

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Nyeri punggung pada ibu hamil merupakan hal yang sering terjadi ketika ibu hamil memasuki trimester III dan usia kehamilan semakin bertambah, semakin banyak keluhan yang dirasakan oleh ibu hamil (Deswani, Desmarnita, & Mulyati, 2018). Pada wanita multigravida sering terjadi peningkatan mobilitas sendi sakroiliaka dan sakrokoksigeal yang berperan dalam perubahan postur ibu dan pernah mengalami peregangan otot-otot sebelumnya yang dapat menyebabkan nyeri punggung di akhir kehamilan (Frase, Diane, Cooper, & Margaret, 2011). Nyeri punggung juga sering terjadi karena titik berat dan keseimbangan ibu berubah dari kondisi semula (sebelum hamil), saat hamil ibu harus menyangga beban tambahan di bagian perut depan sehingga pinggang harus menjadi penopang, jika terlalu lama menanggung titik berat ini maka akan menimbulkan rasa lelah dan akhirnya sakit (Subakti & Anggarani, 2008). Seseorang yang kondisi tubuhnya tidak sehat atau sakit seperti nyeri, sesak nafas, maka kebutuhan istirahat dan tidurnya tidak dapat terpenuhi dengan baik sehingga ia tidak dapat tidur dengan nyenyak (Asmadi, 2008). Kurang tidur akan menjadikan kondisi kesehatan ibu hamil menurun, konsentrasi berkurang, cenderung emosional, bahkan dapat membahayakan ibu dan bayi yang dikandungannya (Naviri, 2011).

Berdasarkan (Kemenkes, 2018) jumlah ibu hamil di Indonesia sebanyak 5.291.143 jiwa, jumlah ibu hamil di Jawa Timur sebanyak 627.901 jiwa. Berdasarkan hasil penelitian tentang nyeri punggung bawah ibu hamil trimester II

dan III oleh Purnamasari (2019), dari 30 responden sebanyak 73,33% ibu hamil mengalami nyeri sedang, 10% mengalami nyeri ringan, dan 16,67% mengalami nyeri berat. Sebanyak 86,66% ibu hamil mengalami lama nyeri <24 jam, 6,67% ibu hamil mengalami lama nyeri 1 hari dan 6,67% lama nyeri >1 hari. Sebanyak 93,33% ibu hamil nyeri tanpa gejala penyerta dan 6,67% ibu hamil mengalami nyeri dengan gejala penyerta. Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan gangguan kenyamanan fisik dan penyakit dengan kualitas tidur ibu hamil trimester III oleh Sukorini (2017), dari 36 responden, gangguan kenyamanan fisik ringan sebanyak 46,4% memiliki kualitas tidur baik dan sebanyak 53,6% mengalami kualitas tidur buruk. Pada responden yang tidak ada gangguan kenyamanan fisik sebanyak 80% kualitas tidur baik dan sebanyak 20% mengalami kualitas tidur buruk. Pada responden yang memiliki penyakit sebanyak 53,1% memiliki kualitas tidur baik dan sebanyak 46,9% mengalami kualitas tidur buruk. Pada responden yang memiliki penyakit sebanyak 100% yang mengalami kualitas tidur buruk. Berdasarkan hasil penelitian tentang *does parity affect abdominal endurance causing low back pain among women* oleh Khadgi, Karki, & Acharya (2019), dari 100 responden yang mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 11% nulipara, 18% primigravida dan 25% multigravida sedangkan yang tidak mengalami nyeri sebanyak 22% nulipara, 15% primigravida, 9% multigravida. Berdasarkan daya tahan abdomen baik sebanyak 18% nulipara, 18% primigravida dan 14% multigravida sedangkan daya tahan abdomen buruk sebanyak 15% nulipara, 15% primigravida, dan 20% multigravida. Berdasarkan hasil survei awal pada bulan Februari 2020 di Puskesmas Mulyorejo Surabaya wawancara dengan 8 Ibu hamil multigravida trimester III sebanyak 75% Ibu hamil yang mengalami

nyeri punggung dan sebanyak 62,5% yang mengalami gangguan tidur karena nyeri punggung dan nyeri perut bagian bawah.

Frase, Diane, Cooper, & Margaret (2011) mengatakan ibu hamil multigravida lebih rentan mengalami nyeri punggung karena ibu hamil multigravida sebelumnya sudah pernah mengalami peregangan otot abdomen sehingga membuat otot abdomen menjadi lemah dan mengakibatkan gagal menopang uterus yang membesar. Nyeri punggung dapat timbul akibat kelelahan serta membungkuk, mengangkat atau berjalan berlebihan (Arma, Karlinah, & Yanti, 2015). Nyeri punggung juga dapat disebabkan karena semakin bertambah umur kehamilan dan semakin berat beban tulang punggung untuk menyangga sehingga nyeri punggung sering terjadi pada periode trimester III (Nurdiansyah, 2011). Peran hormon juga mempengaruhi, yaitu meningkatnya hormon relaxin karena hormon ini memiliki manfaat yaitu melunakkan serviks dan melonggarkan tulang panggul yang mengakibatkan sendi-sendi besar di daerah pinggang menjadi kendur dan tidak kokoh menahan bobot tubuh. Selain itu tekanan rahim menekan akar saraf sehingga otot menjadi tegang dan menimbulkan nyeri (Jannah & Widajaka, 2012). Bila nyeri punggung terus terjadi maka kebutuhan istirahat dan tidur tidak dapat terpenuhi dengan baik. Kurang tidur merupakan masalah yang serius karena mengancam kesehatan dan keamanan ibu hamil (Timotius, 2018). Kualitas tidur ibu hamil yang buruk bisa membahayakan ibu dan bayi yang dikandungnya (Mardjan, 2016). Naviri (2011) mengatakan apabila ibu hamil mengalami kualitas tidur yang buruk maka akan membuat kondisi kesehatan ibu hamil menurun, konsentrasi berkurang, mudah lelah, badan terasa pegal, kehilangan *mood*, dan juga cenderung emosional, bila tidak segera diatasi maka

akan memperberat beban kehamilan, meningkatkan resiko sakit terus menerus dan mengurangi kualitas hidup.

Simkin, Whalley, & Keppler (2011) mengatakan nyeri punggung dapat berkurang dengan melakukan olahraga secara teratur membantu mempertahankan kesehatan dan memberikan kenyamanan untuk ibu hamil, dengan olahraga juga dapat melenturkan dan memperkuat otot-otot dasar panggul, perut dan punggung bagian bawah. Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh senam hamil terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III oleh Lilis (2019), mengatakan bahwa senam hamil efektif untuk menurunkan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Menurut Nurdiansyah (2011) solusi untuk mengurangi dan penatalaksanaan nyeri punggung bawah ibu hamil adalah dengan cara konsumsi susu yang mengandung kalsium, hindari mengangkat beban yang terlalu berat dan jaga postur tubuh dengan posisi punggung tegak selama duduk dan berjalan. Saat tidur gunakan satu bantal untuk mengganjal punggung agar dapat mengistirahatkan punggung sejenak dan kerja ototnya (Jannah & Widajaka, 2012). Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pijat Ibu hamil terhadap kualitas tidur ibu hamil trimester III oleh Sulisdiana (2017), mengatakan bahwa pijat Ibu hamil efektif untuk meningkatkan kualitas tidur ibu hamil trimester III. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan nyeri punggung ibu hamil trimester III dengan kualitas tidur.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan nyeri punggung ibu hamil multigravida trimester III dengan kualitas tidur?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menjelaskan adanya hubungan nyeri punggung ibu hamil multigravida trimester III dengan kualitas tidur

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi nyeri punggung ibu hamil multigravida trimester III.
2. Mengidentifikasi kualitas tidur ibu hamil multigravida trimester III.
3. Menganalisis hubungan nyeri punggung ibu hamil multigravida trimester III dengan kualitas tidur.

## **1.4 Manfaat penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritits**

Hasil penelitian ini bermanfaat dalam mengembangkan ilmu keperawatan maternitas khususnya hubungan nyeri punggung ibu hamil multigravida trimester III dengan kualitas tidur.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Pelayanan Perawatan Maternitas

Penelitian ini memberikan manfaat bagi perawat maternitas dapat digunakan sebagai acuan atau pedoman di dalam melaksanakan promosi kesehatan tentang nyeri punggung dengan kualitas tidur ibu hamil multigravida trimester III.

## 2. Bagi Ibu Hamil Multigravida

Penelitian ini memberikan manfaat bagi ibu hamil multigravida mengenai informasi terkait skala nyeri punggung dan kualitas tidurnya.