

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ibu hamil mengalami banyak perubahan fisik selama periode kehamilan, salah satu perubahan fisik yang terjadi yaitu pada sistem *musculoskeletal* (Wuriani, 2024). Keluhan yang sering muncul pada sistem *musculoskeletal* adalah ketidaknyamanan panggul dan nyeri punggung bawah (Dudonienė & Kuisma, 2023). Prevalensi nyeri punggung bawah pada saat kehamilan cukup tinggi, menurut *World Health Organization* (WHO) di Australia dilaporkan sebanyak 70%, prevalensi nyeri punggung bawah berkisar antara 30% hingga 78% di Amerika Serikat, Eropa, dan beberapa bagian negara Afrika (Manyozo *et al.*, 2019). Prevalensi nyeri punggung pada ibu hamil pada usia kehamilan di Malaysia terdapat 36,5% dengan nyeri ringan, 46% untuk nyeri sedang, dan 17,5% untuk nyeri berat (Salari *et al.*, 2023).

Di Indonesia, prevalensi ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah menurut Permatasari, (2019) mencapai 70%. Hasil penelitian Purnamasari, (2019) dengan sample ibu hamil yang melakukan kunjungan *Antenatal Care* (ANC) di Jawa tengah menunjukkan bahwa seluruh responden pernah mengalami nyeri punggung bawah selama kehamilan, dengan skala yang bervariasi yaitu sebanyak 3 (10%) orang dengan skala nyeri ringan, sebanyak 22 orang (73,33%) dengan skala nyeri sedang dan skala nyeri berat sebanyak 5 orang (16,67%), masih banyak ibu hamil yang kurang menyadari masalah ini dan dampaknya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 87,2% ibu

hamil meminta bantuan dari suami atau keluarga, sementara hanya 12,8% yang berkonsultasi dengan tenaga kesehatan.

Nyeri punggung bagian bawah adalah nyeri yang dirasakan di area *lumbosacral* (tulang belakang). Nyeri punggung bagian bawah bisa mengalami peningkatan intensitas bersamaan dengan penambahan usia kehamilan akibat dari pergeseran pusat gravitasi tulang belakang ibu hamil serta perubahan postur tubuh selama kehamilannya (Sukeksi *et al.*, 2018; Bryndal *et al.*, 2020; Amayri *et al.*, 2023). Nyeri punggung bawah memiliki beberapa karakteristik yaitu keluhan nyeri dan rasa tegang atau kaku pada otot berada di area *costae* dan di atas lipatan *gluteus inferior* dengan nyeri menjalar ke tungkai, nyeri yang dirasakan seperti menusuk (Purnamasari, 2019).

Nyeri punggung bawah umumnya bersifat fisiologis, namun dapat berubah menjadi patologis apabila tidak diatasi dengan tepat (Muzayyana *et al.*, 2023). Nyeri punggung bawah yang tidak diatasi segera, bisa mengakibatkan nyeri punggung bawah jangka panjang, meningkatnya kecenderungan nyeri punggung pasca partum dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan. Ketika nyeri sampai menyebar ke daerah pelvis yang menyebabkan kesulitan berjalan sehingga memerlukan kruk ataupun alat bantu jalan lainnya (Suryanti *et al.*, 2021). Ibu hamil juga dapat mengalami kesulitan untuk berdiri, duduk, atau bahkan berpindah dari tempat tidur (Aswitami & Mastiningsih, 2018)

Rasa sakit pada nyeri punggung bawah juga dapat mempengaruhi kebutuhan tidur seseorang. Pada ibu hamil, nyeri punggung bawah sering

menyebabkan sulit tidur atau kurang tidur pada malam hari, sehingga kualitas tidur ibu hamil menjadi buruk (Herdiani *et al.*, 2019). Kualitas tidur yang buruk pada ibu hamil dapat membahayakan kesehatan ibu dan bayi. Tidur yang tidak berkualitas dapat menyebabkan berbagai masalah, seperti durasi persalinan yang lebih lama, gangguan tekanan darah, gangguan toleransi glukosa, risiko lebih tinggi untuk melahirkan dengan operasi sesar, peningkatan rasa nyeri, ketidaknyamanan saat persalinan, preeklampsia, dan depresi pascapersalinan. Selain itu, kualitas tidur yang buruk pada ibu hamil juga dapat menyebabkan bayi lahir prematur atau dengan berat badan lahir rendah (BBLR) (Febry Rahayu *et al.*, 2023)

Keluhan nyeri punggung bawah berdampak besar pada aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup ibu hamil. Berdasarkan penelitian Manyozo *et al.*, (2019) di Malawi mengatakan sebanyak 62% ibu hamil mengalami keluhan nyeri punggung bawah, 43% mengalami gangguan tidur, 24% kesulitan berjalan sejauh 100 yard (sekitar 91 meter), 21% tidak mampu mengangkat benda yang sebelumnya dapat dilakukan, 22% tidak bisa duduk lebih dari 10 menit, 21% tidak dapat berdiri lebih dari 10 menit. Kondisi ini menunjukkan bahwa nyeri punggung bawah dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kemampuan ibu hamil dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Nyeri punggung bawah pada ibu hamil berhubungan dengan banyak faktor yaitu faktor resiko dan faktor predisposisi. Faktor resiko terdiri dari umur, usia kehamilan, indeks massa tubuh, dan pekerjaan (Yolandini *et al.*, 2024; Carvalho *et al.*, 2017). Serta terdapat juga faktor predisposisi seperti

pertumbuhan rahim yang mengubah postur tubuh, peningkatan berat badan, pengaruh hormon relaksin yang membuat ligamen lebih fleksibel, riwayat nyeri punggung sebelumnya, jumlah kelahiran yang pernah dialami (paritas), dan aktivitas fisik pada ibu hamil (Handayany *et al.*, 2020; Bryndal *et al.*, 2020; Omoke *et al.*, 2021).

Faktor resiko terjadinya nyeri punggung bawah pada ibu hamil salah satunya adalah umur. Umur dapat mempengaruhi nyeri punggung bawah pada ibu hamil (Amin, 2023; Manyozo *et al.*, 2019; Nur Arummega *et al.*, 2022). Di Indonesia presentase perempuan pertama kali hamil berada pada rentang umur 20-24 tahun sebesar 46,8%. Sebanyak 25,8% perempuan di Indonesia pada umur 15-19 tahun pernah mengalami kehamilan untuk pertama kalinya, sebanyak 0,9% pada umur 10-14 tahun dan sebanyak 1,3 % pada umur >35 tahun (SKI, 2023). Sementara itu, kejadian hamil diumur remaja pada daerah pedesaan lebih tinggi, dibandingkan didaerah perkotaan, di pedesaan sebagian besar menganggap bahwa kehamilan umur < 20 tahun biasa terjadi dan hal yang lumrah (Stiyaningsih *et al.*, 2023)

Usia kehamilan juga dapat memicu nyeri punggung bawah (Mulati *et al.*, 2022; Manyozo *et al.*, 2019; Nur Arummega *et al.*, 2022). Pada trimester I ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 5%, trimester II 25% dan Trimester III 70% (Puspasari, 2019). Seiring bertambahnya usia kehamilan, postur tubuh ibu berubah dengan munculnya lengkungan tulang belakang (lordosis) (Firdayani *et al.*, 2019).

Indeks Massa Tubuh (IMT) juga memiliki hubungan dengan kejadian nyeri punggung bawah pada ibu hamil. Ibu *overweight* cenderung mengalami perubahan postur karena berat badan yang lebih besar pada kehamilan (Amin, 2023; Amayri *et al.*, 2023). Berdasarkan penelitian Fenny *et al.*, (2024) di Jakarta Timur, sebanyak 36 ibu hamil (46,8%) dalam kategori *overweight* (kelebihan berat badan), dan 23 ibu hamil (29,9%) termasuk dalam kategori obesitas. Penelitian Henky, (2022) di Padang, juga menunjukkan ibu hamil dengan indeks massa tubuh (IMT) *overweight* lebih sering mengalami nyeri punggung bawah sebesar 57,1% dibandingkan ibu hamil dengan IMT normal 22,1%.

Paritas yang tinggi juga dapat mempengaruhi nyeri punggung bawah pada ibu hamil (Amin, 2023; Mulati *et al.*, 2022; Manyozo *et al.*, 2019; Nur Arummega *et al.*, 2022). Penelitian Backhausen *et al.*, (2019) mengatakan bahwa kategori terbanyak yang mengalami nyeri punggung bawah adalah multipara sebanyak 343 orang (60,6%) sedangkan nullipara sebanyak 223 orang (39,4%). Berdasarkan Badan Pusat Statistik tahun 2020, presentase angka kelahiran total (TFR) perempuan Indonesia melahirkan 2 anak dalam masa suburnya. Masyarakat Indonesia menganggap bahwa banyak anak banyak rezeki. Dalam kepercayaan masyarakat Minangkabau yang menganut sistem kekerabatan matrilineal, kehadiran anak perempuan sangat diharapkan. Jika seorang ibu tidak memiliki anak perempuan, maka menurut adat, garis keturunannya dianggap terputus (Nuriah Mirza *et al.*, 2022); Rita Dahnia *et al.*, 2023).

Aktivitas fisik juga dapat mempengaruhi nyeri punggung bawah pada ibu hamil (Osinuga *et al.*, 2021; Caputo *et al.*, 2021; Mulati, 2022; Manyozo *et al.*, 2019). Berdasarkan penelitian Wulandari *et al.*, (2021) di Yogyakarta, presentase ibu hamil yang rutin melakukan olahraga 1-2x/minggu lebih kurang 30 menit sebanyak 38 orang (60,30%), dan yang tidak pernah rutin melakukan olahraga sebanyak 25 orang (39,70%). Sedangkan penelitian Yolandini *et al.*, (2024), menunjukkan ibu hamil yang tidak bekerja (IRT) berjumlah 28 orang (56%), sementara yang bekerja berjumlah 22 orang (44%), berdasarkan hasil penelitian juga menunjukkan presentase nyeri punggung bawah lebih besar dialami oleh ibu yang tidak bekerja (IRT) sebanyak 56 %, dibandingkan ibu hamil yang bekerja sebesar 44% dengan tingkat nyeri sedang, ringan dan berat. Pekerjaan rumah tangga yang berat, mengangkat barang, membungkuk, atau menggendong anak dapat memperburuk nyeri punggung bawah pada ibu hamil (Kurniasih, 2020).

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2023 jumlah ibu hamil terbanyak berada di Puskesmas Belimbing yaitu berjumlah 1.334 orang ibu hamil, dari 23 Puskesmas di kota Padang. Dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui metode wawancara dengan petugas Puskesmas Belimbing, didapatkan bahwa ada 3 kelurahan yang menjadi wilayah kerja Puskesmas Belimbing yaitu Kelurahan Kuranji, Kelurahan Gunung Sarik, dan Kelurahan Sungai Sapih. Berdasarkan wawancara dengan petugas puskesmas di ruang KIA (Kesehatan Ibu dan Anak), diketahui bahwa beberapa ibu hamil mengeluhkan nyeri punggung bawah saat pemeriksaan kehamilan. Untuk

mengurangi keluhan nyeri tersebut, pihak puskesmas memberikan obat *paracetamol* kepada ibu hamil.

Berdasarkan observasi awal dan wawancara dengan 7 orang ibu hamil didapatkan hasil bahwa 5 dari 7 orang ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah, 5 dari 7 orang ibu hamil mengatakan lebih banyak duduk dan berbaring saat nyeri muncul, 5 dari 7 orang ibu hamil mengatakan nyeri muncul tiba-tiba dan hilang timbul, 2 orang ibu hamil berumur 36 dan 38 tahun, 4 orang ibu hamil berada di trimester ketiga, sementara dua orang lainnya di trimester kedua, 3 ibu hamil mengatakan sedang mengandung anak kedua, 2 orang ibu hamil mengatakan mengandung anak ketiga, 1 dari 7 ibu hamil memiliki indeks massa tubuh (IMT) kategori overweight, dan 7 orang ibu hamil mengatakan beraktivitas dirumah sebagai ibu rumah tangga.

Berdasarkan data yang telah ditemukan bahwa faktor-faktor nyeri punggung bawah pada ibu hamil sangat beragam, namun peneliti ingin mengidentifikasi apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. Penelitian ini diharapkan dapat memvalidasi hasil penelitian sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan beberapa penelitian, ditemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pada ibu hamil sangat beragam. Di Indonesia khususnya Sumatera Barat masih sedikit penelitian yang membahas nyeri punggung bawah pada ibu hamil. Maka peneliti ingin mengidentifikasi apa saja faktor- faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui faktor- faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Diketuainya distribusi frekuensi ibu hamil berdasarkan umur, usia kehamilan, paritas, IMT.
- b. Diketuainya rerata skor aktivitas fisik dan skor nyeri punggung bawah pada ibu hamil.
- c. Diketuainya hubungan umur, usia kehamilan, paritas, IMT dengan nyeri punggung bawah pada ibu hamil.
- d. Diketuainya hubungan aktivitas fisik dengan nyeri punggung bawah pada ibu hamil.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan pembaca mengenai keterkaitan dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada ibu hamil

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan peneliti dan dapat mengedukasi ibu hamil mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini menjadi salah satu penguat ilmu pengetahuan terutama untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada ibu hamil, serta dapat menambah wawasan.

c. Bagi Ibu Hamil dan Keluarga

Penelitian ini dapat mengedukasi ibu hamil dan keluarga, sehingga ibu hamil dapat lebih peduli tentang kondisi kesehatannya, dan keluarga dapat memahami pentingnya peran mereka dalam membantu ibu hamil.

d. Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan bagi petugas kesehatan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada ibu hamil, sehingga dapat memberikan edukasi dan pengobatan dalam mengatasi nyeri punggung bawah pada ibu hamil.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi bahan sumber rujukan atau referensi bagi peneliti yang akan melakukan penelitian yang sama dengan penelitian ini.

