

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada saat kehamilan wanita mengalami perubahan-perubahan baik perubahan anatomi dan fisiologi yang akan menyebabkan ketidaknyamanan selama kehamilan. Pada perubahan anatomi yaitu terjadinya perubahan postur pada punggung bawah menjadi lebih *lordosis* yang akan berdampak pada nyeri punggung bawah (Sono & Ketanen, 2012). Sedangkan perubahan fisiologi yaitu terjadi peningkatan produksi hormon relaksin yang akan membuat ligamen pada sekitar panggul rileksasi dan sendi menjadi semakin meregang sehingga mudah untuk menjepit saraf dan pembuluh darah disekitar yang akan menimbulkan nyeri (Rukiyah, 2009).

Nyeri punggung bawah adalah hal yang sering dikeluhkan oleh ibu hamil saat kandungan memasuki trimester ke II dan III, hal tersebut dapat terjadi karena penambahan berat badan secara drastis yang menyebabkan pertambahan lengkung tulang belakang lumbar menjadi lebih *lordosis*, serta ketidak seimbangan kerja otot anterior dan posterior lumbal (Clammy, 2007).

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh *University of Ulster* tahun 2014, terdiri dari 157 ibu hamil yang mengisi kuisioner 70% mengeluhkan nyeri pada tulang belakang (Marlene, 2014). Penelitian lain dilakukan di *Women's Health Clinics* Kuwait pada tahun 2012, terdiri dari 280 ibu hamil, 255 (91%) mengalami nyeri punggung belakang (Al-Sayegh & A, 2012).

Penelitian juga dilakukan oleh Saudah & Anggraini, (2014) tentang derajat nyeri punggung bawah yang dirasakan ibu hamil memasuki trimester III di Rumah Bersalin Hikmah Desa Tambakagung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto dari 30 responden ibu hamil ditemukan 23 responden (76,7%) mengalami derajat nyeri punggung ringan. 7 responden (23,3%) yang mengalami nyeri punggung sedang. Sedangkan responden yang mengalami nyeri punggung derajat berat tidak ada (0%).

Penatalaksanaan nyeri punggung bawah dapat menggunakan tindakan farmakologis atau non farmakologis. Secara farmakologis dapat menggunakan analgetika, paracetamol aman digunakan bagi ibu hamil dan menyusui karena efek anti inflamasinya yang sangat lemah (Dinas Kesehatan RI, 2016). Sedangkan tindakan non farmakologis dapat berupa modalitas *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *Myofascial Release*, akupunktur, bimbingan antisipasi serta relaksasi (Andarmoyo, 2013). Imam muslim merekam sebuah hadist dari Jabir bin ‘Abdullah radhiyallahu ‘anhu, dari Rasulullah Shallallahu ‘alaihi Wassalam, bahwasannya beliau bersabda : *“Setiap penyakit ada obatnya. Apabila obat itu tepat untuk suatu penyakit, penyakit itu akan sembuh dengan seizin Allah ‘Azza wa Jalla.”*

*Myofascial Release* merupakan prosedur yang mengkombinasikan tekanan manual pada bagian otot yang spesifik dan penggunaan *stretching*. Aplikasi *Myofascial Release* ini dengan fokus pada penekanan, tekanan ini yang berfungsi untuk memajangkan struktur otot dengan tujuan melepas jaringan fibrous yang menempel pada otot atau tendon (Riggs & KE, 2008).

Teknik manual terapi berupa *Myofascial Release* merupakan penanganan yang efektif dan aman pada kasus nyeri punggung bawah pada ibu hamil karena tidak menimbulkan efek samping dan merupakan terapi yang langsung diberikan pada titik nyeri (Riggs & KE, 2008).

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh pemberian *Myofascial Release* terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil usia kandungan 6-8 bulan di Desa Mranggen Kecamatan Polokarto Kabupaten Sukoharjo?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui pengaruh pemberian *Myofascial Release* terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil usia kandungan 6-8 bulan.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui distribusi hasil pemeriksaan derajat nyeri punggung bawah pada ibu hamil usia kandungan 6-8 bulan sebelum dan sesudah diberikan *Myofascial Release*.
- b. Mengetahui derajat nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah diberikan *Myofascial Release*.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Teoritis**

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam penerapan metode penelitian, khususnya mengenai pengaruh pemberian *Myofascial*

*Release* terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil usia kandungan 6-8 bulan di Desa Mranggen.

2. Praktis

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan tim kesehatan untuk memberikan penanganan nyeri punggung bawah pada ibu hamil usia kandungan 6-8 bulan.
- b. Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti lain.