

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses perkembangan pada janin yang dapat menimbulkan rasa tidak nyaman pada ibu dan mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari (Ruliati, 2019). Ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil biasanya berbeda-beda pada setiap trimester kehamilan. Perubahan yang terjadi selama kehamilan sering kali menjadi keluhan bagi ibu hamil diantaranya adalah mual muntah pada awal kehamilan, konstipasi, varises vena (pembuluh balik), gangguan berkemih, hemoroid, dan pembengkakan pada tungkai dan kaki serta nyeri punggung (Widyawati, 2019).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2020, jumlah ibu hamil di Indonesia mencapai 5.221.784 jiwa, sedangkan pada tahun 2021 jumlah ibu hamil tercatat 4.892.994 jiwa. Jumlah ibu hamil di Sumatera Barat pada tahun 2020 yaitu 119.518 jiwa dan pada tahun 2021 sebanyak 114.533 jiwa. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang Tahun 2021 jumlah ibu hamil di Kota Padang sebanyak 17.317 jiwa dan pada tahun 2022 sebanyak 17.376 jiwa.

Kehamilan melibatkan berbagai perubahan, termasuk perubahan fisik dan perubahan psikologis. Perubahan fisiologis pada kehamilan antara lain perubahan postur tubuh karena peningkatan berat badan dan membesarnya

uterus akibat kehamilan sehingga menyebabkan pergeseran pusat gravitasi (Khomariyah & Widyastuti, 2022). Pergeseran pusat gravitasi ke depan meningkatkan hiperekstensi lutut dan ketidakstabilan pelvis, tekanan gravitasi uterus pada pembuluh besar mengurangi aliran darah pada tulang belakang yang menimbulkan nyeri punggung pada masa akhir kehamilan (Tyastuti & Wahyuningsi, 2016). Membesarnya rahim dan meningkatnya berat badan menyebabkan otot bekerja lebih berat sehingga dapat menimbulkan tekanan pada otot dan sendi (Purnamasari, 2019).

Nyeri punggung bawah sering terjadi pada kehamilan dengan kejadian yang dilaporkan bervariasi dari sekitar 50% di Inggris dan Skandinavia hingga hampir 70% di Australia. didapatkan bahwa 16% wanita yang diteliti mengeluhkan sakit punggung yang parah dan 36% sakit punggung yang signifikan. (Veronica et al., 2021). Dari hasil penelitian pada ibu hamil trimester III di berbagai daerah di Indonesia didapatkan 60-80% ibu hamil mengalami nyeri punggung saat hamil. Terdapat 80-90% ibu hamil yang mengalami nyeri punggung menyatakan belum melakukan upaya apapun untuk mengatasi timbulnya gejala tersebut dan hanya 10-20% ibu hamil yang berobat ke tenaga kesehatan (Wulandari et al., 2020).

Keluhan nyeri punggung saat hamil dapat menyebabkan ibu mengalami gangguan tidur yang menyebabkan mudah lelah dan mudah tersinggung, serta kesulitan dalam melakukan aktivitas (Siti Ni'amah & Sulistiyaningsih, 2022). Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung akan mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas seperti berdiri setelah duduk,

bergerak dari tempat tidur, duduk terlalu lama, berdiri terlalu lama, membuka baju dan melepas baju, serta mengangkat dan memindahkan benda-benda yang ada disekitarnya (Juariah & Yuningsih, 2020). Dampak nyeri punggung jika tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan sulit diobati atau disembuhkan (Khomariyah & Widyastuti, 2022).

Upaya yang dapat diberikan untuk mengurangi nyeri punggung bawah saat hamil pada ibu hamil berupa penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi. Pengendalian nyeri secara farmakologis memang lebih efektif dibandingkan dengan metode non farmakologi, namun demikian farmakologi lebih mahal dan berpotensi mempunyai efek samping. Metode farmakologi juga mempunyai pengaruh dalam kehamilan bagi ibu, janin, maupun bagi kemajuan persalinan (Muqorobin & Kartin, 2022). Upaya penunjang lain untuk mengatasi nyeri adalah dengan penatalaksanaan non farmakologis yaitu dengan memberikan teknik relaksasi distraksi, senam hamil, kompres hangat dan dingin. Terapi kompres hangat dapat dikombinasikan dengan memanfaatkan bahan-bahan herbal yang dikenal turun temurun oleh masyarakat dapat berkhasiat menurunkan nyeri salah satunya adalah jahe (Nurul kadiyah, 2021)

Kompres jahe merah merupakan terapi alternatif yang mudah, aman, dan efektif untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III (Abidah & Anggraini, 2022). Jahe berkhasiat sebagai obat karena efek farmakologi pada jahe memiliki rasa pedas dan panas, berkhasiat sebagai

antihelmintik, antirematik, dan pencegah masuk angin, efek panas pada jahe inilah yang meredakan nyeri, kaku dan spasme otot (Juariah & Yuningsih, 2020). Kompres jahe merah hangat merupakan tindakan memberikan rasa hangat pada area tertentu dengan menggunakan rebusan jahe yang mengandung gingerol dan minyak atsiri berfungsi mengurangi nyeri.

Kompres jahe merah hangat menurunkan nyeri dengan tahap transduksi, dimana pada tahap ini jahe memiliki kandungan gingerol yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, sehingga dapat menurunkan nyeri. Terapi kompres jahe efektif untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III, karena minyak atsiri jahe bersifat hangat yang dapat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga nyeri dapat berkurang (Kusumawati et al., 2019).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Juariah & Yuningsih (2020) tentang efektivitas terapi kompres jahe terhadap low back pain pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Jati Nunggal Kabupaten Sumedang, menunjukkan terjadi penurunan intensitas nyeri (low back pain) pada ibu hamil setelah dilakukan pemberian intervensi berupa kompres jahe. Pada kondisi sebelum dilakukan kompres jahe rata-rata nyeri punggung pada ibu hamil adalah 5.035 setelah dilakukan kompres jahe rata-rata nyeri punggung pada ibu hamil adalah 1.607.

Penelitian yang dilakukan oleh Abidah & Anggraini (2022) tentang Pengaruh kompres jahe terhadap pengurangan nyeri punggung pada ibu hamil

trimester III menjelaskan bahwa sebelum dilakukan kompres jahe diketahui setengah dari responden mengalami nyeri sedang sebanyak 5 responden (50%) dan setelah dilakukan kompres jahe sebagian besar responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 8 responden (80%). Hal ini menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan intervensi kompres jahe.

Dari 23 Puskesmas di Kota Padang jumlah ibu hamil tertinggi berada di Puskesmas Andalas yaitu 945 ibu hamil. Berdasarkan data survey awal yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 24 Februari 2023 di ruangan KIA Puskesmas Andalas didapatkan bahwa dari 7 Kelurahan wilayah kerja Puskesmas Andalas, ibu hamil trimester III terbanyak berada di Kelurahan Andalas yaitu 20 ibu hamil, di Kelurahan Ganting Parak Gadang yaitu 15 ibu hamil dan Kelurahan Sawahan yaitu 9 ibu hamil. Berdasarkan data survey didapatkan dari 20 orang ibu hamil trimester III di Kelurahan Andalas sebanyak 18 orang ibu mengeluhkan nyeri punggung. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara pada 5 orang ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung di kelurahan Andalas, terdapat 5 ibu hamil yang mengeluhkan nyeri punggung. Dari hasil wawancara di dapatkan 3 diantaranya mengeluhkan nyeri berada diskor 4-6 (nyeri sedang) dan 2 orang mengeluhkan nyeri diskor 1-3 (nyeri ringan), ibu mengeluhkan nyeri ini mengganggu aktivitas sehari-hari dan mengalami kurang tidur karna nyeri sering terjadi pada malam hari. Dalam mengatasi nyeri tersebut ibu mengatakan melakukan pijat sendiri jika nyeri, menggosok-gosok punggung,

kompres jahe hangat dan istirahat, akan tetapi ibu masih mengeluhkan nyeri punggung. Berdasarkan wawancara dengan petugas kesehatan di Kelurahan Andalas biasanya menyarankan ibu hamil untuk beristirahat dan memberikan obat pereda nyeri pada ibu hamil.

Berdasarkan dengan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Kompres Jahe Merah Hangat terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Kelurahan Andalas Wilayah Kerja Puskesmas Andalas”.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah penelitian ini yaitu apakah ada pengaruh kompres jahe merah hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Kelurahan Andalas wilayah kerja Puskesmas Andalas ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh kompres jahe merah hangat untuk mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III di Kelurahan Andalas wilayah kerja puskesmas Andalas.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui rerata skor nyeri sebelum dilakukan kompres jahe merah hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Kelurahan Andalas wilayah kerja puskesmas Andalas.

- b. Diketahui rerata skor nyeri sesudah dilakukan kompres jahe merah hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Kelurahan Andalas wilayah kerja puskesmas Andalas.
- c. Diketahui pengaruh kompres jahe merah hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Kelurahan Andalas wilayah kerja puskesmas Andalas.

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

1. Bagi pelayanan keperawatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bersifat positif bagi tenaga kesehatan atau perawat dalam usaha mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III.

2. Bagi institusi pendidikan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu masukan dalam ilmu keperawatan, sebagai sumber pengetahuan dan informasi untuk meningkatkan potensi keperawatan khususnya ibu hamil.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta menjadi referensi dalam melaksanakan penelitian yang akan datang yang berkaitan dengan kompres jahe merah hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III.

#### 4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan data baru yang relevan terkait dengan kompres jahe merah hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.





