas dan fleksibilitas otot. Akibatnya, otot-otot penunjang mengalami peregangan berlebihan, yang memicu nyeri punggung bawah (Purnamasari 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) prevalensi nyeri punggung bawah saat kehamilan di Australia dilaporkan sebanyak 70%. Prevalensi nyeri punggung bawah pada ibu hamil pada usia kehamilan lebih dari 21 minggu di Malaysia terdapat 36,5% dengan nyeri ringan, 46% nyeri sedang dan 17,5% nyeri berat. Sedangkan di Indonesia, dilaporkan bahwa 70% ibu hamil mengalami nyeri punggung pada kehamilan terutama trimester III (WHO 2022).

Indonesia memiliki 5.354.594 orang ibu hamil dengan angka kasus nyeri punggung yang relatif tinggi yang tidak jauh beda dengan negara lain. Antara 60% sampai 80% wanita mengalami sakit punggung selama kehamilan pada trimester III, yaitu sebanyak 68% ibu hamil di Indonesia mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang, 32% mengalami nyeri punggung 2 dengan intensitas ringan, dan 6,5% mengalami nyeri punggung berat (Oktavia, 2023).

Pada tahun 2018 di Sumatera Barat terdapat 121.161 orang ibu hamil. Dari banyaknya ibu hamil tersebut, yang menjadi masalah utama pada trimester II dan III adalah nyeri punggung yang membuat ibu hamil tidak nyaman dan cemas dengan keadaan janinnya. Lebih dari separo ibu hamil mengalami nyeri punggung. Hal ini dibuktikan dengan data 75,8% ibu hamil trimester II dan III merasakan nyeri punggung sedang dan 24,2% tidak ada nyeri punggung (Riskesdas 2018).

Nyeri menjadi suatu masalah sering ditemui selama kehamilan terutama saat memasuki trimester II serta III. Fenomena nyeri menjadi masalah yang kompleks. Nyeri menyebabkan seseorang mengalami ketakutan serta kecemasan sehingga meningkatkan stres dan mengalami perubahan fisiologis secara drastis selama kehamilannya. Nyeri serta kecemasan saling sinergis dan memperburuk antara satu sama lainnya (Arummega, 2022).

Ada dua macam pengobatan untuk mengatasi nyeri punggung dan kemampuan fungsional, yaitu farmakologi dan non farmakologi. Teknik farmakologi yaitu seperti terapi obat-obatan yang diberikan untuk mengurangi rasa nyeri. Sedangkan non farmakologi yaitu tanpa menggunakan obat-obatan melainkan berbagai macam terapi seperti relaksasi, distraksi, biofeedback, hipnotis diri, *herbal therapy compress ball* dan lainnya. Mengingat efek samping dari farmakologi yang salah satunya adalah menyebabkan ketergantungan, perlu dilakukan upaya non-farmakologi untuk mengurangi nyeri punggung yang dialami ibu hamil trimester III, salah satunya adalah pemberian *herbal therapy compress ball* (Anggriani and Maryaningsih 2024).

Terapi Herbal *Compress Ball* merupakan pendekatan alternatif non farmakologis yang digunakan untuk meredakan nyeri persalinan pada wanita selama tahap pertama persalinan aktif dalam persalinan normal (Hayati et al. 2024). Terapi *compress ball* adalah terapi yang menggunakan bola karet yang dikompreskan untuk membantu mengurangi nyeri punggung. Terapi ini dilakukan dengan cara berbaring telentang diatas bola karet, kemudian menekan bola karet dengan punggung bawah. Kandungan Herbal *Therapy Compress Ball* bervariasi tergantung tersedianya ramuan tumbuhan dari setiap daerah. Terapi Herbal Kompres Bola telah digunakan di Thailand selama ratusan tahun sebagai obat tradisional atau sebagai terapi modalitas dalam obat muskuloskeletal dan rehabilitatif (Rahmi et al. 2024).

Herbal *Therapy Compress Ball* ini sebagai pengobatan muskuloskeletal, terapeutik dan rehabilitatif. Herbal *Therapy Compress Ball* biasanya berbahan dasar pala, cengkeh dan jahe dapat digunakan dengan cara dipotong-potong terlebih dahulu kemudian diremas dengan garam dan dikukus selama 10-20 menit sebelum digunakan untuk mengaktifkan konduksi panas serta meningkatkan aliran darah, anti inflamasi efek dari bahan herbal, dan relaksasi efek minyak atsiri aromatik dari bahan herbal (Fatmawati 2023).

Terapi *zinger officinale compress ball* terhadap intensitas nyeri *Low Back Pain* menyatakan terapi jahe *compress ball* dapat menurunkan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III, karena minyak atsiri dari jahe bersifat hangat yang mampu meningkatkan aliran. Salah satu dari strategi

penatalaksanaan nyeri yaitu stimulasi kutaneus. Penerapan terapi komplementer ini mengkolaborasikan metode kompres hangat dengan bahan-bahan herbal yang diimplementasikan melalui Herbal *Therapy Compress Ball* (Fatmawati 2023).

Berdasarkan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2024, ibu hamil yang ada di Kota Padang sebanyak 17.425 orang dengan capaian K1 sebanyak 14.751 orang (84,7%) dan K4 sebanyak 13.518 orang (77,6%). Jumlah ibu hamil terbanyak berada di Puskesmas Andalas yaitu sebanyak 2.219 orang, sedangkan di Puskesmas Bungus berjumlah 525 orang, Puskesmas Lubuk Kilangan berjumlah 1.090 orang, Puskesmas Lubuk Buaya berjumlah 1.259 orang, Puskesmas Belimbing berjumlah 1.322 orang, Puskesmas Pauh 1.181 orang. Jika dibanding tahun 2020 capaian ini menurun, yakni K1 = 107,4 % dan K4 = 94,1% (Dinkes Padang 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Zeny Fatmawati (2024) dengan judul “Efektifitas Herbal *Therapy Compress Ball* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III” didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden berusia 20-35 tahun, yang merupakan usia reproduksi. Jumlah responden yang diambil sebanyak 30 orang. Hasil penelitian juga menunjukkan terdapat perbedaan mengenai nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah dilakukannya *therapy compress ball*. Rerata tingkat nyeri sebelum dilakukan *therapy compress ball* yaitu 5,00 (kategori nyeri sedang) dan rerata tingkat nyeri sesudah dilakukan *therapy compress ball* mengalami penurunan yaitu 1,63 (kategori nyeri ringan).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Putu Mastiningsih (2024) dengan judul “Pengaruh Herbal *Therapy Compress Ball* Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III” setelah melakukan *therapy compress ball* terhadap 49 orang responden, didapatkan hasil bahwa terdapat 4 responden yang mengalami nyeri ringan (8,2%), 29 responden mengalami nyeri sedang (59,2%), dan 16 responden mengalami nyeri berat (32,7%). Rerata tingkat nyeri sebelum diberikan *therapy compress ball* yaitu 3,24 dan setelah diberikan *therapy compress ball* rerata tingkat nyeri menurun menjadi 1,76.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Putri Ardila Dinanti (2022) dengan judul “*Compress Ball Therapy To Reduce Back Pain In Pregnant Women*” setelah melakukan *therapy compress ball* selama 1x20 menit/hari terhadap 2 orang responden kemudian mengisi lembar observasi, didapatkan hasil bahwa pada responden A tingkat nyeri sebelum dilakukan *therapy compress ball* yaitu skala 5 (nyeri sedang) setelah dilakukan *therapy compress ball* skala nyeri menurun menjadi 2 (nyeri ringan). Sedangkan pada responden B tingkat nyeri sebelum dilakukan *therapy compress ball* yaitu skala 6 (nyeri sedang) setelah dilakukan *therapy compress ball* skala nyeri menurun menjadi 3 (nyeri ringan).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada 24 Januari 2025 di Puskesmas Andalas didapatkan data ibu hamil trimester III sebanyak 185 orang pada bulan Desember 2024. Hasil wawancara dengan 15 orang ibu hamil yang berkunjung, 8 diantaranya mengatakan mengalami nyeri punggung. Saat ditanya mengenai nyeri yang dirasakan, ibu mengatakan nyeri seperti ditusuk-tusuk dan muncul tiba-tiba

pada bagian punggung bawah, hal biasanya dilakukan yaitu tarik nafas dalam beberapa kali sampai nyeri sedikit berkurang. Karena nyeri terjadi berulang kali membuat ibu hamil menjadi cemas akan kehamilannya. Selain itu juga menjadi beban pikiran karena takut terjadi sesuatu pada kehamilan mereka yang berujung kepada stress. Beberapa ibu mengatakan sudah pernah mencoba terapi untuk mengurangi nyeri punggung, tetapi beberapa lainnya belum pernah melakukan terapi dan belum mengetahui cara mengurangi nyeri punggung saat kehamilan.

Berdasarkan permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Herbal *Therapy Compres Ball* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang 2025”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh herbal *therapy compress ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2025?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh herbal *therapy compress ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2025.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui rerata skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *compress ball* pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2025.
- b. Diketahui pengaruh herbal *therapy compress ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2025.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

###### **a. Peneliti**

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang mata kuliah kebidanan naturopathy pada persalinan khususnya pada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung dengan diberikan herbal *therapy compress ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2025.

###### **b. Bagi peneliti selanjutnya**

Sebagai informasi dan gambaran untuk pengembangan peneliti khususnya untuk penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dan menjadikan *therapy compress* sebagai obat non farmakologi.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Institusi pelayanan kesehatan (Puskesmas)**

Dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mengedukasi masyarakat khususnya pada ibu hamil mengenai pengaruh herbal therapy compress ball terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil.

b. Bagi Institusi

Sumbangan ilmiah dan masukan untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya asuhan berbasis kebidanan.

**E. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini berkaitan dengan ibu hamil untuk mengetahui pengaruh herbal *therapy compress ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III. Variabel independen pada penelitian ini adalah *therapy compress ball* dan variabel dependen adalah nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III. Desain penelitian ini adalah *Pre Eksperimen* dengan *pre and post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III yang berjumlah 185 orang. Sedangkan sampelnya adalah ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung sesuai dengan kriteria inklusi. Penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan *numeric rating scale* untuk mengukur skala nyeri dan lembar observasi pemberian *compress ball*. Analisa univariat dilakukan dengan cara observasi terhadap ibu hamil trimester III dengan jumlah sampel 36 orang. Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh herbal *therapy compress ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III dengan pengolahan

data menggunakan uji normalitas, data tidak terdistribusi normal sehingga digunakan uji non parametrik (*Wilcoxon Rank Test*).

