

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

---

Periode antepartum adalah periode kehamilan yang dihitung sejak hari pertama haid terakhir (HPHT) hingga dimulainya persalinan sejati, yang menandai awal periode antepartum. Adaptasi fisiologis terhadap kehamilan bersifat dramatis dan sering kali dianggap ringan. Perubahan fisiologis pada kehamilan dapat terjadi pada sistem reproduksi, kardiovaskuler, pencernaan, pernafasan, musculoskeletal, integument dan endokrin. Nyeri punggung pada kehamilan merupakan nyeri punggung yang terjadi pada area lumbosakral. Nyeri punggung biasanya akan meningkat intensitasnya seiring pertambahan usia kehamilan karena nyeri ini merupakan akibat pergeseran pusat gravitasi dan postur tubuhnya. Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa peregangan tambahan dan kelelahan pada tubuh, terutama pada bagian tulang belakang sehingga akan menyebabkan terjadinya sakit atau nyeri pada bagian punggung ibu hamil (Resmi, 2020).

Secara normal ibu hamil akan mengalami perubahan baik secara fisik maupun psikologi. Pada masa kehamilan seiring dengan membesarnya uterus, pusat gravitasi akan berpindah kearah depan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisi berdirinya, dimana ibu hamil harus bergantung dengan kekuatan otot terhadap penambahan berat badan, sifat relaksasi sendi, kelelahan serta postur tubuh sebelum hamil. Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa

peregangan tambahan pada tubuh terutama pada bagian pinggang bawah sehingga akan menyebabkan terjadinya sakit atau nyeri pada bagian pinggang bawah (Indaryani dkk, 2022).

---

Selama proses adaptasi ibu sering mengalami ketidaknyamanan walaupun fisiologis, namun tetap perlu diberikan suatu pencegahan serta perawatan mengenai beberapa ketidaknyamanan pada Ibu hamil yang memasuki trimester III seperti sakit punggung (Arummega, 2022). Nyeri punggung yang dialami oleh ibu hamil berpengaruh terhadap beberapa kondisi fisiologis karena respon nyeri bersifat autonomik. Sementara dalam kondisi hamil di dalam uterus ibu terdapat janin yang sirkulasinya berkorelasi erat dengan sirkulasi darah ibu. namun terdapat peningkatan denyut jantung janin pada ibu hamil yang mengalami nyeri (Wahyuni, 2020).

Nyeri punggung pada ibu hamil dapat memberikan dampak pada gangguan kulit tidur yang dapat beresiko pada janin, kehamilan dan pada saat melahirkan. Dan juga memicu terjadinya stress sehingga dapat meningkatkan tekanan darah, meningkatkan resiko kelahiran premature dan bahkan keguguran (Palifiana, 2018). Nyeri punggung bawah dapat menyebabkan meningkatnya rasa takut dan cemas ibu selama masa kehamilan sehingga dapat meningkatkan stress selama masa kehamilan, stress yang ibu alami akan meningkatkan kadar hormon kortisol dan prostaglandin yang dampaknya dapat menyebabkan terjadinya persalinan preterm, beberapa efek yang dapat ditimbulkan dari persalinan preterm adalah komplikasi persalinan, bayi berat lahir rendah (BBLR), Intrauterine Growth

Restriction (IUGR), dan komplikasi kelahiran prematur bagi bayi, hal tersebut yang menjadi penyumbang angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) di Indonesia (Sari, 2022).

---

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dheska Arthyka Palifiana dengan judul hubungan ketidaknyamanan dalam kehamilan dengan kualitas tidur ibu hamil trimester III di klinik pratama asih waluyo jati tahun 2018 didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III di klinik pratama asih waluyo jati mengalami kurang dari empat macam ketidaknyamanan dalam kehamilan (59,2%), sebagian besar kualitas tidur ibu hamil trimester III dalam kategori buruk (74,6%). Ada hubungan ketidaknyamanan dalam kehamilan dengan kualitas tidur ibu hamil trimester III di klinik pratama asih waluyo jati ( $0,006 < 0,05$ ) (Palifiana, 2018).

Berdasarkan hasil peneltian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni dengan judul kesejahteraan pada ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung pada tahun 2020 didapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan denyut jantung janin pada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nyeri punggung yang dialami oleh ibu hamil berkorelasi dengan peningkatan denyut jantung janin (Wahyuni, 2020).

*World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 menunjukkan bahwa nyeri pinggang bawah pada ibu hamil trimester III mengalami nyeri ringan sebanyak 20%, nyeri sedang 50% dan nyeri berat sebanyak 30%. Hasil penelitian dari berbagai daerah Indonesia mencapai 60% - 80% orang mengalami nyeri

pinggang bawah pada kehamilannya. Angka prevalensi nyeri pinggang pada tahun 2020 berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Ramachandra di India menyatakan bahwa prevelensi nyeri pinggang ibu hamil trimester III yaitu 33,7% terjadi pada 261 wanita hamil (Indaryani dkk, 2022).

Menurut Kemenkes RI tahun 2022 jumlah ibu hamil di Indonesia sebanyak 4.897.988 orang ibu hamil (Kemenkes RI, 2022). Prevalensi nyeri punggung bawah di Indonesia sebesar 18% meningkat sesuai dengan bertambahnya usia kehamilan dan terdapat 70% ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung, yang merupakan masalah terbesar dan utama pada ibu hamil (Armayanti, 2023). Sedangkan jumlah ibu hamil di Sumatera Barat pada tahun 2022 yaitu sebanyak 114.675 orang (Kemenkes RI, 2022).

Dan jumlah ibu hamil di kota Padang pada tahun 2021 sebanyak 17.376 orang. Jumlah ibu hamil di kota Padang pada tahun 2022 ialah 18.085 orang (Masdalena dkk, 2022). Dan jumlah ibu hamil pada tahun 2023 sebanyak 17.425 orang, jumlah ibu hamil ini berasal dari seluruh jumlah ibu hamil di 23 puskesmas di kota Padang (Profil Kesehatan Kota Padang, 2023). Dari 23 puskesmas yang ada di kota Padang terdapat tiga puskesmas yang memiliki ibu hamil terbanyak yaitu pada tahun 2021 jumlah ibu hamil di puskesmas lubuk buaya sebanyak 2.291 orang (Sari, 2022), tahun 2022 sebanyak 1.242 orang, tahun 2024 sebanyak 1.508 orang. Dan di puskesmas belimbing pada tahun 2022 terdapat ibu hamil sebanyak 1.339 orang (Maretta, 2023). Sedangkan di puskesmas andalas pada

tahun 2022 terdapat ibu hamil sebanyak 945 orang, tahun 2024 sebanyak 863 orang (UPTD Puskesmas Andalas Kota Padang, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ella Khairunnisa dkk pada tahun 2022 dengan judul Gambaran Derajat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III didapatkan hasil bahwa nyeri punggung merupakan keluhan yang umum dialami oleh ibu hamil pada trimester III dan derajat nyeri paling banyak dialami adalah derajat sedang. kejadian nyeri punggung sering di perparah dengan terjadinya *backache* atau sering disebut dengan nyeri pungung yang lama. *Backache* sering ditemukan pada perempuan hamil sebanyak 45%. *Backache* meningkat 69% pada minggu ke-28 dan hampir bertahan pada tingkat tersebut (Khairunnisa, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniati Devi Purnamasari tahun 2019 dengan judul Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester II dan III didapatkan hasil bahwa studi ini menunjukkan bahwa nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester II dan III terjadi dengan prevalensi terbanyak pada skala nyeri sedang. Nyeri punggung bawah sering ditemukan pada kehamilan. Hal ini dapat menjadi indikasi pentingnya edukasi kesehatan tentang nyeri punggung bawah untuk ibu hamil selama trimester II dan III dan suami serta keluarganya, dan evaluasi rutin masalah nyeri punggung bawah oleh para klinisi (Purnamasari, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arrisqi Herawati pada tahun 2017 dengan judul Upaya Penanganan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester

III berdasarkan survey awal peneliti yang dilakukan keluhan nyeri pinggang sering di sampaikan oleh ibu-ibu hamil, berdasarkan survey dari 5 orang ibu hamil trimester III yang memeriksakan kandungan 2 orang diantaranya mengeluh nyeri pada punggung bawah (nyeri pinggang) (Herawati, 2017).

Nyeri punggung yang tidak segera ditindaklanjuti dapat menimbulkan penderitaan jangka panjang, termasuk nyeri pasca persalinan dan nyeri punggung serta nyeri pinggang kronis dan akan sulit diobati dan bila nyeri meluas ke area panggul dan menyebabkan kesulitan berjalan, sehingga memerlukan alat bantu berjalan (Fransisca, 2023). Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung bawah dan pinggang yang dialami ibu hamil trimester III salah satunya adalah akupressur. Akupressur merupakan penekanan-penekanan pada titik pengaktif (*Trigger point*) dimana dalam hal nyeri titik pengaktif adalah sama dengan titik akupunktur. Akupressur merupakan perkembangan terapi pijat yang berlangsung seiring dengan perkembangan ilmu akupunktur karena teknik pijat akupressur adalah turunan dari ilmu akupunktur (Resmi, 2020).

Salah satu titik akupressur yang dapat mengurangi nyeri punggung bawah dan pinggang pada ibu hamil trimester III adalah titik BL 23 yang terletak di dua jari kiri dan kanan meridian GV, setinggi batas lumbal ke dua yang mampu memberikan rasa rileks pada tubuh secara alami dan memblok reseptor nyeri ke otak. Ketika titik-titik akupresur distimulasi, terjadi pelepasan ketegangan pada otot, peningkatan pada sirkulasi darah, dan peningkatan kekuatan hidup energi

tubuh untuk membantu proses penyembuhan. Sehingga adanya penurunan intensitas nyeri yang dirasakan ibu hamil (Permatasari, 2019).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ni Lu Putu Sentania Widhi Permana Putri dengan judul Pengaruh Akupressur Titik *Bladder 23* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Denpasar Utara tahun 2020 didapatkan hasil pengukuran intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum melakukan akupressur titik *bladder 23* yaitu dengan *mean* 4,17. Hasil pengukuran intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III setelah melakukan akupressur titik *bladder 23* yaitu dengan *mean* 2,67. Terdapat pengaruh akupressur titik *bladder 23* terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III (Putri, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zhavira Nadya Septari tahun 2023 dengan judul Intervensi Kombinasi *Back Massage* dan Akupressur Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III didapatkan hasil penerapan *back massage* dengan kombinasi teknik akupressur yang dilakukan selama 3 hari dengan waktu selama 10-15 menit terjadi penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Hasil intervensi menunjukkan adanya perubahan skala nyeri setelah diberikan *back massage* dengan kombinasi akupressur, yaitu dari skala 4 menjadi skala 1 yang dimana *back massage* dengan kombinasi akupressur efektif untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Pelayanan kesehatan diharapkan terapi *back massage* dengan

kombinasi akupressur bisa menjadi intervensi untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III (Septari, 2023).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Nurul Uswatun Chasanah tahun 2023 dengan judul Efektivitas Terapi Akupressur Titik BL 23 Untuk Mengurangi Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Modung Bangkalan hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terapi akupressur titik BL 23 terhadap penurunan nyeri pinggang ibu hamil trimester III dengan p-value  $0,000 < \alpha (0,05)$  (Chasanah, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Indaryani tahun 2022 dengan judul Efektivitas Akupressur Dalam Mengurangi Rasa Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III adanya pengaruh terapi akupressur terhadap penurunan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III. Hal ini terlihat dari skala nyeri rata-rata sebelum dilakukan terapi akupressur yaitu 3,9 dan setelah dilakukan terapi akupressur diperoleh skala nyeri rata-rata menurun menjadi 1,7 dan hasil analisis statistik didapatkan p-value = 0,0001 yang berarti ada pengaruh terapi akupressur terhadap penurunan skala nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III. Studi ini merekomendasikan agar akupressur dilakukan untuk mengurangi nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III (Indaryani dkk, 2022).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti dari tanggal 10-14 Februari 2025, di Puskesmas Belimbing terdapat ibu hamil sebanyak 1.300 orang, di Puskesmas Lubuk Buaya terdapat ibu hamil sebanyak 1.508 orang dengan jumlah ibu hamil trimester III sebanyak 258 orang per bulan Juli 2024-bulan Februari

2025, di Puskesmas Andalas terdapat ibu hamil sebanyak 863 orang dengan ibu hamil trimester III sebanyak 76 orang. Peneliti melakukan wawancara dan pembagian lembar observasi pada 10 responden di tiga puskesmas tersebut dan

---

didapatkan di puskesmas Belimbing dari 10 responden terdapat 6 responden yang mengalami nyeri punggung bawah dengan skala yang berbeda-beda. Di Puskesmas Andalas dari 10 responden terdapat 4 responden yang mengalami nyeri punggung bawah dengan skala ringan. Sedangkan di Puskesmas Lubuk Buaya dari 10 responden terdapat 8 responden yang mengalami nyeri punggung bawah dengan skala yang berbeda-beda.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dengan banyaknya terjadi masalah nyeri punggung bawah dan pinggang pada ibu hamil trimester III maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang Efektivitas Akupressure BL 23 Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh akupressur titik BL 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025 ?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh akupressur titik BL 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui rata-rata intensitas nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah diberikan akupressur titik BL 23 di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025.
- b. Diketahui adanya pengaruh akupressur titik BL 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025.

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Diketuinya pengaruh akupressur titik BL 23 terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sebagai wacana ilmiah untuk pengembangan IPTEK kebidanan, khususnya asuhan kebidanan naturopathy pada kehamilan dalam memberikan pengobatan non farmakologis.

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

Memberikan tambahan wawasan serta pengalaman dalam ilmu kebidanan sehingga penulis dapat mengaplikasikan ilmu yang telah penulis dapatkan khususnya tentang pengaruh akupressur titik BL 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

#### **b. Untuk Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat dijadikan data awal, pembandingan, serta bahan rujukan terutama saat meneliti tentang pengaruh akupressur titik BL 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

## 2. Manfaat Praktis

Akupressur dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pilihan bagi bidan dalam upaya membantu penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sehingga akan meningkatkan kualitas asuhan kebidanan dan kualitas kesejahteraan ibu hamil.

### a. Bagi Universitas Alifah Padang

Dapat dijadikan referensi atau sumber bacaan tambahan bagi mahasiswa untuk menambah pengetahuan dan pemahaman khusus tentang pengaruh akupressur titik BL 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

### b. Manfaat untuk Puskesmas Lubuk Buaya

Dapat berfungsi sebagai referensi memberikan layanan bagi ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah dengan akupressur titik BL 23 agar dapat mengurangi ketidaknyamanan pada saat kehamilan, terutama kehamilan trimester III.

## E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas tentang pengaruh akupressur titik BL 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III yang dilakukan di Puskesmas Lubuk Buaya. Dimana variabel independen yaitu akupressur titik BL 23 (*shensu*) dan variabel dependen yaitu nyeri punggung bawah. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimental, dengan desain studi *one grup pretest-posttest*, dengan teknik *purposive sampling*. Populasi pada penelitian ini yaitu ibu

hamil trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya bulan Februari sebanyak 49 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 orang. Pengumpulan data telah dilakukan dari tanggal 10 Maret - 14 April 2025. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Januari hingga bulan Juli 2025. Pengambilan data menggunakan lembar observasi *Numeric Rating Scale* (NRS), pengolahan data dengan komputerisasi menggunakan uji *Wilcoxon*.

---

