

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis, selama kehamilan terjadi perubahan fisiologi pada fisik dan psikologi ibu akibat adanya tumbuh kembang janin. Kehamilan adalah periode unik dalam kehidupan yang terkait dengan perubahan dan persiapan persalinan. Perubahan-perubahan tersebut menyebabkan ibu hamil mengalami ketidaknyamanan. Rasa tidak nyaman yang dirasakan oleh ibu hamil biasanya berbeda-beda pada setiap trimester kehamilan. Sebagian besar wanita juga mengalami ketidaknyamanan minor pada saat hamil sampai beberapa tingkat disepanjang kehamilan normal, diantaranya adalah mual, nyeri ulu hati, nyeri sendi, nyeri punggung, dispnea, hidung tersumbat, varises vena, kram kaki (Arummega *et al.*, 2022).

Menurut *World Health Organization (WHO)* tahun 2020 menunjukkan bahwa prevalensi ibu hamil mencapai 84% (Azis, 2023). Menurut Sari dkk (2020) Prevelensi 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 (Nafi *et al.*, 2024). Berdasarkan data pada Profil Kesehatan Indonesia (2021) ibu hamil yang mengalami nyeri punggung pada kehamilan trimester III yaitu 60-80%

(Nafi *et al.*, 2024).

Nyeri Punggung Bawah (NPB) adalah nyeri yang dirasakan di daerah punggung bawah, dapat berupa nyeri lokal (*inflamasi*) maupun nyeri radikuler atau keduanya. Nyeri yang berasal dari punggung bawah dapat dirujuk ke daerah lain atau sebaliknya nyeri yang berasal dari daerah lain dirasakan di daerah punggung bawah (*referred pain*). NPB pada hakekatnya merupakan keluhan atau gejala dan bukan merupakan penyakit spesifik (Karneli *et al.*, 2022).

Nyeri punggung terdapat faktor-faktor yang mempengaruhinya seperti usia kehamilan mulai timbul nyeri biasanya terjadi pada 27 minggu, yang didukung dengan melaporkan 20-28 minggu sebagai periode pertama di mana rasa sakit terjadi umur ibu pada umumnya akan mengalami nyeri punggung bawah di antara usia 20-24 tahun serta akan mencapai puncaknya saat berusia lebih dari 40 tahun. Pada paritas sering terjadi pada multipara dan *grande* multipara yang lebih berisiko karena otot-otot sudah melemah dan menyebabkan otot mengalami kegagalan dalam menopang di bagian uterus atau rahim yang sudah semakin membesar sehingga banyak yang mengalami nyeri punggung (Kemenkes 2024).

Penyebab nyeri punggung bawah salah satunya adalah karena perubahan hormonal yang menimbulkan perubahan pada jaringan lunak penyangga dan penghubung sehingga menurunnya elastisitas dan fleksibilitas otot. Nyeri punggung yang tidak segera diatasi berakibat nyeri punggung dalam jangka panjang, meningkatkan nyeri punggung pasca partum dan nyeri

punggung kronis yang akan lebih sulit diobati atau disembuhkan (Kemeneks 2024). Menurut beberapa penelitian berbagai macam teknik komplementer yang dapat diterapkan untuk mengatasi nyeri punggung bawah pada kehamilan yang telah dikembangkan antara lain terapi pijat (61,4%), relaksasi (42,6%), yoga (40,6%) dan *acupressur* (44,6%) (Karneli *et al.*, 2022)

Acupressur adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada tubuh yang berguna untuk mengurangi bermacam-macam sakit dan nyeri serta mengaktifkan kembali peredaran energi vital. *Acupressur* sebagai salah satu terapi komplementer yang dapat diaplikasikan pada ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung bawah. Terapi *acupressur* dapat meningkatkan hormon *endorphin* untuk mengurangi rasa nyeri setelah dilakukan pemijatan pada titik titik tertentu. Hormon *endorphin* mampu menghadirkan rasa nyaman pada tubuh secara alami dan memblok reseptor nyeri ke otak. Ketika titik-titik *accupressure* distimulasi, ketegangan otot akan dilepaskan tubuh, peningkatan sirkulasi darah, dan peningkatan kekuatan hidup energi tubuh untuk membantu mempercepat penyembuhan (Karneli *et al.*, 2022).

Berdasarkan profil Kesehatan Indonesia (2023) ibu hamil di Indonesia mencapai 4.907.227. Jumlah ibu hamil Sumatera Barat tahun 2023 yaitu 114.770 (Kemenkes RI 2023). Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Padang (2022) Ibu hamil di kota Padang mencapai 17.376 (Kemenkes 2022) .

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aswitami dkk (2018) didapatkan perbandingan kategori nyeri sebelum penelitian terdapat 7 orang

dengan skala nyeri ringan, 13 orang dengan skala nyeri sedang, setelah penelitian diperoleh 14 orang tidak nyeri dan 6 orang nyeri ringan. Hasil uji statistik dijelaskan bahwa terdapat penurunan yang signifikan kategori nyeri sebelum dan sesudah penelitian ($p < 0,05$). Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan ($p < 0,05$) Terapi Akupresur Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I Kabupaten Badung (Aswitami *et al.*, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Armayenti dkk (2023) didapatkan terjadi penurunan rata-rata skala nyeri responden dari 5.31 menjadi 2.44 dengan penurunan skala nyeri sebanyak 2.87 (54,04%). Dari hasil analisis dapat dilihat bahwa nilai $p = 0.00$ (< 0.05) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian akupresur terhadap intensitas nyeri pada punggung bawah pada ibu hamil trimester III (Armayenti *et al.*, 2023)

Berdasarkan Survey Awal yang dilakukan di TPMB Umil Fahmi Kota Padang. Peneliti melakukan wawancara pada ibu Hamil Trimester III yang datang berkunjung ke TPMB Umil Fahmi didapatkan hasil, 8 dari 10 ibu mengatakan mengalami nyeri punggung bawah.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh *Acupresur* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Bawah di TPMB Umil Fahmi Kota Padang tahun 2024.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh *Acupresur* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Bawah di TPMB Umil Fahmi Kota Padang pada tahun 2024?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui Pengaruh *Acupresur* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Bawah di TPMB Umil Fahmi Kota Padang pada tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui Rata-rata nyeri punggung Ibu hamil trimester III sebelum diberikan *acupresur* di TPMB Umil Fahmi Kota Padang pada tahun 2024.
- b. Diketahui Rata-rata nyeri punggung Ibu hamil trimester III sesudah diberikan *acupresur* di TPMB Umil Fahmi Kota Padang pada tahun 2024
- c. Diketahui pengaruh *acupresur* pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung bawah di TPMB Umil Fahmi Kota Padang pada tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang teknik *acupresur* pada ibu hamil dengan nyeri punggung bawah

b. Penelitian selanjutnya

Sebagai informasi dan gambaran untuk pengembangan peneliti khususnya untuk mengurangi ketidaknyamanan pada ibu hamil dengan nyeri punggung bawah dengan cara non farmakologi

2. Praktis

a. TPMB

Sebagai bahan masukan bagi petugas Kesehatan TPMB Umil Fahmi Padang dalam memberikan edukasi kepada pasien pada ibu hamil untuk menerapkan teknik akupresure sehingga dapat mengurangi ketidaknyamanan pada ibu hamil

b. Pendidikan

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

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas tentang pengaruh variabel independen yaitu nyeri punggung, dan variabel dependen yaitu teknik akupresure. Penelitian ini menggunakan *design Quasy eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest-posttest* yaitu menggunakan satu kelompok saja kemudian melakukan penilaian nyeri punggung bagian bawah sebelum dan setelah intervensi teknik *acupresur*. Populasi pada penelitian ini yaitu ibu hamil yang berkunjung pada bulan 16 November-30 Desember 2024 ke TPMB umil Fahmi sebanyak 70 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Acidental sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ditetapkan 30 orang yang dapat memenuhi *kriteria inklusi* dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subjek yang diperlukan terpenuhi. Untuk *uji normalitas* menggunakan *uji Shapiro wilk*, data yang didapatkan diolah dengan *uji dependen t-test* jika data terdistribusi normal. Hasil analisa *bivariat* dengan hasil *uji dependen t-test* dengan hasil jika $p = (p < 0,05)$ maka H_0 ditolak artinya terdapat pengaruh teknik akupresure terhadap nyeri punggung bawah ibu.