BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dapat menimbulkan berbagai perubahan pada ibu d an lingkungannya. Selama kehamilan berlangsung, sistem tubuh ibu akan mengalami adaptasi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam rahim (Herlinda et al., 2025). Perubahan yang muncul selama kehamilan dapat berupa perubahan fisik maupun psikolgis. Perubahan fisik yang dapat terjadi selama kehamilan yaitu nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bawah pada ibu hamil sering muncul pada trimester II dan III yang berhubungan dengan peningkatan berat badan akibat pembesaran rahim serta peregangan otot-otot penunjang (Kuswardani et al., 2022). Hormon relaksin yang menyebabkan otot menjadi lebih rileks dan lemas juga berhubungan dengan timbulnya rasa nyeri pada punggung bawah ibu hamil (Putri et al., 2025).

Nyeri punggung pada ibu hamil umumnya bersifat fisiologis, namun jika tidak ditangani dengan baik akan mengganggu aktivitas ibu hamil (Wati et al., 2025). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di *Bamenda Regional Hospital* Kamerun, terdapat 53,9% ibu hamil mengalami nyeri pada punggung bawah yang sering dikaitkan dengan keterbatasan kemampuan ibu hamil untuk bekerja secara efektif (Pisoh et al., 2025). Di Indonesia prevelensi nyeri punggung pada ibu hamil didapatkan 68% dengan intensitas sedang, dan 32% dengan intensitas nyeri ringan (Sepriyanda et al., 2024). Menurut Haryanti (2025), angka kejadian nyeri punggung bawah pada masa kehamilan diperkirakan berada pada kisaran 20%–90% dan keluhan ini umumnya mulai muncul pada kehamilan 24 hingga

36 minggu. Di Jawa Timur, sekitar 65% ibu hamil dilaporkan mengalami keluhan nyeri punggung (Putri et al., 2025). Berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan oleh peneliti pada bulan April 2026 di Klinik Alfamedika Kota Surabaya, diperoleh hasil bahwa 9 dari 10 ibu hamil trimester 3 (90%) mengalami nyeri punggung. Sebagian besar responden mengalami nyeri dengan skala sedang yaitu sebanyak 5 orang, sedangkan 4 responden lainnya mengalami nyeri dengan skala berat.

Nyeri merupakan rasa tidak nyaman yang muncul pada area tulang belakang, terutama pada bagian punggung bawah (lumbal), yang dapat menjalar hingga ke bokong atau paha. Keluhan ini sering terjadi selama masa kehamilan dan umumnya bersifat fisiologis akibat perubahan tubuh ibu. Namun, apabila tidak ditangani dengan baik, nyeri punggung dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan kualitas hidup, serta berpotensi berlanjut hingga masa nifas (Sari et al., 2025). Rasa nyeri yang muncul pada ibu hamil dapat lebih buruk karena adanya kesalahan postur tubuh, berdiri atau duduk terlalu lama, mengangkat barang yang terlalu berat, dan kebiasaan membungkung. Perubahan hormon, adaptasi otot-otot panggul, serta kondisi psikologis seperti kecemasan dan stres juga dapat meningkatkan rasa nyeri (Nilam, 2024).

Penanganan nyeri punggung menurut Pisoh et al. (2025) yaitu dengan melakukan latihan relaksasi dan peregangan yang aman bagi ibu hamil untuk menggurangi nyeri punggung (Pisoh et al., 2025). Pada penanganan secara farmakologis atau menggunakan obat, nyeri punggung bawah dapat dikurangi dengan rutin mengkonsumsi kalsium yang sudah dianjurkan oleh dokter selama kehamilan (Rahayu et al., 2023). Selain dengan mengkonsumsi obat,

ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu hamil seperti nyeri punggung dapat dikurangi dengan berbagai cara yang mudah dan dapat dilakukan dirumah seperti kompres menggunakan air hangat, senam hamil, yoga, pijat pada punggung yang terasa nyeri serta teknik pernafasan. Terapi-terapi ini terbukti efektif karena dapat melemaskan otot, melancarkan sirkulasi darah, dan mengurangi intensitas nyeri, terutama pada trimester III (Lestaluhu, 2022). Penanganan yang sudah dilakukan di Klinik Alfa Medika dalam upaya mengurangi nyeri punggung bagi ibu hamil trimester 3 yaitu melakukan kompres hangat, pijat ibu hamil serta senam hamil atau yoga.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti ingin melakukan penelitian tentang asuhan kebidanan berkesinambungan pada pasien ibu hamil trimester 3 dengan nyeri punggung.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Asuhan Kebidanan Berkesinambungan pada Kehamilan dengan Nyeri Punggung di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Memberikan asuhan kebidanan berkesinambungan pada kehamilan dengan nyeri punggung di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya

1.3.2 Tujuan Khusus

1) Melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan nyeri punggung di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya.
2) Melakukan asuhan kebidanan pada ibu bersalin di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya.

3) Melakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya.
4) Melakukan asuhan kebidanan pada bayi baru lahir di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Pasien

Mendapatkan asuhan kebidanan yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan secara berkesinambungan dan menambah wawasan tentang penyebab nyeri punggung pda ibu hamil serta penatalaksanaannya, serta menjaga kesehatan selama kehamilan, persalinan, hingga masa nifas

1.4.2 Bagi Pelayanan Kesehatan

Dapat digunakan sebagai masukan atau saran dalam mempertahankan dan meningkatkan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung.

1.4.3 Bagi Peneliti

Dapat memahami pentingnya asuhan kebidanan berkesinambungan pada ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung serta memperdalam pengetahuan mengenai penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil.