

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Kehamilan ialah sebuah fase yang dirasakan wanita dengan utamanya yaitu kehamilan trimester pertama yang berlangsung pada minggu ke-1 sampai dengan 12, trimester kedua berlangsung mulai minggu 13 sampai 27, dan trimester tiga berlangsung mulai minggu 28 hingga 40 (Walyani, 2015). Kehamilan ini dapat menimbulkan perubahan yang membuatnya tidak nyaman, ketidaknyamanan tersebut merupakan hal normal yang akan dialami oleh wanita hamil. Beberapa wanita hamil sering mengeluhkan yang dirasakan akan tetapi tidak semua wanita hamil merasakan ketidaknyamanan yang sama, wanita hamil biasanya akan mengalami tingkat ketidaknyamanan memiliki perbedaan. Ketidaknyamanan tersebut ditimbulkan karena adanya perubahan dari psikis maupun psikologis ibu hamil berbeda-beda pada tiap trimester (Sulistiyawati, 2011).

Pada trimester pertama, wanita hamil biasanya lebih buang air kecil dengan meningkatkan sensitivitas kandung kemih, keputihan akibat hipervaskularisasi, mual muntah karena relaksasi otot-otot pencernaan, kelelahan dan jantung berdebar. Akibat ketidaknyamanan faktor fisiologis tersebut membuat wanita hamil merasakan ketidaknyamanan secara psikologis seperti membenci kehamilannya, kecemasan, dan penolakan (Hani et al., 2011). Pada trimester 2 akan muncul ketidaknyamanan fisiologis seperti hemoroid, striae gravidarum sedangkan untuk rasa ketidaknyamanan yang ditimbulkan oleh psikologis sedikit demi sedikit akan berkurang. Pada trimester 3 ketidaknyamanan yang terjadi karena faktor fisiologis keringat akan bertambah dari biasanya akibat dari peningkatan kelenjar apocrine, sembelit, sesak nafas akibat dari adanya desakan pada diafragma, varises dan nyeri punggung. Untuk ketidaknyamanan psikologis yang biasanya terjadi seperti sikap ibu dalam menunggu persalinan dan rasa khawatir akan persalinan yang akan datang.

Sebanyak 47-60% wanita mengeluh nyeri punggung selama kehamilan 5-7 bulan, nyeri punggung tersebut akan lebih terasa saat malam hari dan selama kehamilan trimester 3. Prevalensi Nyeri

punggung bawah pada kehamilan trimester I sebanyak 16,7% pada trimester II sebanyak 31,3% sedangkan pada trimester III sebanyak 53% (Ayanniyi et al., 2016). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Beddoe et al., 2000), sekitar 70% dari ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah atau low back pain (LBP) yang mungkin terjadi dari trimester awal, puncak kejadian nyeri punggung bawah terjadi pada trimester II dan III kehamilan.

Secara umum nyeri punggung yang dirasakan saat hamil di sebabkan karena adanya perubahan postur tubuh, dimana terjadi kenaikan berat badan secara bertahap, serta akibat dari pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan sehingga aktivitas selama kehamilan dapat menyebabkan nyeri punggung yang jika tidak segera diatasi dapat mempengaruhi aktivitas selama perjalanan usia kehamilan (Richens et al., 2010). Terdapat beberapa metode farmakologi dan non farmakologis, terapi farmakologi seperti agen antiinflamasi non-steroid dan analgesic. Terapi non farmakologi sederhana yang dapat diberikan kepada ibu hamil untuk membantu mengurangi masalah nyeri punggung seperti hypnosis, acupressure, yoga, sentuhan terapeutik, aromatherapy, relaksasi, mendengarkan music, kompres hangat, kompres dingin dan pemberian birth ball (Bobak et al., 2004).

Dalam (Lailiyana et al., 2017) Birth ball merupakan bola berukuran besar yang banyak digunakan di rumah sakit maupun klinik Amerika Serikat selama proses persalinan, namun ternyata selain untuk proses persalinan birth ball ini dapat digunakan pada ibu hamil, melahirkan dan ibu dengan masa nifas dengan tujuan mengurangi nyeri secara non farmakologi. Di Indonesia, penggunaan birth ball masih jarang dilakukan, namun kini perlahan mulai diperkenalkan kepada wanita hamil. Beralaskan dari yang mendahului dan pelaksanaan Wilayah Kerja Puskesmas Cikembar Kabupaten Sukabumi pada tanggal 22 februari 2021, telah diwawancarai 12 orang dimana 9 wanita diantaranya mengalami nyeri punggung pada ibu hamil trimester 3. Hasil dari wawancara tersebut didapatkan bahwa upaya non farmakologi yang biasa digunakan untuk mengurangi nyeri punggung dengan teknik relaksasi pernafasan dengan mengatakan bahwa belum pernah dilakukan penggunaan birth ball.

Berdasarkan latar belakang tersebut, mengenai fakta bahwa belum pernahnya dilakukan birth ball pada wanita hamil untuk mengurangi nyeri punggung, maka

kajian ini dengan pelaksanaan dari “Pengaruh Penggunaan Birth Ball terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III” di wilayah kerja Puskesmas Cikembar Kabupaten Sukabumi.

I.2 Rumusan Masalah

Nyeri punggung merupakan ketidaknyamanan yang sering dijumpai pada wanita hamil terutama wanita hamil trimester 3. Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan koordinator puskesmas Cikembar, di dapatkan bahwa pada umumnya dan secara fisiologis keluhan nyeri punggung sering terjadi terutama pada usia kehamilan trimester 3. Di wilayah kecamatan cikembar itu sendiri didapatkan data ibu hamil sebanyak 1.615 sedangkan untuk ibu hamil trimester 3 sebanyak 1.388. serta hasil wawancara dengan beberapa ibu hamil pada tanggal 22 Februari 2021 dimana mereka mengatakan belum pernah dilakukan penggunaan birth ball untuk mengatasi nyeri punggung. Hal ini yang mendorong penulis untuk memahami tentang “Pengaruh Penggunaan Birth Ball terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III” di wilayah kerja Puskesmas Cikembar Kabupaten Sukabumi.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum pada kajian ini untuk melihat yang menjadi pengaruh penggunaan birth ball dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester 3 di wilayah kerja Puskesmas Cikembar Kabupaten Sukabumi tahun 2021.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui skala nyeri sebelum dilakukan birth ball pada ibu hamil trimester 3 di wilayah kerja Puskesmas Cikembar Kabupaten Sukabumi tahun 2021.
- b. Untuk mengetahui skala nyeri sesudah dilakukan birth ball pada ibu hamil trimester 3 di wilayah kerja Puskesmas Cikembar Kabupaten Sukabumi tahun 2021.

- c. Untuk menganalisis pengaruh antara birth ball dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester 3 di wilayah kerja Puskesmas Cikembar Kabupaten Sukabumi tahun 2021.

I.4 Manfaat Penelitian

- a. Bagi Masyarakat

Diharapkan dari kajian ini menjadikannya bahan masukan alternatif untuk meningkatkan pelayanan asuhan terhadap ibu hamil trimester 3 dalam mengatasi nyeri punggung.

- b. Bagi Perawat

Harapannya bisa menjadi penggambaran pemberian deskripsi bagi perawat dengan kajian alternatif dan pengurangan nyeri.

- c. Bagi peneliti

Diharapkan pada kajian ini menjadi acuan yang mendasar untuk pengembangan berikutnya, dipergunakan menjadi hal yang mendasar dalam kajian ini.