

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan mekanisme alami yang dialami oleh perempuan dalam masa reproduksi. Selama masa kehamilan, tubuh seorang perempuan mengalami transformasi baik secara fisik maupun psikologis yang dipicu oleh lonjakan hormon kehamilan. Hormon estrogen mengalami peningkatan hingga sembilan kali lipat, sementara hormon progesteron melonjak hingga dua puluh kali lebih tinggi dibandingkan kadar hormon pada siklus menstruasi normal. Pergeseran kadar hormon ini turut memengaruhi kestabilan emosi, sehingga perempuan hamil sering kali menunjukkan perubahan suasana hati yang tidak menentu. Hal ini menyebabkan mereka mudah merasa tersinggung atau marah tanpa alasan yang jelas (Ernawati et al, 2022).

Perubahan fisiologi saat kehamilan memicu berbagai rasa tidak nyaman pada ibu hamil secara fisik dan psikologi. Masalah fisik yang terjadi di antaranya, pada trimester pertama diperkirakan 70-85% mengalami mual muntah sedangkan konstipasi terjadi sekitar 35-39%, Sebanyak 21 dari setiap 100 ibu hamil yang berada pada trimester kedua dan 17 dari setiap 100 ibu hamil pada trimester ketiga mengalami kondisi tersebut (Ernawati et al, 2022). Diana & Mafticha menyatakan bahwa wanita yang berada pada kehamilan trimester ketiga berpotensi menghadapi beragam gangguan, di antaranya adalah frekuensi buang air kecil yang meningkat, gangguan pencernaan berupa sembelit, kesulitan untuk mendapatkan tidur yang nyenyak, serta rasa nyeri pada area punggung (Ratih, 2022).

Sedangkan masalah psikologi yang sering terjadi adalah kecemasan. Kecemasan adalah kondisi emosional negatif yang menciptakan rasa khawatir terkait berbagai aspek, seperti perubahan yang dialami ibu selama masa kehamilan, pertumbuhan bayi dalam kandungan, tantangan dalam menghadapi persalinan mendatang, kesiapan psikologis ibu, serta sejumlah hal lainnya. Dampak dari permasalahan ini kerap kali merugikan ibu dan bayi, memengaruhi proses tumbuh kembang anak secara berkelanjutan dalam jangka waktu yang lama (Xian et al. 2019).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia tahun 2018 memperlihatkan bahwa kurang lebih satu dari sepuluh perempuan hamil serta sekitar tiga belas persen ibu pascapersalinan menghadapi kendala pada kondisi psikologis mereka. Pada wilayah dengan status negara berkembang, prevalensi masalah psikologis tercatat lebih signifikan, mencapai angka 15,6% selama masa kehamilan dan meningkat hingga 19,8% setelah persalinan (Erika, 2023). Jika tidak di tangani dengan baik, masalah ketidaknyamanan yang dialami oleh ibu selama kehamilan dapat membawa konsekuensi signifikan terhadap kondisi kesehatan baik ibu maupun janin, sehingga memerlukan penanganan yang tepat.

Pandangan tentang pelayanan kebidanan saat ini telah mengalami pergeseran. Altika & Kasanah 2021 mengatakan berdasarkan temuan studi, sekitar empat dari lima individu di kawasan negara berkembang memanfaatkan pengobatan alternatif sebagai upaya penanganan penyakit kronis (Altika & Kasanah, 2021). Pada negara Indonesia, hanya sebesar 2,7% profesional kesehatan yang memanfaatkan terapi komplementer (Mia et al, 2021).

Tieraona (2009) mengatakan pengobatan yang komplementer serta alternatif telah menjadi elemen yang tak terpisahkan dalam praktik kebidanan di sejumlah kelompok masyarakat. Perempuan, terutama yang sedang hamil, merupakan kelompok terbanyak yang menggunakan pengobatan alternatif komplementer di masyarakat. Para ilmuwan telah mengidentifikasi faktor-faktor yang mendorong perempuan hamil memilih obat komplementer dan alternatif. Salah satu alasan utamanya adalah ketidaknyamanan terhadap terapi tradisional dan pengabaian pendekatan menyeluruh, serta kecemasan mengenai dampak sampingan dari obat-obatan (Setyaningsih et al, 2020).

National Center for Complementary Alternative Medicine (NCCAM) Menyusun pembagian berbagai jenis terapi dan sistem layanan ke dalam lima kategori, termasuk mind body therapy, alternatif system pelayanan pengobatan tradisional, terapi biologis, terapi energi, terapi manipulatif dan system tubuh. Terapi manipulative dan system tubuh di antaranya adalah pijat (Reni et al, 2021). Pijat pada kehamilan banyak digemari karena di anggap tidak membahayakan dan memberikan efek kebugaran pada ibu hamil.

Field et al 2010 mengungkapkan Prenatal massage digunakan sebanyak (61%) dalam mengatasi keluhan ibu hamil, akupuntur (45%), relaksasi (43%), yoga (41%) . Senditya dan Nicky , 2020 Menjelaskan keuntungan yang dapat dirasakan oleh wanita hamil saat melakukan Prenatal massage, yaitu mengurangi masalah-masalah umum yang sering dialami, seperti rasa sakit pada bagian bawah punggung, ketegangan pada leher, kram kaki, sakit kepala,

pembengkakan pada pergelangan kaki, serta penumpukan cairan tubuh (Aida, 2022).

Kemudian ini sejalan dengan penelitian Andriyani & Paryono 2023 bahwa Setelah diberikan pijat prenatal sekali sehari selama dua hari, sekitar 88% responden melaporkan tidak merasakan sakit pada bagian punggung bawah. Pada penelitian serupa yang dilakukan oleh Pangesti, et al 2022 dengan hasil menunjukkan adanya dampak yang signifikan dari penerapan Prenatal massage pada area punggung terhadap rasa sakit yang dialami ibu hamil pada trimester ketiga, dengan nilai probabilitas (p) 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Selain itu, terdapat perbedaan mencolok dalam tingkat nyeri antara kelompok perlakuan dan kontrol pada ibu hamil trimester III, yang dibuktikan dengan nilai (p) 0,000 yang juga lebih kecil dari 0,05.

Ibu hamil di trimester ketiga akan mengalami ketidaknyamanan presentasi tertinggi, yaitu nyeri punggung 70%. Ketidaknyamanan lainnya, seperti Sebanyak 50% mengalami peningkatan frekuensi buang air kecil, 15% menghadapi sekresi abnormal, 40% mengalami gangguan pencernaan berupa sembelit, 30% merasakan distensi abdomen, 20% menderita pembengkakan pada ekstremitas bawah, 10% mengalami spasme otot kaki, dan 20% merasakan nyeri di area kepala, stretch mark 50%, wasir 60%, dan sesak nafas 60% (Rachmawati dalam Siska et al., 2023). Ketidaknyamanan atau nyeri pada area punggung bawah di kalangan wanita hamil di Indonesia meningkat sebesar 18 persen seiring bertambahnya usia. Nyeri punggung bawah Biasanya, nyeri punggung bawah paling banyak dialami oleh wanita pada usia pertengahan

hingga awal empat puluhan. Sebanyak dua belas ibu hamil melaporkan merasakan nyeri di bagian bawah punggung. Empat dari mereka mengeluh nyeri dengan intensitas tiga (nyeri sangat terasa, dapat ditoleransi), satu orang mengeluh nyeri ringan dan menimbulkan rasa tidak menyenangkan, dan tiga orang mengeluh nyeri dengan intensitas tertinggi enam (nyeri yang intens, kuat, dalam, dan menusuk hingga mempengaruhi beberapa indera) (Putri et al., 2020)

Studi pendahuluan yang telah dilakukan pada Puskesmas Gunung Bahagia yang merupakan tempat penelitian, di dapatkan data ibu hamil yang datang untuk dilakukan Prenatal massage memiliki presentasi 2 kali lebih banyak di banding baby massage dan post natal treatment. Ibu hamil rata rata melakukan Prenatal massage setiap bulan, periode Februari 2025 terdapat 119 kunjungan untuk Prenatal massage, 60 kali kunjungan untuk baby massage dan 35 kali kunjungan untuk post natal treatment. Menurut hasil wawancara yang diperoleh dari 4 wanita hamil menunjukkan yg datang pada tanggal 18 Februari 2025 di dapatkan hasil dari hasil wawancara didapatkan hasil semua ibu hamil mengatakan mengalami pegal pegal dan nyeri punggung selama kehamilan trimester III yang membuat tidak nyaman. 2 orang ibu hamil mengatakan nyeri punggung mengganggu aktivitas namun bisa di tahan, dua orang ibu hamil mengatakan nyeri punggung yang cukup mengganggu aktivitas sehingga ingin segera di pijat. Karena kenaikan berat badan dan perut yang membesar, pusat gravitasi berpindah ke depan dan otot perut yang lemah meregang, bahu bungkuk otot punggung menekan punggung bawah, yang menyebabkan nyeri punggung saat hamil. Wahyu, dikutip oleh Siska et al., 2023)

Nyeri punggung yang tidak ditangani dengan cepat bisa berakibat pada durasi nyeri yang lebih lama. Pengobatan untuk nyeri punggung dapat dilakukan baik secara farmakologis maupun non-farmakologis, namun pendekatan farmakologis sering kali lebih mahal dan mungkin menimbulkan efek samping yang berdampak pada kehamilan dan perkembangan persalinan (Amalia dalam Siska et al., 2023). Kwan 2010 mengatakan pemanfaatan terhadap terapi komplementer dipengaruhi beberapa hal yaitu pengaruh media, informasi mengenai suatu produk, saran dari kerabat dan teman, keinginan manusia untuk mengeksplorasi hal-hal baru, serta kemudahan dalam mengakses pengobatan ini dapat membentuk pandangan individu terhadap penggunaan terapi komplementer, yang dianggap lebih alami dan aman (Hayati, 2022).

Hasil penelitian Martini, 2023 mayoritas peserta yang memiliki pemahaman baik mengenai suplemen kehamilan tercatat sebanyak 33 orang (54,1%). Terdapat keterkaitan antara akses informasi melalui media, kesetaraan, serta jenis pekerjaan dengan pemahaman terkait kehamilan. Menurut hasil penelitian Miming 2020, dari 70 responden, 60% memiliki pengetahuan yang baik tentang Prenatal massage. Terdapat keterkaitan antara pemahaman dengan ketertarikan ibu hamil untuk menjalani Prenatal massage. Berdasarkan analisis korelasi Kendall's tau, diperoleh hasil signifikansi atau Sig. (2-tailed) antara variabel pemahaman dan ketertarikan sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05.

Tingginya minat pada seorang ibu yang sedang hamil membuat pelayanan kebidanan komplementer semakin berkembang. Perkembangan tersebut memerlukan dukungan dari kualitas layanan yang unggul. Salah satu cara untuk

menilai kualitas pelayanan adalah melalui tingkat kepuasan yang dirasakan oleh pasien. Kepuasan adalah perasaan puas atau kecewa yang dirasakan seseorang berdasarkan penilaiannya terhadap kinerja atau hasil suatu produk yang sesuai dengan ekspektasinya. Kepuasan pasien yang dirasakan oleh pasien dipandang sebagai elemen krusial dalam evaluasi mutu pelayanan kesehatan. Seiring dengan berkembangnya kebutuhan akan layanan kesehatan yang lebih berkualitas, permintaan untuk melakukan pemantauan dan penilaian terhadap tingkat kepuasan pasien pun semakin tinggi. Hal ini mendorong pengembangan kebijakan guna mengawasi kepuasan pasien. (Setyaningsih et al., 2020). Menurut hasil penelitian Dewi 2023 tentang kepuasan pasien dalam pelayanan komplementer kebidanan, di dapatkan hasil 80% responden menunjukkan tingkat kepuasan yang tinggi terhadap layanan yang diberikan, tanpa ada yang merasa tidak puas atau kurang puas.

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan, Peneliti memiliki ketertarikan untuk melaksanakan penelitian efektifitas *Prenatal Massage* terkait nyeri pada punggung bagi seorang ibu yang sedang hamil di Puskesmas Gunung Bahagia Balikpapan.

B. Rumusan Masalah

Efektifitas prenatal massage terhadap nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Gunung Bahagia Balikpapan. Menurut latar belakang yang sudah dijelaskan sebelumnya, rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah prenatal massage efektif terhadap nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Gunung Bahagia Balikpapan ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan pada penelitian ini yaitu guna mengetahui efektifitas prenatal massage terkait suatu nyeri pada punggung ibu hamil serta untuk mengetahui kualitas pelayanan prenatal massage di Puskesmas Gunung Bahagia Balikpapan.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui efektifitas prenatal massage terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil
- b. Untuk mengetahui tingkat nyeri punggung pada ibu hamil sebelum dilakukannya *prenatal massage*
- c. Untuk mengetahui tingkat nyeri punggung pada ibu hamil setelah dilakukannya *prenatal massage*

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tentang perkembangan pengetahuan dan pelayanan komplementer kebidanan *prenatal massage*. Sehingga dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Bagi Peneliti

Peneliti yang merupakan seorang bidan, diharapkan dapat melakukan pelayanan komplementer kebidanan *prenatal massage* dan mempromosikannya kepada masyarakat.

3. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan dapat meningkatkan kenyamanan ibu hamil tentang pentingnya *prenatal massage* dalam menciptakan masa kehamilan yang bahagia, sehingga ibu tetap bugar dan tidak stress sampai masa persalinan.