

## Prevalensi pola keluhan nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Kartasura

Tiara Fatmarizka<sup>1,\*</sup>, Dini Afriani Khasanah<sup>2</sup>, Neriya Arwida<sup>3</sup>, Mutalazimah<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>2</sup>Sarjana Fisioterapi, Program Studi Fisioterapi, Universitas Panca Bhakti, Pontianak, Indonesia

<sup>3</sup>Program studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>4</sup>Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>1</sup>tf727@ums.ac.id\*; <sup>2</sup>diniafrianikh@gmail.com; <sup>3</sup>neriyaarwida@gmail.com; <sup>4</sup>mutalazimah@ums.ac.id

\*Corresponding Author

Received: 19 Juli 2021; Accepted: 20 September 2021; Published: 1 November 2021

### ABSTRACT

Kehamilan merupakan suatu kondisi terjadinya adaptasi baik dari segi fisik, fisiologis maupun psikologis dalam tubuh wanita. Perubahan tersebut dapat menyebabkan keluhan musculoskeletal salah satunya yaitu nyeri punggung. Berdasarkan letaknya, nyeri punggung dibagi menjadi nyeri punggung bawah (*low back pain* atau LBP), nyeri pergelangan panggul (*pelvic girdle pain* atau PGP dan nyeri kombinasi keduanya (*lumbo pelvic pain* atau LPP). Mengetahui prevalensi keluhan nyeri punggung di suatu fasilitas kesehatan diperlukan sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dan tenaga kesehatan terhadap keluhan ini, sehingga dapat berperan aktif dalam usaha pencegahan dan pengobatan terhadap ibu hamil yang mengalami keluhan serta dapat meningkatkan kualitas hidup ibu hamil baik sebelum maupun setelah melahirkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi dari keluhan nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo, Jawa Tengah. Jenis metode penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif berupa observasional deskriptif. Dari hasil analisis univariat, di dapatkan hasil sebesar 18.6% responden mengeluhkan LBP, 64.3% mengeluhkan PGP dan sebanyak 17.1% mengeluhkan LPP.

### KEYWORDS

LBP;  
PGP;  
LPP;  
ibu hamil

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



### 1. Pendahuluan

Keluhan *musculoskeletal* pada ibu hamil dapat dipengaruhi oleh perubahan secara fisik, fisiologis maupun perubahan psikologis pada wanita selama masa kehamilan. Terjadinya peningkatan kadar hormon relaksin yang dapat menyebabkan ligamen di panggul lebih elastis (Sneag dan Bendo, 2007) serta dapat mempengaruhi fleksibilitas sendi pada ibu hamil (Casagrande et al., 2015). Selain itu, terjadi perkembangan ukuran uterus dapat menyebabkan pergeseran pusat gravitasi ke depan dan adaptasi umum sistem muskuloskeletal, terutama pada kerangka aksial (Casagrande et al., 2015) misalnya melemahnya dan hilangnya tonus dan kekuatan otot perut. (Sneag dan Bendo, 2007). Selanjutnya, hasil adaptasi mengarah pada kompensasi postural yang memicu perkembangan nyeri punggung bawah (LBP) dan nyeri gelang panggul (PGP) (Casagrande et al., 2015).

Nyeri punggung atau *back pain* pada ibu hamil mempunyai beberapa pola nyeri. Menurut penelitian yang dilakukan di Kanada pada tahun 2018 menyatakan bahwa klasifikasi nyeri punggung terdiri atas nyeri punggung bawah atau *low back pain* (LBP), nyeri bagian *pelvic* atau *pelvic girdle pain* (PGP) dan nyeri keduanya atau disebut dengan nyeri *lumbopelvic pain* (LPP) (Weis et al., 2018). Penetapan pola atau klasifikasian tersebut untuk *Pelvic Girdle Pain* nyeri yang dirasakan

lebih merujuk pada bagian daerah panggul, *Low Back Pain* terkait kehamilan lebih merujuk pada bagian punggung bawah dan nyeri *Lumbo Pelvic* ketika merasakan nyeri diantara kedua bagian panggul dan punggung bawah (Vleeming et al., 2008). PGP adalah salah satu masalah paling umum selama kehamilan. Sekitar 46-58% ibu hamil melaporkan PGP (Rost et al., 2004) dan PGP biasanya ditemukan selama trimester kedua dan ketiga (43,23%) (Carvalho et al., 2017) kehamilan (Katonis et al., 2011).

Nyeri punggung mempunyai prevalensi yang bervariasi, hal tersebut di buktikan dengan hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2018 dan 2019 yang menyebutkan bahwa sekitar 20%-90% ibu hamil mengeluhkan *nyeri punggung* di Kanada, Nepal, Amerika Serikat, Eropa dan beberapa bagian Afrika serta mengganggu aktivitas sehari – hari seperti berjalan dan duduk dengan durasi yang lama (Weis, et., al., 2018, Manyozo et al., 2019 dan Acharya, et al., 2019). Kasus nyeri punggung yang di alami oleh ibu hamil di Indonesia juga memiliki prosentasi yang tidak jauh berbeda dengan di beberapa negara lain. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Apriliyanti pada tahun 2015, sekitar 60% - 80% wanita mengeluhkan nyeri punggung pada saat kehamilannya (Mafikasari, 2015).

Di Indonesia, peran serta fasilitas kesehatan seperti Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas), poliklinik kesehatan desa (PKD), klinik pratama dan klinik bersalin berperan aktif sebagai pintu gerbang utama pelayanan kesehatan bagi ibu hamil. Selain itu, masih kurangnya data yang menyebutkan tentang keluhan nyeri punggung pada ibu hamil di fasilitas kesehatan menjadikan pentingnya dilakukan kajian – kajian terhadap keluhan tersebut, khususnya dengan menyajikan data tentang prevalensi diharapkan masyarakat maupun tenaga kesehatan lebih sadar akan keluhan ini sehingga dapat terus meningkatkan kualitas hidup wanita dalam menjalani aktivitas sehari – hari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi dari keluhan nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo, Jawa Tengah.

## 2. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif berupa observasional deskriptif dengan tujuan untuk mencari gambaran fenomena atau pola nyeri punggung pada ibu hamil di Puskesmas Kartasura. Penelitian ini dilakukan di 12 Poliklinik Kesehatan Desa (PKD) dibawah Puskesmas kecamatan Kartasura, Sukoharjo, Jawa Tengah. Desa yang termasuk yaitu PKD Pucangan, PKD Gonilan, PKD Pabelan, PKD Ngadirejo, PKD Ngabeyan, PKD Wirogunan, PKD Gumpang, PKD Makam Haji, PKD Ngemplak, PKD Kartasura, PKD Singopuran dan PKD Kertonatan. Populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 225 orang ibu hamil di Puskesmas Kartasura. Teknik pengambilan sample dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi, yaitu ibu hamil minimal berusia 18 tahun, berada pada trimester II dan III, serta bersedia mengikuti jalannya penelitian. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data *univariat* yang memiliki fungsi untuk mengetahui prevalensi dari setiap klasifikasi pola nyeri punggung dan memeriksa distribusi frekuensi antar variabel.

## 3. Hasil Penelitian

Hasil dari studi ini dapat dilihat pada tabel berikut:

**Table 1.** Karakteristik responden dan hasil studi

Karakteristik	f	%
<b>Usia ibu hamil</b>		
17 – 22 tahun	18	12.9 %
23 - 27 tahun	46	32.9 %
28 – 32 tahun	46	32.9 %
33 – 37 tahun	20	14.2 %
38 – 42 tahun	10	7.1 %
Jumlah	140	100%
<b>Pola keluhan nyeri</b>		
Low back pain (LBP)	26	18.6 %
Pelvic girdle pain (PGP)	90	64.3 %
Lumbo pelvic pain (LPP)	24	17.1 %
Jumlah	140	100 %

Di dapatkan data dari hasil analisis 140 responden dari ibu hamil di PKD Puskesmas Kartasura dengan rentang usia 17 - 42 tahun, responden terbanyak berasal dari rentang usia 23 – 32 tahun dengan prosentase sebesar 32.9 % dari keseluruhan responden. Rentang usia responden tersebut termasuk dalam kategori wanita usia subur (WUS), yaitu wanita yang memiliki rentang usia 15 – 49 tahun tanpa memperhitungkan status perkawinannya. WUS memiliki organ reproduksi yang masih berfungsi dengan baik antara umur 20 – 45 tahun (Novitasary, et al., 2013).

Dari hasil analisis univariat pada 140 responden ibu hamil di PKD Puskesmas Kartasura, di dapatkan hasil sebanyak 18.6 % responden mengeluhkan LBP, 64.3 % mengeluhkan PGP dan sebanyak 17.1 % mengeluhkan LPP. Hal ini sejalan dengan hasil beberapa literatur yang menyebutkan bahwa sekitar 17 % - 64 % wanita melaporkan PGP di seluruh dunia pada masa kehamilannya (Gutke et al., 2006, Mousavi et al., 2007, Starzec et al., 2019, Usman et al., 2017, Wu et al., 2004, Van De Pol et al., 2007, Ramachandra et al., 2015). Namun, hal ini berbeda pada penelitian yang dilakukan oleh Weis et al pada tahun 2018 di Ontario yang menemukan sebanyak 33.4% mengeluhkan LBP, 27.9% mengeluhkan PGP dan 30.7 % mengeluhkan LPP dari 287 responden yang terlibat (Weis, et al., 2018).

Perbedaan prosentase keluhan yang di laporkan di beberapa literatur memiliki berbagai macam faktor dan latar belakang yang menyertainya. Seperti studi yang dilakukan di Nepal, Iran dan India menyatakan kurangnya informasi, penilaian dan kualitas pelayanan antenatal dapat mempengaruhi kesadaran masyarakat akan pentingnya persepsi terhadap keluhan selama masa kehamilan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup selama kehamilan bahkan sampai setelah melahirkan (Mousavi et al., 2007, Shijagurumayum Acharya et al., 2019, Ramachandra et al., 2015, Tikmani et al., 2019).

Selain itu, peningkatan edukasi kesehatan pada keluarga yang memiliki ibu hamil juga dapat meningkatkan peran serta keluarga untuk memberikan dukungan pada ibu hamil (Anisafitri, et., al., 2016), sehingga apabila mengalami keluhan seperti nyeri punggung yang sudah mengganggu aktivitas sehari – hari dapat dengan cepat untuk mencari bantuan tenaga kesehatan serta dapat menghambat nyeri berkepanjangan serta penurunan kualitas hidup pada wanita.

#### 4. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan tingginya prevalensi keluhan nyeri punggung pada ibu hamil (17 % - 64.5 %) pada ibu hamil di Puskesmas Kartasura dengan berbagai macam pola yang di keluhkan, berupa LBP, PGP dan LPP.

#### 5. Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

#### 6. Daftar Pustaka

- ACHARYA, R. S., TVETER, A. T., GROTTLE, M., EBERHARD-GRAN, M. & STUGE, B. 2019. Prevalence and severity of low back-and pelvic girdle pain in pregnant Nepalese women. *BMC pregnancy and childbirth*, 19, 247.
- APRILIYANTI MAFIKASARI, R. I. K. (2014). POSISI TIDUR DENGAN KEJADIAN BACK PAIN (NYERI PUNGGUNG) PADA IBU HAMIL TRIMESTER III. *Surya*, 07(02).
- CARVALHO, M. E. C. C., LIMA, L. C., TERCEIRO, C. A. D. L., PINTO, D. R. L., SILVA, M. N., COZER, G. A. & COUCEIRO, T. C. D. M. 2017. Low back pain during pregnancy. *Brazilian Journal of Anesthesiology (English Edition)*, 67, 266-270.
- CASAGRANDE, D., GUGALA, Z., CLARK, S. M. & LINDSEY, R. W. 2015. Low Back Pain and Pelvic Girdle Pain in Pregnancy. *J Am Acad Orthop Surg*, 23, 539-49.
- GUTKE, A., OSTGAARD, H. C. & OBERG, B. 2006. Pelvic girdle pain and lumbar pain in pregnancy: a cohort study of the consequences in terms of health and functioning. *Spine (Phila Pa 1976)*, 31, E149-55.

- KATONIS, KAMPOUROGLOU, AGGELOPOULOS, KAKAVELAKIS, LYKOUDIS, MAKRIGIANNAKIS & ALPANTAKI 2011. Pregnancy-related low back pain. *HIPPOKRATIA*, 15, 205-210.
- MANYOZO, S. D., NESTO, T., BONONGWE, P. & MUULA, A. S. 2019. Low back pain during pregnancy: Prevalence, risk factors and association with daily activities among pregnant women in urban Blantyre, Malawi. *Malawi Med J*, 31, 71-76.
- MOUSAVI, S. J., PARNIANPOUR, M. & VLEEMING, A. 2007. Pregnancy related pelvic girdle pain and low back pain in an Iranian population. *Spine (Phila Pa 1976)*, 32, E100-4.
- RAMACHANDRA, P., MAIYA, A. G., KUMAR, P. & KAMATH, A. 2015. Prevalence of musculoskeletal dysfunctions among Indian pregnant women. *J Pregnancy*, 2015, 437105.
- ROST, C. C., JACQUELINE, J., KAISER, A., VERHAGEN, A. P. & KOES, B. W. 2004. Pelvic pain during pregnancy: a descriptive study of signs and symptoms of 870 patients in primary care. *Spine (Phila Pa 1976)*, 29, 2567-72.
- SNEAG, D. B. & BENDO, J. A. 2007. Pregnancy-related low back pain. *Orthopedics*, 30, 839-45; quiz 846-7.
- STARZEC, M., TRUSZCZYNSKA-BASZAK, A., TARNOWSKI, A. & RONGIES, W. 2019. Pregnancy-Related Pelvic Girdle Pain in Polish and Norwegian Women. *J Manipulative Physiol Ther*, 42, 117-124.
- TIKMANI, S. S., ALI, S. A., SALEEM, S., BANN, C. M., MWENECHANYA, M., CARLO, W. A., FIGUEROA, L., GARCES, A. L., KREBS, N. F. & PATEL, A. Trends of antenatal care during pregnancy in low-and middle-income countries: Findings from the global network maternal and newborn health registry. *Seminars in perinatology*, 2019. Elsevier.
- USMAN, M. I., ABUBAKAR, M. K., MUHAMMAD, S., RABIU, A. & GARBA, I. 2017. Low back pain in pregnant women attending antenatal clinic: The Aminu Kano teaching hospital experience. *Ann Afr Med*, 16, 136-140.
- VAN DE POL, G., VAN BRUMMEN, H. J., BRUINSE, H. W., HEINTZ, A. P. & VAN DER VAART, C. H. 2007. Pregnancy-related pelvic girdle pain in the Netherlands. *Acta Obstet Gynecol Scand*, 86, 416-22.
- VLEEMING, A., ALBERT, H. B., OSTGAARD, H. C., STURESSON, B. & STUGE, B. 2008. European guidelines for the diagnosis and treatment of pelvic girdle pain. *Eur Spine J*, 17, 794-819.
- WEIS, C. A., BARRETT, J., TAVARES, P., DRAPER, C., NGO, K., LEUNG, J., HUYNH, T., & LANDSMAN, V. (2018). Prevalence of Low Back Pain, Pelvic Girdle Pain, and Combination Pain in a Pregnant Ontario Population. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, 40(8), 1038–1043. <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2017.10.032>
- WU, W.-H., MEIJER, O. G., UEGAKI, K., MENS, J., VAN DIEEN, J., WUISMAN, P. & ÖSTGAARD, H. 2004. Pregnancy-related pelvic girdle pain (PPP), I: Terminology, clinical presentation, and prevalence. *European Spine Journal*, 13, 575-589.