

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan adalah suatu proses yang terjadi antara perpaduan sel sperma dan ovum sehingga terjadi konsepsi sampai lahirnya janin. lamanya kehamilan normal adalah 280 hari atau 40 minggu dihitung dari haid pertama haid terakhir (HPHT). Proses kehamilan ini diawali dari ovulasi (pematangan sel) lalu pertemuan ovum (sel telur) dan spermatozoa (sperma) terjadilah pembuahan dan pertumbuhan zigot kemudian bernidasi (penanaman) pada uterus dan pembentukan plasenta dan tahap akhir adalah tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm (Manuaba,dkk, 2012).

Nyeri yang sering dirasakan pada masa kehamilan adalah nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bawah biasanya akan meningkat intensitasnya seiring pertambahan usia kehamilan karena nyeri ini merupakan akibat pergeseran pusat gravitasi wanita tersebut dan postur tubuhnya, akibat berat uterus yang membesar. Jika tidak dilakukan penanganan maka akan menyebabkan posisi tubuh saat berjalan condong ke belakang akibat peningkatan lordosis. Lengkung ini kemudian akan meregangkan otot punggung dan menimbulkan rasa sakit atau nyeri (Varney, 2010).

Terdapat juga peningkatan mobilitas sendi sakroiliaka dan sakrokoksigeal yang berperan dalam perubahan postur maternal yang dapat menyebabkan nyeri punggung bagian bawah di akhir kehamilan, terutama pada wanita multipara. Pada akhir kehamilan, rasa sakit, mati rasa, dan kelemahan terkadang dialami

pada lengan, kemungkinan terjadi akibat lordosis drastis. Otot dinding abdomen dapat meregang dan kehilangan sedikit tonusnya, sehingga memperberat nyeri punggung (Fraser dan Cooper, 2011).

Dampak yang diakibatkan dari nyeri punggung pada ibu hamil yaitu akibat berat uterus yang membesar, mengakibatkan sudut lengkungan tulang belakang semakin meningkat yang dikenal dengan nama sway back dan terjadi gerak pelvis kedepan sehingga menyebabkan jaringan pengikat sendi menegang dan bilamana posisi yang salah tersebut berlangsung lama maka akan menimbulkan ketegangan pada jaringan ikat sendi dan otot sehingga menimbulkan kelelahan pada otot-otot dan berujung pada rasa nyeri (Emilia & Harry, 2010).

Angka kejadian nyeri punggung ibu hamil tidak hanya terjadi pada trimester tertentu saja, tetapi juga dapat dialami sepanjang masa-masa kehamilan hingga periode pascanatal (Fraser, 2009). Sebanyak 50% ibu hamil yang disurvei di Inggris dan Skandinavia dilaporkan menderita nyeri punggung, di Australia sebanyak 70% (Katopis dkk 2011). Sejumlah besar studi tentang epidemiologi nyeri punggung bawah saat kehamilan berkisar dari 25% hingga 90%, dengan sebagian besar studi memperkirakan bahwa 50% wanita hamil akan menderita nyeri punggung bawah. Mayoritas ibu hamil terkena dampak dari kehamilan pertama mereka. 80% wanita yang menderita nyeri punggung bawah mengklaim bahwa hal itu memengaruhi rutinitas dan harian mereka. Di Belanda menunjukkan bahwa 38% wanita

masih memiliki gejala pada 3 bulan postpartum dan 13,8% pada 12 bulan postpartum (Katopis dkk, 2011).

Nyeri dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Endorphin Massage merupakan salah satu bagian teknik nonfarmakologi adalah jenis massage dengan sentuhan ringan yang dapat diberikan pada ibu hamil di waktu menjelang hingga saatnya melahirkan. Pijatan ini dapat merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda rasa sakit alami dan dapat menciptakan perasaan nyaman. Handayani, D. A., Mulyani, S., & Nurlinawati. (2020).

Endorphine massage dapat menurunkan nyeri punggung ibu hamil, karena dapat mengurangi ketegangan otot dan rasa sakit, meningkatkan mobilitas dan melancarkan peredaran darah, jika nyeri punggung ini tidak teratasi, bisa mengakibatkan nyeri punggung yang sangat lama, meningkatnya kecenderungan nyeri punggung setelah melahirkan dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit diobati atau di sembuhkan (Hartatidkk, 2015).

Constance Palinsky dari Michigan melakukan penelitian tentang manajemen nyeri, terinspirasi untuk melakukan endorphine massage untuk meringankan rasa sakit pada ibu hamil trimester III yang akan melalui proses persalinan. Berdasarkan hasil penelitian, teknik ini dapat meningkatkan pelepasan zat oksitosin. Tidak heran jika di kemudian teknik endorphine massage ini sangat penting untuk diketahui oleh ibu hamil dan suami yang memasuki usia kehamilan minggu ke-36. Teknik endorphine massage ini juga sangat membantu menguatkan bonding ibu dan suami dalam mempersiapkan persalinan.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur intensitas nyeri yang dirasakan pasien digunakan skala NRS (Numeric Rating Scale). NRS digunakan untuk mengukur skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian endorphine massage. Metode Numeric Rating Scale (NRS) didasari pada skala angka 1-10 untuk menggambarkan kualitas nyeri yang dirasakan pasien. NRS juga lebih efektif untuk mendeteksi penyebab nyeri akut ketimbang VAS dan VRS. Skala nyeri dengan menggunakan NRS lebih mudah dipahami, lebih sensitif terhadap jenis kelamin, etnis, hingga dosis.

Manfaat endorphin massage antara lain, membantu dalam relaksasi dan menurunkan kesadaran nyeri dengan meningkatkan aliran darah ke area yang sakit, merangsang reseptor sensori di kulit dan otak dibawahnya, memberikan rasa sejahtera umum yang dikaitkan dengan kedekatan manusia, meningkatkan sirkulasi lokal, stimulasi pelepasan endorphin, penurunan katekiolamin endogen rangsangan terhadap serat eferen yang mengakibatkan blok terhadap rangsang nyeri. Endorphin massage merupakan cara lembut dan halus membantu ibu hamil merasa lebih segar, rileks dan nyaman saat hamil. Endorphin massage dapat meredakan nyeri pada punggung, dalam hal ini senyawa endorphin yang merupakan pereda sakit secara alami dalam kehamilan. Titik dilakukan nya endorphin massage Dimulai dari leher, dipijat ringan membentuk huruf V ke arah luar menuju sisi tulang rusuk pasien. Pijatan-pijatan ini terus turun ke bawah dan ke belakang (Aprilia,2010).

Endorphine Massage dapat merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorphen yang merupakan pereda rasa sakit alami dan dapat menciptakan perasaan nyaman antara lain, membantu dalam relaksasi dan menurunkan kesadaran nyeri dengan meningkatkan aliran darah ke area yang sakit, merangsang reseptor sensori di kulit dan otak dibawahnya, memberikan rasa sejahtera umum yang dikaitkan dengan kedekatan manusia, meningkatkan sirkulasi lokal, stimulasi pelepasan endorphen, penurunan katekiolamin endogen rangsangan terhadap serat eferen yang mengakibatkan blok terhadap rangsang nyeri (Aprilia, 2010).

Menurut penelitian Handayani, D. A., Mulyani, S., & Nurlinawati. (2020). pada Pengaruh Endorphen Massage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III. Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan endorphen massage hampir setengah (45%) dari seluruh ibu hamil mengalami nyeri berat dan setelah dilakukan endorphen massage tidak ada satupun responden (0%) yang mengalami nyeri berat. Instrumen yang digunakan yaitu dengan skala NRS (Numeric Rating Scale). NRS digunakan untuk mengukur skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian endorphine massage.

Menurut penelitian Puspitasari,(2013) tentang hubungan senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil di Rumah Sakit Kendangsari Surabaya dengan hasil p value = 0,000 yang artinya H_0 ditolak artinya adanya hubungan yang bermakna antara ibu hamil yang melakukan senam hamil dengan nyeri punggung. Semakin teratur mengikuti senam hamil maka hal ini dapat meminimalkan nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu hamil.

Menurut penelitian Tri Maryani, Suyani, (2018) Kompres hangat adalah salah satu penatalaksanaan nyeri secara non farmakologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat. Penelitian ini menggunakan instrumen lembar pengkajian dan NRS dengan menggunakan data primer. Analisis bivariate digunakan sehingga didapatkan hasil p value 0,00. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di klinik pelita hati banguntapan bantul.

Menurut penelitian Ratna Dewi Permatasari (2019) Teknik pemijatan dengan memberikan stimulasi pada titik tertentu merupakan salah satu bentuk dari teknik akupresur yang berguna mengurangi nyeri ibu hamil pada punggung bagian bawah. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis efektifitas tehnik akupresur pada titik BL 23, GV 3, GV 4 terhadap penurunan nyeri ibu hamil pada punggung bagian bawah trimester III di wilayah kerja Puskesmas Jelakombo Jombang. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi ekperiment dengan pendekatan pretest dan posttest design pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Hasil penelitian didapatkan p value 0,001 ($p < 0,05$), berarti terdapat perbedaan yang keluhan nyeri punggung bawah sebelum dan setelah diberikan intervensi. Hasil analisis pada kelompok setelah diberikan intervensi berdasarkan nilai rerata, didapatkan rerata terapi akupresur efektif diberikan pada ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung bawah.

Menurut Penelitian Baiq Eka Putri Saudia, Oky Nila Kencana Sari. (2017). Pada penelitian ini menggunakan 30 ibu hamil trimester III yang terdeteksi nyeri punggung dengan menggunakan skala nyeri Numerical Rating Scale (NRS) yang dilakukan pengukuran sebelum dan setelah diberikan terapi Endorphin Massage dan kompres hangat. Perlakuan berupa Endorphin Massage dan kompres hangat diberikan setiap hari selama 5 hari dilakukan selama 20 menit. Kemudian data di analisa menggunakan uji statistik independent test. Hasil penelitian didapatkan bahwa nilai rerata sebelum dan setelah dilakukan Endorphin Massage yaitu 1,933 sedangkan nilai rerata sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat yaitu 0,733. Dari hasil tersebut terlihat bahwa Massage Endorphin lebih efektif dibandingkan dengan kompres hangat dalam menurunkan nyeri punggung ibu hamil trimester III. Endorphin Massage dapat dijadikan sebagai alternatif terapi non farmakologi untuk mengatasi keluhan nyeri punggung sehingga bidan dapat menerapkan Endorphin Massage dalam memberikan asuhan pelayanan kebidanan pada ibu hamil untuk mengatasinyeri punggung selama trimester III.

Setelah dilihat dari hasil penelitian diatas endorphin massage efektif dalam mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil. Penulis sudah melakukan survey di PMB Yanyan Mulyani dan menemukan beberapa kasus ibu hamil yang mengalami nyeri pada punggung bagian bawah. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan intervensi endorphine massage untuk pengurangan nyeri punggung bawah, bersalin, nifas, KB dan BBL di PMB Yanyan Mulyani, SST., MM., M.Keb.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu ingin mengetahui pengaruh endorphine massage terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pijat endorphine terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi karakteristik ibu hamil
- b) Mengidentifikasi intensitas nyeri punggung sebelum dilakukan endorphine massage pada ibu hamil
- c) Mengidentifikasi intensitas nyeri punggung setelah dilakukan endorphine massage pada ibu hamil
- d) Mengidentifikasi perbedaan intensitas nyeri punggung sebelum dan setelah dilakukan endorphine massage pada ibu hamil
- e) Melakukan pengkajian pada ibu hamil, bersalin, nifas, KB dan bayi baru lahir.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

- a. Menambah wawasan bagi peneliti mengenai pengaruh endorphine massage terhadap intensitas nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil
- b. Menambah wawasan bagi peneliti mengenai tingkat pengetahuan ibu hamil

1.4.2 Bagi Tempat Penelitian

- a. Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi tempat penelitian dan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk memberikan pelayanan yang lebih baik di masa mendatang.
- b. Sebagai gambaran informasi tentang pengaruh endorphine massage terhadap nyeri punggung pada ibu hamil

1.4.3 Bagi Ibu Hamil

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil.