

## Article

### ANALISIS FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL DI DESA KARANG RAHARJA

Dewita Rahmatul Amin<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Medika Suherman Cikarang, Jawa Barat

#### SUBMISSION TRACK

Received: July 18, 2023  
Final Revision: August 03, 2023  
Available Online: August 06, 2023

#### KEYWORDS

Pregnancy, Low Back Pain, Woman, Age, Parity

#### CORRESPONDENCE

Phone: 082180871217  
E-mail: [dewita.work@gmail.com](mailto:dewita.work@gmail.com)

#### A B S T R A C T

The most common discomfort experienced by third trimester pregnant women is back pain, lower back pain which is a common complaint that often occurs, it is estimated that around 70% of pregnant women complain of back pain. Back pain during pregnancy reaches its peak at 24 to 28 weeks, just before the abdominal growth reaches its maximum point. The results showed that age, occupation, parity and body mass index had an effect on back pain with a p value <0.05. The advice given in this study is that proper treatment and preventive measures must be adjusted to the needs of each pregnant woman to reduce the risk and overcome back pain during pregnancy.

## I. PENDAHULUAN

Kehamilan membawa banyak perubahan baik dalam perubahan fisik maupun perubahan psikologis. Perubahan fisik antara lain perubahan uterus dan perut membesar, perubahan berat badan, dan hiperpigmentasi. Perubahan psikologis antara lain timbul rasa tidak nyaman, merasa jelek pada dirinya, aneh, merasa tidak senang jika bayi tidak lahir sesuai waktunya, dan adanya rasa khawatir akan rasa sakit, bahaya saat persalinan, keselamatan ibu dan bayinya (Resmi et al., 2017).

Masa kehamilan dibagi dalam tiga trimester yaitu trimester I, II, dan III. Pada tiap trimester ibu merasakan ketidaknyamanan kehamilan karena terjadi perubahan psikologis dan fisiologis yang menimbulkan keluhan sehingga ibu menjadi kurang menikmati masa kehamilannya (Prawirohardjo Sarwono, 2016).

Pada kehamilan trimester III banyak ketidaknyamanan yang ibu rasakan seperti sering buang air kecil, keputihan, konstipasi, perut kembung, bengkak pada kaki, kram pada kaki, sakit kepala, striae gravidarum,

hemoroid, sesak nafas, dan nyeri punggung (Gozali et al., 2020)

Ketidaknyamanan yang paling sering dialami ibu hamil trimester III adalah nyeri punggung, nyeri punggung bawah yang merupakan keluhan umum yang sering terjadi, diperkirakan sekitar 70% wanita hamil mengeluhkan nyeri punggung. Nyeri punggung saat kehamilan mencapai puncak pada minggu ke-24 sampai dengan minggu ke-28, tepat sebelum pertumbuhan abdomen mencapai titik maksimum (Gozali et al., 2020)

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi jumlah ibu hamil di Kabupaten Bekasi sebanyak 11.126 orang (Dinas Kesehatan Kab. Bekasi, 2021). Hasil wawancara di Desa Karangraharja, diperoleh data ibu hamil sebanyak 93 orang dengan usia kehamilan TM I. 10 orang, TM II. 78 orang, TM III. Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara pada ibu hamil (Trimester III) yang datang berkunjung ke pelayanan kesehatan rata-rata ibu mengalami keluhan nyeri punggung pada TM II dan TM III.

Penyebab nyeri punggung bawah salah satunya adalah karena perubahan hormonal yang menimbulkan perubahan pada jaringan lunak penyangga dan penghubung sehingga menurunnya elastisitas dan fleksibilitas otot. Dampak yang akan terjadi apabila nyeri punggung tidak segera di atasi adalah perburukan morbiditas, gangguan kemampuan mengendarai kendaraan, kesulitan melanjutkan tugas sehari-hari, insomnia yang menyebabkan kelelahan dan iritabilitas.

Desa Karang Raharja adalah salah satu wilayah yang memiliki tingkat kehamilan yang cukup tinggi, dan nyeri punggung pada ibu hamil telah menjadi perhatian serius di lingkungan masyarakat tersebut. Dalam rangka meningkatkan pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung pada ibu hamil di Desa Karang Raharja, perlu dilakukan analisis secara menyeluruh untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang dapat mempengaruhi kejadian nyeri punggung pada ibu hamil di wilayah ini.

**II. METODE**

Jenis penelitian yang digunakan yaitu bersifat survei analitik yaitu bertujuan untuk mengetahui faktor faktor yang mempengaruhi nyeri punggung pada ibu hamil di Desa Karang Raharja Tahun 2023. Menggunakan data kuantitatif dalam pendekatan case control. Analisanya diterapkan secara univariat, bivariate, dan multivariat menggunakan program statistic SPSS yang diuji dengan sampel sejumlah 106 responden.

**III. HASIL**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Di Desa Karang Raharja Tahun 2023**

Variabel	Jumlah	
	n	%
<b>Usia</b>		
<20 Tahun	23	21.6
20 – 35 Tahun	35	33.1
>35 Tahun	48	45.3
<b>Total</b>	106	100.0
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	43	40.6
Bekerja	63	59.4
<b>Total</b>	106	100.0
<b>Paritas</b>		

Primigravida	18	17
Multigravida	83	78.3
Grande Multigravida	5	4.7
<b>Total</b>	106	100.0
<b>Indeks Masa Tubuh</b>		
Underweight	7	6.6
Normal	47	44.3
Overweight	52	49.1
<b>Total</b>	106	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan hasil penelitian di tabel 1, variable usia menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia > 35 tahun yaitu 45.3%, variable pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja yaitu 59.4%, variable paritas menunjukkan sebagian besar responden multigravida yaitu 78.3% dan variable indeks masa tubuh menunjukkan sebagian besar responden overweight yaitu 49.1%.

**Tabel 2. Hubungan Usia dengan Kejadian Nyeri Punggung Nyeri Punggung Ibu Hamil Di Desa Karang Raharja Tahun 2023**

Usia	Kejadian Nyeri Punggung				Total		P-value
	Nyeri		Tidak		N	%	
	N	%	N	%			
<20	7	6.6	16	15	23	21.6	0.001
20-35	27	25.5	8	7.6	35	33.1	
>35	33	31.1	15	14.2	48	45.3	
<b>Total</b>	67	63.2	39	36.8	106	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Hasil uji statistic pada tabel 2 diperoleh nilai *p-value* 0.001, disimpulkan secara statistic ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil.

**Tabel 3. Hubungan Pekerjaan dengan Kejadian Nyeri Punggung Nyeri Punggung Ibu Hamil Di Desa Karang Raharja Tahun 2023**

Pekerjaan	Kejadian Nyeri Punggung				Total		P-value
	Nyeri		Tidak		N	%	
	N	%	n	%			
Tidak Bekerja	16	15.1	27	25.5	43	40.6	0.000
Bekerja	51	48.1	12	11.3	63	59.4	
<b>Total</b>	67	63.2	39	36.8	106	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Hasil uji statistic pada tabel 3 diperoleh nilai *p-value* 0.000, disimpulkan secara statistic ada hubungan yang signifikan antara

pekerjaan dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil.

**Tabel 4. Hubungan Paritas dengan Kejadian Nyeri Punggung Nyeri Punggung Ibu Hamil Di Desa Karang Raharja Tahun 2023**

Paritas	Kejadian Nyeri Punggung				Total		P-value
	Nyeri		Tidak		N	%	
	n	%	N	%			
Primigravida	6	5.7	12	11.3	18	17	0.001
Multigravida	60	56.6	23	21.6	83	78.3	
Grande Multigravida	1	1	4	3.8	5	4.7	
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>63.3</b>	<b>39</b>	<b>36.7</b>	<b>106</b>	<b>100</b>	

Sumber: Data Primer, 2023

Hasil uji statistic pada tabel 4 diperoleh nilai *p-value* 0.001, disimpulkan secara statistic ada hubungan yang signifikan antara paritas dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil

**Tabel 5. Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Kejadian Nyeri Punggung Nyeri Punggung Ibu Hamil Di Desa Karang Raharja Tahun 2023**

Indeks Masa Tubuh	Kejadian Nyeri Punggung				Total		P-value
	Nyeri		Tidak		N	%	
	N	%	N	%			
Underweight	0	0	7	6.7	7	6.7	0.001
Normal	31	29.3	16	15	47	44.3	
Overweight	36	34	16	15	52	49	
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>63.3</b>	<b>39</b>	<b>36.7</b>	<b>106</b>	<b>100</b>	

Sumber: Data Primer, 2023

Hasil uji statistic pada tabel 5 diperoleh nilai *p-value* 0.001, disimpulkan secara statistic ada hubungan yang signifikan antara indeks masa tubuh dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil.

**Tabel 6. Pemodelan Akhir Hasil Analisis Regresi Logistik**

Variabel	B	<i>p-value</i>	Exp (B)/OR
Usia	0.158	0.034	1.713
Pekerjaan	0.396	0.023	0.228
Paritas	0.436	0.009	16.234
Indeks Masa Tubuh	0.004	0.047	0.942

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan model akhir diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat empat variabel yang berhubungan dengan kejadian nyeri punggung pada ibu hamil di desa karang raharja tahun 2023 yaitu variabel usia, pekerjaan, paritas dan indeks masa tubuh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel yang paling dominan berhubungan dengan nyeri punggung pada ibu hamil di desa karang raharja tahun 2023 adalah variabel paritas dengan koefisien sebesar 0.009 nilai  $p=0.002$  dan  $OR=16.234$  yang berarti responden dengan paritas kehamilan pertama memiliki peluang sebesar 16.234 kali tidak terkena nyeri punggung dibandingkan dengan responden yang melahirkan lebih dari 1.

#### IV PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 2 variabel usia *p-value* sebesar 0.001, artinya secara statistic ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian (Mardiana, 2021) bahwa dalam penelitiannya responden yang mengalami nyeri punggung berusia >20 tahun. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Cahyani, 2019) menemukan bahwa usia kehamilan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah, karena ukuran dan berat rahim bertambah seiring bertambahnya usia.

Berdasarkan teori nyeri punggung akan dialami pada perempuan berusia antara 20 sampai 24 tahun yang pada puncaknya berusia lebih dari 40 tahun

Menurut asumsi peneliti dapat disimpulkan bahwa usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya nyeri punggung pada ibu hamil. Karena ukuran dan berat rahim bertambah seiring bertambahnya usia, hal itu dapat memberi tekanan lebih besar pada punggung bagian bawah dan menyebabkan rasa sakit. Selain itu, tingkat aktivitas dan mekanika tubuh ibu hamil juga dapat berkontribusi terhadap terjadinya nyeri punggung. Berdasarkan tabel 3, Hasil uji statistic diperoleh *p-value* 0.000, artinya ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Khafidhoh, 2016) bahwa ada

hubungan antara nyeri punggung dengan tingkat aktivitas ibu hamil.

Nyeri punggung bawah berdampak negative pada kemampuan ibu hamil untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti perawatan diri, berjalanm duduk dan keterlibatan dalam aktivitas seksual, keterbatasan fungsional ini juga dikaitkan dengan penurunan kualitas hidup dan penurunan produktivitas di antara wanita hamil.

Berdasarkan asumsi peneliti, wanita hamil yang memiliki pekerjaan beresiko tinggi mengalami nyeri punggung saat hamil.

Hasil uji statistic pada tabel 4 diperoleh *p-value* 0.001, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara paritas dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian (Yazie, 2022) yang menemukan bahwa paritas ibu hamil adalah salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri punggung pada ibu hamil.

Setiap kehamilan menyebabkan perubahan pada tubuh, termasuk peningkatan ukuran rahim dan perubahan pada postur tubuh untuk memaksimalkan pertumbuhan janin. Beberapa penelitian mengindikasikan bahwa kehamilan berulang dapat menyebabkan stres berlebih pada ligamen dan otot di sekitar punggung, yang berkontribusi pada nyeri punggung (Molina-García et al., 2019).

Wanita dengan paritas tinggi cenderung mengalami penurunan tonus otot di area punggung dan perut akibat stres berulang pada otot selama kehamilan sebelumnya. Hal ini dapat menyebabkan nyeri punggung saat kehamilan berikutnya (Kraus, 2015).

Berdasarkan asumsi peneliti, dpaat disimpulkan bahwa parotas berhubungan dengan nyeri punggung ibu hamil. Semakin tinggi paritas ibu hamil, semakin besar resiko terjadinya nyeri punggung.

Hasil uji statistic pada tabel 5 diperoleh *p-value* 0.001, disimpulkan secara statistic ada hubungan yang signifikan antara indeks masa tubuh dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian (Lestari, 2020) yang menemukan bahwa ibu hamil dengan kelebihan berat badan cenderung mengalami nyeri punggung saat

hamil. Ini menunjukkan bahwa imt berhubungan dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil.

Wanita dengan IMT overweight umumnya memiliki berat badan yang lebih besar, dan ini dapat menyebabkan beban tambahan pada tulang belakang dan sistem pendukungnya. Beban ekstra ini dapat menyebabkan tekanan pada struktur punggung, termasuk otot dan ligamen, yang pada akhirnya menyebabkan nyeri punggung (Carvalho et al., 2017).

IMT overweight lebih mungkin mengalami kelainan pada struktur tulang belakang, seperti skoliosis (penyimpangan pada tulang belakang). Penyakit ini dapat menyebabkan tekanan tambahan pada tulang belakang dan berkontribusi pada nyeri punggung saat kehamilan (Carvalho et al., 2017).

Peneliti berasumsi bahwa indeks masa tubuh mempengaruhi terjadinya nyeri punggung ibu hamil karena ideks masa tubuh overweight cenderung memiliki perubahan postur karena berat badan yang lebih besar. Postur yang buruk atau tidak baik dapat menyebabkan ketegangan pada punggung dan menyebabkan nyeri.

Kelebihan berat badan dan distribusi lemak yang tidak seimbang dapat menyebabkan tekanan tambahan pada tulang belakang dan sistem muskuloskeletal, menyebabkan ketegangan pada punggung otot-otot, dan mempengaruhi postur tubuh. Perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan juga dapat mempengaruhi nyeri punggung pada wanita dengan IMT yang tinggi. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk menjaga berat badan yang sehat dan berdiskusi dengan profesional kesehatan untuk mengurangi risiko nyeri punggung selama kehamilan.

Berdasarkan hasil uji regresi logistic pada tabel 6 dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat empat variabel yang berhubungan dengan kejadian nyeri punggung pada ibu hamil di desa karang raharja tahun 2023 yaitu variabel usia, pekerjaan, paritas dan indeks masa tubuh.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel yang paling dominan berhubungan dengan nyeri punggung pada ibu hamil di desa karang raharja tahun 2023 adalah variabel paritas dengan koefisien sebesar 0.009 nilai  $p=0.002$  dan  $OR=16.234$

yang berarti responden dengan paritas kehamilan pertama memiliki peluang sebesar 16.234 kali tidak terkena nyeri punggung dibandingkan dengan responden yang melahirkan lebih dari 1.

Setiap kehamilan menyebabkan perubahan fisik pada tubuh wanita, termasuk perubahan pada tulang belakang, ligamen, dan otot-otot pendukung punggung. Jumlah kehamilan yang lebih tinggi atau paritas yang tinggi mengakibatkan lebih banyak perubahan fisik pada tubuh, yang akhirnya meningkatkan risiko nyeri punggung.

Beban berulang pada sistem muskuloskeletal selama setiap kehamilan dapat menyebabkan kelelahan dan tekanan yang meningkat pada punggung, yang berkontribusi pada nyeri. Selain itu, perubahan postur tubuh yang lebih sering terjadi pada paritas tinggi, karena pertumbuhan rahim dan penambahan berat badan secara berulang, dapat mempengaruhi distribusi beban pada tulang belakang dan menyebabkan ketegangan pada otot-otot punggung.

#### **IV. CONCLUSION**

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada hubungan antara usia dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil
2. Ada hubungan antara pekerjaan dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil
3. Ada hubungan antara paritas dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil
4. Ada hubungan antara indeks masa tubuh dengan kejadian nyeri punggung ibu hamil
5. Paritas ibu adalah variabel yang sangat mempengaruhi kejadian nyeri punggung.

Berdasarkan data tersebut Penting untuk diingat bahwa setiap individu dan kehamilan adalah unik, dan nyeri punggung dapat disebabkan oleh berbagai faktor kompleks. Karena itu, perawatan dan tindakan pencegahan yang tepat harus disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing ibu hamil untuk mengurangi risiko dan mengatasi nyeri punggung selama masa kehamilan.

## REFERENCES

- Cahyani, P. D. P. (2019). *Perbedaan Tingkat Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Sebelum dengan Sesudah Melakukan Prenatal Yoga di Klinik Bunda Setia*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Denpasar.
- Carvalho, M. E. C. C., Lima, L. C., de Lira Terceiro, C. A., Pinto, D. R. L., Silva, M. N., Cozer, G. A., & Couceiro, T. C. de M. (2017). Low back pain during pregnancy. *Brazilian Journal of Anesthesiology*, 67(3), 266–270. <https://doi.org/10.1016/j.bjan.2016.03.002>
- Dinas Kesehatan Kab. Bekasi. (2021). Profil Kesehatan Kabupaten Bekasi Tahun 2020. *Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi*, 2013–2015. <https://diskes.jabarprov.go.id/informasipublik/unduh/blJkd2IUQzI3VC9sTXpBejZBdndXZz09>
- Gozali, W., Astini, N. A. D., & Permadi, M. R. (2020). Intervensi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil di Desa Pengelatan. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 4(3), 134. <https://doi.org/10.23887/ijnse.v4i3.29368>
- Khafidhoh, M. (2016). *Hubungan Nyeri Pinggang Dengan Tingkat Kemampuan Aktivitas Ibu Hamil Trimester II dan III di Puskesmas Ciputat*. Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah.
- Kraus, H. (2015). *Backache, Stress, and Tension: Understanding Why You Have Back Pain and Simple Exercises to Prevent and Treat It* (Kindle).
- Lestari, P. L. P. (2020). *Kejadian Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Kelompok Indeks Massa Tubuh Selama Masa Kehamilan Di Kecamatan Leuwiliang*. Universitas Binawan.
- Mardiana, H. (2021). Perbedaan Penurunan Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Senam Hamil Dan Tanpa Senam Hamil Di Kecamatan Mojosari Mojokerto. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 9(1). <https://doi.org/10.47794/jkhws.v9i1.297>
- Molina-García, L., Hidalgo-Ruiz, M., Arredondo-López, B., Colomino-Ceprián, S., Delgado-Rodríguez, M., & Martínez-Galiano, J. M. (2019). Maternal age and pregnancy, childbirth and the puerperium: Obstetric results. *Journal of Clinical Medicine*, 8(5), 5–11. <https://doi.org/10.3390/jcm8050672>
- Prawirohardjo Sarwono. (2016). *Ilmu Kebidanan* (A. B. Saifudin, T. Rachimhadi, & G. H. Winkjosastro (eds.); Edisi Keem). P.T BINA PUSTAKA SARWANO PRAWIROHARDJO.
- Resmi, D. C., Saputro, S. H., & Runjati. (2017). Pengaruh Yoga terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kalikajar I Kabupaten Wonosobo. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(1), 1–10.
- Yazie, A. N. (2022). *Hubungan Usia Kehamilan, Paritas Dan Status Gizi Ibu Hamil Dengan Kejadian Nyeri Punggung Bawah Berdasarkan Oswestry Disability Index (ODI) Pada Ibu Hamil Di Klinik Wirahusada Medical Center Makassar 2022*. UIN ALAUDIN MAKASSAR.

## BIOGRAPHY

Dewita Rahmatul Amin, S.Tr.Keb., M.Tr.Keb Lahir di Tangerang, 30 Juli 1997. Dengan Latar Pendidikan Diploma III Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Bandung, Penulis melanjutkan ke Diploma IV Universitas Nasional Jakarta, dan melanjutkan ke Poltekkes Kemenkes Semarang sehingga meraih Magister Terapan Kebidanan. Pengalaman pekerjaan di Rumah Sakit Trimitra Cibinong (2019-2020), Praktek Mandiri Bidan, dan saat ini aktif menjadi dosen kebidanan di salah satu universitas swasta kabupaten bekasi. Adapun kegiatan atau pelatihan yang diikuti antara lain Baby Spa (2018), Pelatihan Penanganan Gawat Darurat Obstetri dan Neonatal (2018), Relawan Tanggap Bencana Pasca Tsunami Banten (2018), Course Training Program in Applied Thai Traditional Medicine Provided by center of Applied Thai Traditional Medicine, Mahidol University Thailand (2021), Public Speaking (2021), Hypnosoft Birthing with Prenatal Yoga (2022).