

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Trimester tiga kehamilan adalah periode yang paling rentan terhadap komplikasi bagi ibu dan janin, karena pertumbuhan janin berlangsung pesat sementara tubuh ibu mengalami peningkatan beban fisiologis yang signifikan. Pada fase ini muncul keluhan yang berdampak pada aktivitas sehari-hari seperti nyeri punggung bawah, gangguan tidur, edema, kram otot, dan rasa lelah berlebih, hingga kesiapan ibu menjelang persalinan (Oktavia et al., 2023). Meskipun tidak langsung mengancam nyawa, kondisi tersebut dapat memicu stress, kecemasan, hingga kelelahan kronis yang berpotensi memperburuk kondisi kesehatan ibu dan janin. Oleh karena itu, ketidaknyamanan pada trimester ketiga tetap perlu menjadi perhatian serius dalam pelayanan antenatal agar ibu hamil mendapatkan dukungan, penanganan, dan edukasi yang tepat untuk menjaga kesejahteraan selama kehamilan (Amayri & Ali, 2023).

Tubuh ibu hamil mengalami perubahan fisiologis yang signifikan pada trimester 3 karena pertumbuhan janin yang pesat menuntut adaptasi tubuh lebih besar. Perubahan ini meliputi peningkatan volume darah, kerja jantung, kapasitas paru, tekanan intra-abdomen, dan aktivitas hormonal, sehingga sistem tubuh ibu bekerja lebih berat dibandingkan trimester sebelumnya. Perubahan hormonal khususnya peningkatan hormon relaksin menyebabkan sendi dan

ligamen lebih longgar untuk mempersiapkan persalinan, namun kondisi ini juga membuat ibu lebih rentan terhadap ketidakstabilan muskuloskeletal (Amayri & Ali, 2023). Selain itu, penambahan berat badan janin serta perubahan postur tubuh ibu menyebabkan pergeseran pusat gravitasi yang berakibat pada peningkatan tekanan di area lumbal (Parker et al., 2024). Faktor ini menjadikan nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*) sebagai salah satu ketidaknyamanan paling sering dialami ibu hamil pada trimester ketiga (Amayri & Ali, 2023).

Penyebab nyeri punggung bawah (LBP) selama kehamilan bersifat kompleks dan multifaktorial. Perubahan hormonal, perubahan aliran darah, dan perubahan mekanika tubuh seperti peningkatan mobilitas panggul, perubahan kelengkungan tulang belakang, dan masalah otot diyakini menyebabkan nyeri muskuloskeletal yang mempengaruhi kualitas hidup wanita hamil (Djawas et al., 2023). Faktor yang berkontribusi termasuk trauma panggul, pengaruh metabolik, kesulitan kontrol otot stress, penambahan berat badan, gaya hidup yang tidak banyak bergerak, hilangnya fungsi otot, merokok, usia ibu yang lebih muda, hipermobilitas sendi, dan Riwayat LBP kronis (Berber, 2020). Meskipun tidak mengancam jiwa, LBP yang berkaitan dengan kehamilan dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari, termasuk kesulitan berdiri, berjalan, duduk, dan bekerja. Ketidaknyamanan ini juga dapat mengganggu pola tidur dan rutinitas harian, yang pada akhirnya mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan (Dehkordi et al., 2023).

Penelitian Dehkordi et. al., (2023) yang meneliti tentang perbedaan signifikan dalam prevalensi nyeri punggung pada trimester kehamilan, sebagian besar nyeri punggung dilaporkan pada trimester ketiga. Hasil penelitian (Dehkordi et al., 2023) menunjukkan bahwa 224 dari 231 ibu hamil trimester ketiga mengalami nyeri punggung, dan keluhan nyeri punggung terbanyak dilaporkan pada trimester ketiga. Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Fatmarizka et al., (2021) yang menemukan bahwa sekitar 50-70% ibu hamil melaporkan nyeri punggung bawah selama kehamilan yang muncul pada trimester kedua dan ketiga. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa LBP merupakan keluhan yang paling banyak dialami ibu hamil, khususnya pada trimester ketiga, sehingga penting untuk memahami perubahan fisik yang terjadi pada periode ini sebagai faktor yang berkontribusi terhadap munculnya keluhan tersebut.

Nyeri punggung bawah selama kehamilan bisa empat kali lebih parah dibandingkan wanita yang tidak hamil. Nyeri punggung bawah terkait kehamilan ditandai dengan nyeri di daerah lumbal, bersifat tumpul, dan sering dipicu oleh fleksi kedepan. Nyeri ini juga ditandai dengan keterbatasan gerakan tulang belakang di daerah lumbar dengan nyeri yang memburuk saat palpasi otot erektor spinae. Dengan demikian, nyeri punggung bawah pada ibu hamil memiliki karakteristik khas yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Tingkat keparahan nyeri ini dapat bervariasi dipengaruhi oleh beberapa faktor,

salah satunya adalah paritas, di mana terdapat perbedaan pengalaman nyeri antara primipara dan multipara (Gungor & Gungor, 2024).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kejadian nyeri punggung bawah lebih sering dialami oleh ibu primigravida. Hasil penelitian Gungor & Gungor, (2024) menyebutkan bahwa primigravida lebih rentan mengalami nyeri punggung bawah akibat keterbatasan adaptasi tubuh terhadap beban kehamilan, termasuk belum optimalnya fungsi otot abdomen dan ligamen dalam menopang penambahan beban, perubahan kurva lumbal, serta pengaruh perubahan hormonal yang memicu ketidakstabilan sendi. Namun, penelitian lain melaporkan bahwa prevalensi *low back pain* juga cenderung lebih tinggi pada ibu multigravida dibandingkan primigravida, meskipun perbedaan tersebut tidak selalu bermakna secara statistik, temuan ini menunjukkan bahwa nyeri punggung bawah dapat terjadi baik pada primigravida maupun multigravida, sehingga keduanya merupakan kelompok yang berisiko mengalami *low back pain* selama kehamilan (Humna et al., 2025).

Berbagai penelitian internasional telah menunjukkan efektivitas kinesiologi taping dalam mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil, namun ketersediaan bukti ilmiah berbasis penelitian di Indonesia masih cukup terbatas. Berbagai metode nonfarmakologis yang dapat digunakan antara lain senam hamil, yoga, kompres hangat, dan *pelvic support belt* (Igwesi- et al., 2021). Hasil penelitian menunjukkan metode-metode tersebut terbukti bermanfaat

dalam mengurangi keluhan nyeri, namun sering kali membutuhkan waktu yang cukup lama dan tidak selalu praktis untuk dijalani oleh ibu hamil.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang mulai banyak digunakan adalah *kinesio taping*, yaitu pita elastis yang ditempelkan pada kulit untuk memberikan dukungan fungsional pada otot dan sendi tanpa membatasi pergerakan, serta membantu mengurangi nyeri. Metode ini bersifat *non-invasif*, memiliki tingkat keamanan yang baik, dan dapat meningkatkan kenyamanan dengan membantu mengurangi nyeri dan mendukung aktivitas fungsional (Fatmarizka et al., 2021). Pita kinesio memberikan efeknya melalui dua mekanisme, dengan mempengaruhi reseptor ruffini kulit sekaligus reseptor nyeri, sehingga menimbulkan sensasi mendalam pada kulit. Mekanisme kedua yaitu mempengaruhi sistem limfatik, fascia, otot, dan ligament secara tidak langsung. Penggunaan pita perekat tidak memiliki efek pada janin, dan tidak ada efek samping yang dilaporkan pada pasien yang menggunakannya (Xue et al., 2021). Oleh sebab itu, *kinesio taping* dapat digunakan sebagai alternatif baru dalam manajemen LBP.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan efektivitas *kinesio taping* dalam mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fatmarizka et al., (2021) menunjukkan bahwa terdapat penurunan intensitas nyeri panggul bawah pada ibu hamil setelah diberikan intervensi menggunakan pita kinesio. Temuan lain dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa setelah penggunaan kinesio terjadi penurunan disfungsi

fungsional secara signifikan dibandingkan sebelum menggunakannya. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan oleh Xue et al., (2021) yang melaporkan bahwa intervensi *kinesio taping* secara signifikan lebih efektif dalam menurunkan LBP. Skor *Visual Analogue Scale* (VAS) mengalami penurunan rata-rata -1,62 poin dan skor *Roland-Morris Disability Questionnaire* (RMDQ) juga menunjukkan perbaikan dengan penurunan -1,00 poin. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa *kinesio taping* mampu menurunkan nyeri punggung bawah sekaligus memperbaiki fungsi lumbal pada ibu hamil (Xue et al., 2021).

Keunggulan penggunaan *kinesio taping* terletak pada beberapa aspek penting, antara lain kemudahan dalam aplikasi, daya tahan yang relatif lama karena dapat bertahan beberapa hari, serta kenyamanan saat digunakan. Pita elastis ini dirancang mengikuti pergerakan tubuh sehingga tidak menimbulkan rasa tidak nyaman maupun membatasi ruang gerak, sehingga ibu hamil tetap dapat beraktivitas seperti biasa tanpa merasa terganggu (Aalishahi et al., 2022). Jika dibandingkan dengan metode lain, *kinesio taping* dinilai lebih efisien dalam memberikan efek pengurangan nyeri karena selain mudah untuk diaplikasikan, efek terapeutiknya juga dapat dirasakan secara berkelanjutan selama pita masih menempel. Dengan karakteristik ini, *kinesio taping* tidak hanya membantu mengurangi keluhan fisik, tetapi juga memberikan rasa aman dan meningkatkan kualitas ibu hamil. Oleh karena itu, *kinesio taping* memiliki potensi besar untuk diterapkan dalam praktik keperawatan sebagai intervensi

nonfarmakologis yang efektif, aman, dan mendukung peningkatan kesejahteraan ibu selama masa kehamilan (Xue et al., 2021).

Pemberian edukasi kepada pasien memegang peranan penting dalam keberhasilan penerapan *kinesio taping*. Perawat perlu menjelaskan tujuan, manfaat, keamanan, dan cara kerja *kinesio taping* untuk nyeri punggung bawah kepada ibu hamil. Edukasi yang baik akan meningkatkan penerimaan dan kepatuhan pasien terhadap intervensi yang akan dilakukan. Dengan demikian, keberhasilan *kinesio taping* sangat dipengaruhi oleh bagaimana perawat memberikan edukasi kepada ibu hamil (Igwesi- et al., 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk memberikan asuhan keperawatan yang berjudul “Asuhan Keperawatan pada Ny. N (23 tahun) G1P0HOA0 Kehamilan Trimester III dengan Masalah *Low Back Pain* dan Penerapan Terapi *Kinesio Taping*”. Dalam penelitian ini penulis melakukan penelitian kepada ibu hamil dalam mengatasi nyeri punggung bawah dengan terapi *kinesio taping* (Fatmarizka et al., 2021).

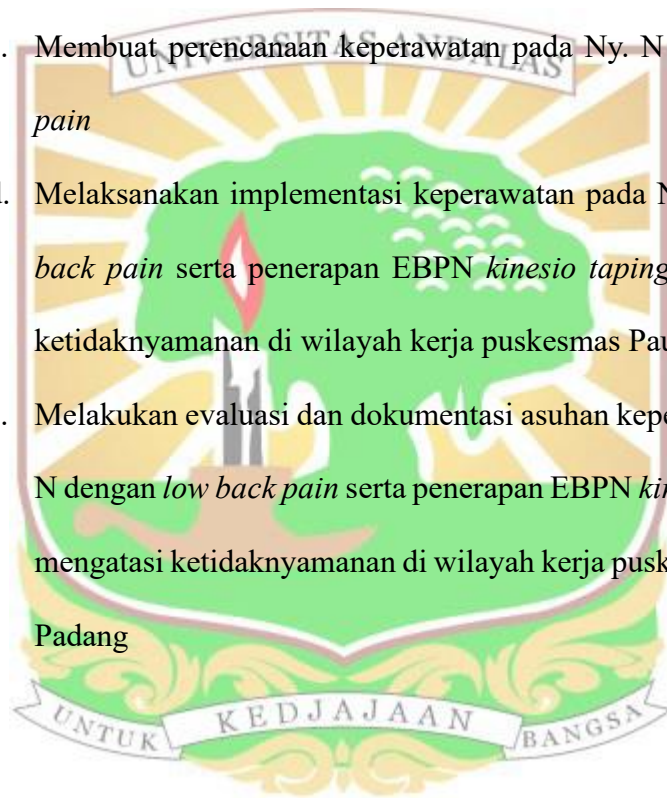
## **B. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Memahami penerapan asuhan keperawatan pada Ny. N (23 tahun) G1P0A0 kehamilan trimester III dengan masalah *low back pain* serta pengaruh *evidence based practice nursing* terhadap skor nyeri punggung bawah.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian yang komprehensif pada Ny. N dengan *low back pain*
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada Ny. N dengan *low back pain*
- c. Membuat perencanaan keperawatan pada Ny. N dengan *low back pain*
- d. Melaksanakan implementasi keperawatan pada Ny. N dengan *low back pain* serta penerapan EBPN *kinesio taping* untuk mengatasi ketidaknyamanan di wilayah kerja puskesmas Pauh, Kota Padang
- e. Melakukan evaluasi dan dokumentasi asuhan keperawatan pada Ny. N dengan *low back pain* serta penerapan EBPN *kinesio taping* untuk mengatasi ketidaknyamanan di wilayah kerja puskesmas Pauh, Kota Padang



## C. Manfaat

### 1. Bagi Ilmu Keperawatan

Penulisan Karya Ilmiah Akhir ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam mempersiapkan, mengumpulkan, mengolah, menganalisa dan menginformasikan data, meningkatkan pengetahuan dalam bidang keperawatan serta dapat menjadi bahan masukan bagi penulis lain dan dapat menerapkan *Evidence Based Practice in Nursing* (EBPN) pada ibu hamil trimester III dengan *low back pain*.

### 2. Bagi Pasien

Diharapkan ibu hamil trimester III dengan *low back pain* bisa mendapatkan penanganan yang tepat dan meningkatkan kenyamanan selama masa kehamilan

### 3. Bagi Instansi Pendidikan

Penulisan Karya Ilmiah Akhir ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan informasi dan referensi kepustakaan khususnya asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan *low back pain*.

