

ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL DENGAN NYERI PUNGGUNG MENGGUNAKAN TERAPI KINESIO TAPING DI PMB SURIATI KABUPATEN ACEH BESAR

Nurul Husna¹, Eva Zulisa², Fitriani Wira Setyani³

¹Kebidanan, STIKES Muhammadiyah Aceh, Indonesia

²Kebidanan, STIKES Muhammadiyah Aceh, Indonesia

³Kebidanan, STIKES Muhammadiyah Aceh, Indonesia

Email: husnanurul271186@gmail.com

Abstrak

Lower back pain is one of the discomforts that will arise due to physiological changes or changes in the mother's hormones during pregnancy. The prevalence of back pain in pregnant women globally reaches 40.5%, nationally the prevalence reaches 40.5%, and the prevalence in Aceh reaches 17.5% where back pain occurs due to changes in back muscles. If the problem of lower back pain is not addressed immediately, it can become long-term back pain, increase the tendency of back pain during the partus to the postpartum, and can even cause chronic back pain that will be more difficult to treat. The aim of the research is to providing comprehensive obstetric care to pregnant women with back pain by providing the Kinesio Taping therapy at PMB Suriati, Ingin Jaya District, Aceh Besar Regency. This type of research is qualitative research with a case study approach. The results of the study showed that Kinesio Taping therapy in pregnant women conducted for 2 weeks can reduce back pain in pregnant women. Before therapy back pain was at a value of 5, and after therapy the pain scale decreased with a value of 3. Pregnant women with back pain can be overcome by giving complementary treatment in the form of *Kinesio Taping* therapy.

Keywords: Midwifery Care, Pregnant Women, Back Pain, Kinesio Taping Therapy

PENDAHULUAN

Continuity of Care (COC) adalah model pelayanan kesehatan yang memastikan kesinambungan dan kualitas perawatan bagi pasien, khususnya ibu hamil. *Continuity of Care* memastikan bahwa ibu hamil menerima perawatan yang terintegrasi dari tenaga kesehatan yang sama sepanjang masa kehamilan. Asuhan kebidanan komprehensif dimana bidan sebagai tenaga profesional memimpin dalam perencanaan, organisasi dan pemberian asuhan mulai dari masa kehamilan sehingga memberikan kontribusi untuk kualitas asuhan yang lebih baik (Meilani, Mita., Insiroh, 2023).

Kehamilan merupakan kondisi alamiah yang unik, karena pada masa kehamilan ibu akan mengalami perubahan anatomi dan fisiologi (Rinata, 2022). Akibat dari perubahan adaptasi tersebut muncul ketidaknyamanan yang akan dirasakan ibu. Salah satu ketidaknyamanan yang dapat dirasakan oleh ibu hamil pada trimester tiga yaitu nyeri punggung (Putri et al., 2021).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) terungkap bahwa kurang lebih dari 150 jenis gangguan muskuloskeletal diderita oleh ratusan juta manusia yang menyebabkan nyeri dan inflamasi yang sangat lama. Tingkat prevalensi yang tinggi pada nyeri punggung bawah selama kehamilan dilaporkan terjadi di Eropa, Amerika, Australia, China, termasuk wilayah pegunungan daerah pedesaan Taiwan dan Afrika serta diantara perempuan kelas atas di Nigeria (World Health Organization, 2016).

Prevalensi nyeri punggung pada ibu hamil secara global mencapai 40,5%. Prevalensi kejadian nyeri punggung pada trimester pertama sebesar 28,3%, trimester kedua sebesar 36,8% dan pada trimester ketiga sebesar 47,8%. Sedangkan secara nasional di Indonesia nyeri punggung pada ibu hamil merupakan masalah yang cukup umum. Nyeri punggung ini biasanya terjadi pada bagian bawah punggung dan bisa terasa ringan hingga berat dimana nyeri punggung terjadi akibat perubahan otot punggung. Tanpa otot punggung yang kuat, luka pada ligament akan semakin parah sehingga postur memburuk selama kehamilan karena disebabkan ketidakseimbangan pada kondisi tulang belakang (Arummega et al., 2022).

Nyeri punggung bagian bawah adalah salah satu ketidaknyamanan yang akan timbul akibat perubahan fisiologi atau perubahan pada hormon ibu selama hamil. Secara umum nyeri punggung pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain terjadi perubahan postur tubuh yang disebabkan bertambahnya berat badan, pengaruh hormonal pada struktur ligament sehingga tubuh bergeser ke depan, serta disebabkan oleh aktivitas selama kehamilan (Hernawati, Erni., Sitepu, Stefani A., Sari, Wenny Indah PE., Zulisa, Eva., 2023).

Dampak nyeri punggung pada masa kehamilan dapat menyebabkan ibu mengalami gangguan tidur yang menyebabkan kelelahan dan iritabilitas serta ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas. Selain itu, nyeri punggung bawah juga dapat menghambat mobilitas dan bagi ibu yang sudah mempunyai anak akan menghambat dalam merawat anaknya. Masalah nyeri punggung bagian bawah tersebut jika tidak segera diatasi maka dapat menjadi nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung saat partus sampai pascapartum, bahkan dapat menyebabkan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati (Arummega et al., 2022).

Nyeri punggung bagian bawah dapat diberikan dengan banyak cara untuk mengurangi rasa sakitnya dengan pemberian terapi farmakologi yaitu diberikan anti-inflamasi non steroid dan analgetic. Sedangkan untuk terapi non farmakologi dalam mengatasi nyeri punggung di masa kehamilan diantaranya kompres hangat, *massage effleurage*, akupuntur, serta yoga prenatal (Supardi, N., Zulisa, E., Aryani, R., Gustina, I., Handayani, L., Prajayanti, H., 2022).

Namun ada terapi non farmakologi lainnya yang dapat meredakan nyeri punggung ibu selama masa kehamilan karena dapat merangsang *mechanoreceptors* kulit serta menopang jaringan otot dan sendi yaitu terapi *Kinesio Taping*. Metode ini dapat dilakukan kapan saja tanpa menimbulkan efek samping pada ibu hamil (Lestari dkk, 2023). *Kinesio Taping* adalah plester berpelekat yang berbentuk pita dan terbuat dari bahan lateks. Manfaat *Kinesio Taping* diantaranya menstabilkan dan menopang struktur jaringan lunak tubuh (otot, tendon, ligamen) dan sendi yang mengalami cedera atau nyeri agar tetap

dapat digerakkan secara aktif tanpa nyeri sehingga aliran darah dan limfatik tetap lancar sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan alami dengan baik (Kalinowski & Krawulska, 2017).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sulastri et al., 2022) yang dilaksanakan di Puskesmas Karanganyar dengan jumlah responden 2 orang ibu hamil dengan usia kehamilan 36-37 minggu yang dilakukan selama 4 hari ditemukan ibu hamil trimester 3 yang mengalami nyeri punggung dan diberikan terapi *Kinesio Taping* efektif menurunkan nyeri setelah diberikan intervensi. Penelitian lainnya oleh (Rohman & Machmudah, 2023) mengungkapkan tingkat keberhasilan terapi *Kinesio Taping* terhadap ibu hamil dalam permasalahan nyeri punggung sangat signifikan dengan nilai *p-value* <0,05, sehingga dapat menjadi satu pedoman untuk memberikan asuhan komprehensif dengan terapi *Kinesio Taping* dikarenakan keefektifannya sudah terjamin dan aman untuk diterapkan kepada ibu hamil dengan keluhan tersebut.

Hasil survei wawancara awal dengan responden yaitu ibu hamil berinisial Ny. R yang melakukan pemeriksaan antenatal di PMB Suriati Kabupaten Aceh Besar diketahui bahwa selama kehamilannya memasuki trimester 3 sering merasa tidak nyaman dengan nyeri punggung yang dialaminya saat ini, sehingga membuat aktivitas responden sehari-hari menjadi terganggu. Responden juga mengatakan bahwa nyeri punggung yang dialaminya ini hanya dalam kehamilan anak kedua saat ini karena kehamilan anak pertama tidak mengalami nyeri punggung.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP yaitu Subjektif, Objektif, Assesmen dan Planning. Penelitian dilakukan di PMB Suriati Kabupaten Aceh Besar mulai dari tanggal 06 Mei sampai dengan 24 Mei 2024. Responden penelitian yaitu Ny. R umur 34 tahun hamil anak kedua dengan gestasi 32 minggu 5 hari mengeluh nyeri punggung dan lutut linu berdenyut-denyut. Nyeri punggung yang dialami hanya dalam kehamilan anak kedua saat ini karena saat hamil anak pertama tidak mengalami nyeri punggung.

Cara pengumpulan data melalui wawancara serta hasil pemeriksaan secara *head to toe* yang dilakukan pada ibu hamil. Instrumen pengukuran nyeri secara *Numeric Rating Scale* (NRS). Jenis data primer. Data yang diperoleh dari hasil penelitian kemudian dianalisa berdasarkan manajemen asuhan kebidanan 7 langkah Varney.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada responden yaitu Ny. R umur 34 tahun, G2P1A0, telah melakukan ANC sebanyak 8 kali kunjungan yaitu 1 kali di trimester I, 4 kali di trimester II, 3 kali di trimester III serta 2 kali di dokter spesialis kandungan. Menurut (Kemenkes RI, 2020), pelayanan antenatal care dilakukan minimal 6 kali selama kehamilan yaitu dua kali pada trimester pertama, satu kali pada trimester kedua dan tiga kali pada trimester ketiga. Standar

pelayanan tersebut dianjurkan sebagai jaminan terhadap perlindungan ibu hamil dan janin berupa deteksi dini faktor risiko, pencegahan dan penanganan dini komplikasi kehamilan.

Pada usia kehamilan 32 minggu, responden mengeluh nyeri punggung dan lutut linu berdenyut-denyut sampai mengganggu aktivitas sehari-hari. Responden mengatakan bahwa nyeri punggung yang dialaminya hanya dalam kehamilan anak kedua saat ini karena saat hamil anak pertama tidak mengalami nyeri punggung. Hasil pemeriksaan secara objektif diperoleh keadaan umum dan tanda-tanda vital dalam batas normal selama dilakukan pemeriksaan di kehamilan trimester ketiga sebanyak 4 kali kunjungan yaitu kunjungan pertama di PMB Suriati pada tanggal 06 Mei 2024, kemudian kunjungan selanjutnya pemeriksaan dilakukan di rumah responden yaitu kunjungan kedua pada tanggal 09 Mei 2024 dan kunjungan ketiga pada tanggal 22 Mei 2024, sedangkan untuk kunjungan keempat pada tanggal 24 Mei 2024 dilakukan pemeriksaan kembali di PMB Suriati.

Hasil pemeriksaan fisik tidak terdapat kelainan dan pembesaran abdomen sesuai usia kehamilan sampai aterm, letak janin presentasi kepala dan keadaan janin baik, Denyut Jantung Janin (DJJ) dalam batas normal serta keadaan responden baik. Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan peneliti, maka dapat ditegakkan diagnosa yaitu Ny. R umur 34 tahun, hamil trimester tiga dengan nyeri punggung, G2P1A0, janin tunggal hidup intrauterin dengan presentasi kepala.

Adapun skala nyeri yang diukur saat pemeriksaan di setiap kunjungan menggunakan instrumen pengukuran secara *Numeric Rating Scale* (NRS), merupakan skala unidimensional yang mengukur intensitas nyeri. Menurut (Pinzon, 2016), nilai NRS dapat digunakan untuk evaluasi nyeri dan pada umumnya pengukuran dilakukan dua hari atau kali 24 jam setelah pasca intervensi suatu objek. Nilai NRS dapat disampaikan secara verbal maupun dalam bentuk gambar. Klasifikasi nilai NRS antara lain nyeri ringan (1-3), nyeri sedang (4-6), dan nyeri hebat (7-10). Nilai NRS memiliki korelasi positif yang sangat baik dibandingkan dengan skala *Visual Analogue Scale* (VAS).

Oleh karena itu diperoleh hasil skala nyeri antara lain pada kunjungan pertama nyeri punggung yang dialami responden terukur dengan skor 5 (nyeri sedang), kunjungan kedua dengan skor 4 (nyeri sedang), kunjungan ketiga dengan skor 3 (nyeri ringan), serta pada kunjungan keempat dengan skor 3 (nyeri ringan). Berdasarkan observasi hasil skala nyeri dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan nyeri yang signifikan di setiap kunjungan pemeriksaan.

Beberapa rencana asuhan non farmakologi dapat diberikan untuk mengatasi ketidaknyamanan kehamilan trimester III berupa nyeri punggung, diantaranya seperti anjuran mengatur posisi tidur yang baik, penggunaan bra yang menopang atau dengan ukuran bra yang tepat, penggunaan bantal yang nyaman dan lembut saat tidur (Supardi, N., Zulisa, E., Aryani, R., Gustina, I., Handayani, L., Prajayanti, H., 2022). Adapun terdapat pula salah satu terapi komplementer yang dapat diterapkan untuk mengatasi permasalahan nyeri punggung pada ibu hamil dengan cara melakukan terapi *Kinesio Taping*.

Menurut (Kalinowski & Krawulska, 2017), terapi *Kinesio Taping* adalah terapi yang berbentuk pita dapat mencegah kerusakan otot dan sendi,

memperbaiki fungsi dan posisi otot, meningkatkan stabilitas sendi dan meredakan nyeri dengan cara mengurangi stimulasi reseptor sehingga meredakan nyeri punggung. *Kinesio Taping* digunakan untuk meningkatkan aliran limfatik, meningkatkan sirkulasi darah dan memperbaiki gangguan musculoskeletal berdasarkan proses penyembuhan alami untuk menghilangkan rasa nyeri, sehingga *Kinesio Taping* bermanfaat bagi ibu hamil dalam penurunan derajat nyeri pada *low back pain* atau nyeri punggung bawah.

Nyeri punggung pada ibu hamil terdapat di bagian tulang vertebra lumbalis yaitu ruas tulang pinggang, yang terdiri dari lima tulang (L1-L5). Tulang bagian lumbalis seringkali menjadi lokasi nyeri punggung karena tulang lumbalis sebagai tulang yang menopang tubuh. Sehingga dapat dikatakan nyeri punggung bawah yang terjadinya lokasi nyeri pada ibu hamil karena tulang vertebra lumbalis menjadi tulang yang menopang tubuh ibu selama hamil di usia kehamilan diatas 30 minggu (Dartiwen & Nurhayati, 2019).

Sejalan dengan penelitian (Mutoharoh et al., 2021) menemukan bahwa ibu hamil yang mengalami nyeri punggung merasakan pengurangan nyeri setelah melakukan terapi *Kinesio Taping* secara rutin setiap pagi dengan posisi tidur yang baik juga dapat mengurangi rasa nyeri punggung pada ibu hamil. Pemakaian *Kinesio Taping* ini dilakukan sebanyak 3 kali.

Asumsi peneliti terkait keberhasilan intervensi terapi *Kinesio Taping* dalam mengurangi nyeri punggung dikarenakan penatalaksanaan yang dilakukan dikerjakan secara komprehensif dan menyeluruh berdasarkan rencana tindakan yang telah dibuat yaitu diberikan terapi *Kinesio Taping* sebanyak 3 kali selama 3 kali kunjungan dan adanya penurunan pada skala nyeri punggung ibu sebelum diberikan terapi *Kinesio Taping* dan sesudah diberikan terapi *Kinesio Taping* sehingga ibu dapat beraktivitas sehari-sehari seperti biasa kembali. Pemakaian *Kinesio Taping* pada ibu hamil yang nyeri punggung selama hamil sangat berpengaruh dalam penyembuhan nyeri punggung. Lokasi nyeri punggung pada ibu karena tulang vertebra lumbalis menjadi tulang yang menopang tubuh ibu selama usia kehamilan diatas 30 minggu.

Sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh (Sulastri et al., 2022), dapat disimpulkan bahwa asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester 3 yang mengalami nyeri punggung dengan menggunakan metode *Kinesio Taping* memberikan efektivitas dan terjadi penurunan skala nyeri setelah diberikan intervensi. *Kinesio Taping* dapat diterapkan sebagai terapi komplementer dalam pelayanan asuhan kebidanan pada kehamilan dengan nyeri punggung khususnya pada trimester III.

KESIMPULAN DAN SARAN

Asuhan kehamilan pada Ny. R telah dilakukan berdasarkan pendekatan manajemen 7 langkah Varney. Berdasarkan hasil pengumpulan data subjektif dan objektif maka peneliti merumuskan diagnosa aktual yaitu Ny. R umur 34 tahun, hamil trimester tiga dengan nyeri punggung, G2P1A0, janin tunggal hidup intrauterin dengan presentasi kepala. Masalah aktual yang ditemukan adalah nyeri punggung. Rencana asuhan yang diberikan untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester tiga secara komplementer kebidanan dapat menggunakan terapi *Kinesio Taping*.

Asuhan kebidanan komprehensif pada Ny. R dengan nyeri punggung menggunakan terapi *Kinesio Taping* di PMB Suriati Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar tidak terjadi adanya kesenjangan antara teori dan metode asuhan komprehensif yang diberikan.

Diharapkan bidan bekerjasama dengan keluarga khususnya suami klien untuk antusias memberikan perhatian serta mengupayakan untuk mengatasi ketidaknyamanan yang dialami oleh ibu. Diharapkan studi kasus ini dapat digunakan sebagai informasi dan rujukan referensi bagi institusi pendidikan dalam meningkatkan mutu pendidikan di masa yang akan datang khususnya pada pelayanan asuhan kebidanan pada ibu hamil. Diharapkan PMB Suriati Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar sebagai fasilitas pelayanan kesehatan, serta diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi terhadap usaha pelayanan kesehatan khususnya dalam pemberian asuhan *Antenatal Care* berbasis komplementer. Klien diharapkan dapat memahami kondisinya dan beradaptasi dengan keluhan yang dialami selama hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III: Literatur Review. *Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), 14–30. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v9i1.1506>
- Dartiwen., N. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. CV ANDI OFFSET.
- Hernawati, Erni., Sitepu, Stefani A., Sari, Wenny Indah PE., Zulisa, Eva., D. (2023). *Penerapan Terapi Komplementer dan Asuhan Kebidanan Evidence Based*. Nuansa Fajar Cemerlang.
- Kalinowski, P., & Krawulska, A. (2017). Kinesio taping vs. placebo in reducing pregnancy-related low back pain: A cross-over study. *Medical Science Monitor*, 23, 6114–6120. <https://doi.org/10.12659/MSM.904766>
- Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Bagi Ibu Hamil, Bersalin, Nifas, Dan Bayi Baru Lahir*.
- Lestari, Siska Agustina., dkk. (2023). *Terapi Komplementer Untuk Mengatasi Keluhan Selama Kehamilan* (1st ed.). Kaizen Media Publishing. https://www.researchgate.net/publication/374847972_Terapi_Komplementer_Untuk_Mengatasi_Keluhan_Selama_Kehamilan
- Meilani, Mita., Insiroh, A. N. (2023). *Respectful Women Care Dalam Kebidanan* (1st ed.). K-Media. https://www.google.co.id/books/edition/RESPECTFUL_WOMEN_CARE_DALAM_KEBIDANAN/rwbfEAAQBAJ?hl=id&gbpv=1
- Mutoharoh, S., Astuti, D. P., Kusumastuti, K., Rahmadhani, W., & MD, P. T. P. (2021). Effectiveness of Pregnancy Exercise With Kinesio Taping on Lower Back Pain in Pregnant Women in the Third Trimester. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 241–249. <https://doi.org/10.26553/jikm.2021.12.3.241-249>
- Pinzon, R. T. (2016). *Pengkajian Nyeri*. Betha Grafika. https://publikasi-fk.ukdw.ac.id/Buku_Pengkajian_Nyeri_Dr_Pinzon.pdf
- Putri, R. D., Novianti, N., & Maryani, D. (2021). Ketidaknyamanan Pada Ibu Hamil, Bersalin, Dan Nifas. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 38–43. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i1.1346>
- Rinata, C. (2022). *Buku Ajar Kehamilan*. Deepublish.
- Rohman, F., & Machmudah, M. (2023). Penerapan Kinesiotapping Terhadap Low Back Pain Pada Kehamilan Trimester III. *Ners Muda*, 4(1), 112. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i1.10665>
- Sulastri, M., Nurakilah, H., Marlina, L., & Nurfikah, I. (2022). Penatalaksanaan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Metode Kinesio Tapping Berdasarkan Standar Profesi Bidan. *Media Informasi*, 18(2), 145–161. <https://doi.org/10.37160/bmi.v18i2.81>

Supardi, N., Zulisa, E., Aryani, R., Gustina, I., Handayani, L., Prajayanti, H., D. (2022). *TERAPI KOMPLEMENTER PADA KEBIDANAN* (1st ed.). PT Global Eksekutif Teknologi. <http://repository.binawan.ac.id/id/eprint/3483>

World Health Organization. (2016). *WHO Recommendations on Antenatal Care for a Positive Pregnancy Experience*.