FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI NYERI PUNGGUNG BAGIAN BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER lll DI PUSKESMAS KENALI BESAR KOTA JAMBI

KARYA TULIS ILMIAH

OLEH:

Sonia

NIM: 22.10.15401.012

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA
STIKES KELUARGA BUNDA JAMBI
TAHUN 2025

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI NYERI PUNGGUNG BAGIAN BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER lll DI PUSKESMAS KENALI BESAR KOTA JAMBI TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH

Karya Tulis Ilmiah Ini diajukan sebangai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Kebidanan Program Diploma

OLEH:

Sonia

NIM: 22.10.15401.012

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA
STIKES KELUARGA BUNDA JAMBI
TAHUN 2025

STIKES KELUARGA BUNDA JAMBI
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA
Karya Tulis Ilmiah , Mei 2025

SONIA

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Kenali Besar Tahun 2025

xvi + 64 Halaman + 3 Bagan + 8 Tabel + 11 Lampiran

ABSTRAK

Nyeri punggung bagian bawah merupakan keluhan muskuloskeletal yang sering dialami oleh ibu hamil, terutama pada trimester III kehamilan, Kondisi ini di sebabkan oleh berbagai faktor ,termasuk perubahan biomekanik tubuh, umur dan usia kehamilan. Berdasarkan hasil data dari dinas kesehatan kota jambi di ketahui dimana tahun 2023 sebanyak 1113 ibu hamil. Sedangkan data cakupan penanganan obstetric pada ibu hamil resiko tinggi (Resti) berdasarkan wilayah puskesmas terbanyak pertama pada tahun 2023 yaitu Puskesmas kenali besar sebanyak 236 jiwa.

Penelitian ini Merupakan Penelitian Kuantitatif dengan Pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 104 ibu hamil dengan sampel penelitian yaitu 30 Sampel. Teknik pengambilan sampel yaitu *Sampel Minimal*.

Hasil Penelitian yang Telah Di dapatkan dari Analisis Data Menggunakan Uji statistik Uji *chi-square* Menujukan Bahwa ada Hubungan Umur Ibu Hamil dengan p<,0,035, ada Hubungan Usia Kehamilan dengan p< 0,000, dan Tidak ada Hubungan Aktivitas sehari- hari dengan p<0,484 Terhadap Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2025.

Dapat di simpulkan bahwa ada hubungan umur dengan kejadian nyeri punggung bagian bawah dan ada hubungan usia kehamilan dengan kejadian nyeri punggung bagian bawah dan Tidak ada hubungan Aktivitas sehari-hari dengan kejadian nyeri punggung bagian bawah di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2025, diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat di jadikan bahan acuan dan bacaan dalam meningkatkan wawasan dan pengetahuan ibu hamil serta dapat menurunkan angka kejadian nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil.

Daftar Bacaan:36 (2016-2024)
Kata Kunci :Umur,Usia Kehamilan,Aktivitas sehari-hari dan nyeri punggung

STIKES KELUARGA BUNDA JAMBI
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA
Karya Tulis Ilmiah , Mei 2025

SONIA

Factors Influencing Lower Back Pain in Third Trimester Pregnant Women at Kenali Besar Public Health Center in 2025

Xvi + 64 Pages + 3 Figures + 8 Tables + 11 Appendices

ABSTRACT

Low back pain is a common musculoskeletal complaint among pregnant women, particularly in the third trimester, due to biomechanical changes, age, and gestational age. Based on data from the Jambi City Health Department, 1,113 pregnant women were recorded in 2023. The highest coverage of obstetric care for high-risk pregnant women (risk) based on the first most populous primary healthcare center in 2023 was Puskesmas Kenali Besar with 236 cases, according to the city's health data.

This study is a quantitative research using a cross-sectional approach. The population consisted of 104 pregnant women, and the sample comprised 30 participants. The sampling technique used was the minimal sample method.

The results of the data analysis, conducted using the Chi-square statistical test, showed that there was a significant relationship between maternal age and the occurrence of lower back pain in third-trimester pregnant women ($p < 0.035$), a significant relationship between gestational age and the occurrence of lower back pain ($p < 0.000$), and no significant relationship between daily activities and the occurrence of lower back pain ($p < 0.484$) among third-trimester pregnant women at the Kenali Besar Health Center in Jambi City in 2025.

In conclusion, this study found a significant relationship between maternal age and lower back pain, a significant relationship between gestational age and lower back pain, and no significant relationship between daily activities and lower back pain in third-trimester pregnant women at the Kenali Besar Health Center in Jambi City in 2025. It is hoped that this study can serve as a reference and resource for increasing knowledge and awareness among pregnant women, thereby reducing the incidence of lower back pain during pregnancy.

Daftar Bacaan:36 (2016-2024)
Keywords: Age, Gestational Age, Daily Activities, Low Back Pain

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH
Karya Tulis Ilmiah ini telah di setujui untuk di persentasikan Dihadapan
Tim Penguji STIKes Keluarga Bunda Jambi.

Oleh:
Sonia
NIM: 22.10.15401.012

Disetujui oleh Pembimbing untuk di seminarkan dalam seminar
Karya Tulis Ilmiah

Pembimbing:



Sunarti lubis SST.SKM.,M.Keb
NIDN: 1014048002

Jambi, Mei 2025
Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma
STIKes Keluarga Bunda Jambi



Rosa Riya SKM,M.Kes
NIDN:1022018701

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui untuk dipresentasikan di hadapan Tim Penguji STIKes Keluarga Bunda Jambi

Oleh:
Sonia
NIM: 22.10.15401.012

Telah dipertahankan didepan penguji

Penguji I	Penguji II	Penguji III
Lusi Afriyani.S.S.T.,M.Tr.Keb	**Nisa Kartika Ningsih., S.Tr.Keb.,M.Keb**	**Sunarti Lubis SST.SKM.,M.Keb**
NIDN.0709039301	**NIDN.1010059701**	**NIDN. 1014048002**

Jambi, Mei 2025

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma
STIKes Keluarga Bunda Jambi

Rosa Riya SKM, M. Kes
NIDN. 1022018701

HALAMAN RIWAYAT HIDUP



A. Identitas Diri

Nama	: Sonia
Tempat/tanggal lahir	: Mangsang, 18 Oktober 2003
Agama	: Islam
Pekerjaan	: Mahasiswi
Alamat	: Jl Palembang- Jambi, Desa Peninggalan, Kec. Tungkal jaya , Kab. Musibayuasin

B. Riwayat Pendidikan

Tahun 2008-2009	: TK Tunas Harapan
Tahun 2010-2015	: SD Negeri 1 Mangsang
Tahun 2016-2018	: SMP N 4 TUNGKAL JAYA
Tahun 2019-2021	: SMA PGRI 268 PANGKALAN KERSIK

C. Orang Tua

Nama Ayah	: Mat sani
Pekerjaan	: Petani
Agama	: Islam
Alamat	: Jl Palembang- Jambi, Desa Peninggalan, Kec. Tungkal jaya , Kab. Musibayuasin
Nama Ibu	: Emah
Agama	: Islam
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga
Alamat	: Jl Palembang- Jambi, Desa Peninggalan, Kec. Tungkal jaya, Kab. Musibayuasin

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sonia
NIM : 22.10.15401.012

Judul Karya Tulis Ilmiah : Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil Trimester lll di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi tahun 2025

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Proposal ini adalah benar-benar hasil Karya saya sendiri dan bukan penjiplakan dari hasil karya orang lain,

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak dikemuadian hari terbukti didalam Karya Tulis ini ada unsur penjiplakan. Maka saya bersedia untuk bertanggung jawab sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jambi, Mei 2025

Sonia

KATA PENGANTAR

Penulis ucapkan panjatkan rasa syukur yang tak terhingga kehadirat Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul "***Faktor-Faktor yang mempengaruhi Nyeri Punggung Bagian Bawah ibu hamil Trimester lll di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi tahun 2025***".

Dalam karya tulis ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Silvia Mariana, SKM., M. Kes selaku Ketua STIKes Keluarga Bunda Jambi
2. Ibu Rosa Riya, SKM, M.Kes selaku Ketua Program Studi Kebidanan program Diploma STIKes Keluarga Bunda Jambi
3. Ibu Sunarti lubis SST. SKM., M. Keb selaku pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan serta dorongan dalam penyusunan proposal penelitian ini.
4. Ibu Lusi Afriyani S.S.T., M.Tr. Keb selaku penguji I yang telah memberikan masukan dan arahan.
5. Ibu Nisa Kartika Ningsih S.Tr. Keb., M.Keb selaku penguji II yang telah memberikan masukan dan arahan.
6. Seluruh staf dan Dosen STIkes Keluarga Bunda Jambi yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan.
7. Kepada bapak / Ibu di lokasi Puskesmas Kenali Besar
8. Kepada orang tua ayah, ibu, saudara saya dan keluarga, yang tak henti-hentinya memberikan kasih sayang do'a, dukungan dan semangat.

Penulis menyadari bahwa penyusunan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritikan dan saran penulis harapkan sebagai bahan untuk perbaikan.

Jambi, Mei 2025

Sonia

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Orang tua di rumah menanti kepulanganmu dengan hasil yang Membanggakan Jangan kecewakan mereka, simpan keluhmu,sebab letihmu tak sebanding dengan perjuangan mereka Menghidupimu.

Ika DF

Orang lain gak akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*.berjuanglah untuk diri sendiri walaupun gak ada yang tepuk tangan.kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa uang kita perjuangkan hari ini.

Gilang Ramadhani

PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang senantiasa memberikan kemudahan, , dan keberkahan bagi penulis untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan Karya Tulis Ilmiah ini untuk:

1. Cinta Pertama dan Panutanku, Ayahanda Mat Sani. Beliau memang tidak sempat meyelesaikan sekolahnya sampai ke jenjang perkuliahan karna adanya suatu halangan namun beliau mampu mendidik penulis, memberikan semangat dan motivasi tiada henti hingga penulis dapat menyelesaikan studinya .
2. Pintu surgaku,Ibunda Emah**.**Terima kasih sebesar-besarnya penulis berikan kepada beliau atas segala bentuk bantuan, semangat dan doa yang di berikan selama ini.Terimakasih atas Nasihat yang selalu di berikan meskipun Terkadang pikiran kita tidak sejalan,Terimakasih atas kesabaran dan kebesaran hati menghadapi penulis.ibu menjadi penguat dan pengingat paling hebat.terimakasih sudah menjadi tempatku berkeluh kesah bu.
3. Yang Terkasih kedua Saudariku Anissa dan Rohani dan ketiga Saudaraku, Antoni,Sopian,Sapei.Terimakasih sudah ikut serta dalam proses penulis menempuh Pendidikan selama ini ,Terimakasih atas semangat ,doa,dan cinta yang selalu di berikan kepada penulis.tumbuhlah menjadi versi paling hebat .
4. Kepada Dosen Pembimbing Ibu Sunarti Lubis SST.SKM.,M.Keb ,Dosen Penguji I Ibu Lusi Afriyani S.S.T.,M.Tr.Keb Dan Penguji II Ibu Nisa Kartika Ningsih S.Tr.Keb.,M.Keb Terimakasih ibu yang selama ini tulus dan ikhlas meluangkan waktunya menuntun dan pengarahkan penulis .Memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya agar penulis menjadi

lebih baik lagi. Terimakasih ibu semoga semoga ibu sehat selalu dan selalu di limpahkan kebahagiaan.

5. Kepada Seseorang yang tak kalah Penting Kehadirannya Irawan saputra. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, yang menjadi salah satu penyemangat karena selalu ada dalam suka maupun duka. Berkontribusi dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, baik tenaga, waktu, maupun moril kepada penulis. Terima kasih telah menjadi pendamping dalam segala hal menemani dan mendukung ataupun menghibur dalam kesedihan, mendengar keluh kesah, memberi semangat untuk pantang menyerah.
6. Teruntuk Dina Aulia fitri**,**Terimakasih telah menemani penulis dari mulai pengambilan data awal sampai penulis menyelesaikan penelitian dan Teman-Teman semuanya terima kasih atas segala motivasi, dukungan, pengalaman.waktu dan ilmu yang dijalani bersama selama 3 tahun perkuliahan. Terima kasih selalu menjadi garda terdepan di masa-masa sulit penulis. Terima kasih selalu mendengarkan keluh kesah penulis. Ucapan syukur kepada Allah SWT karena telah memberikan teman terbaik seperti kalian. See you on top, guys!
7. Terakhir,Untuk Diri Saya Sendiri Sonia**.** Terimakasih atas segala kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir karya tulis ilmiah ini. Terimakasih kepada diri saya sendiri yang sudah kuat melewati lika liku kehidupan hingga sekarang. Terimakasih pada hati yang masih tetap tegar dan ikhlas menjalani semuanya. Terimakasih pada raga dan jiwa yang masih tetap kuat dan waras hingga sekarang. Saya bangga pada diri saya sendiri! Kedepannya untuk raga yang tetap kuat, hati yang selalu tegar, Mari bekerjasama untuk lebih berkembang lagi menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
ABSTRAK ..... **ii**
ABSTRACT ..... **iii**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **iv**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **v**
HALAMAN RIWAYAT HIDUP ..... **vi**
HALAMAN PERNYATAAN ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR BAGAN ..... **xiii**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR SINGKATAN ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat Penelitian 7
E. Ruang Lingkup 8
BAB II KERANGKA TEORI
A. Pengertian Kehamilan 10
B. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III pada Kehamilan 12
C. Konsep Dasar Nyeri Punggung 19
D. Kerangka Teori 31
BAB III METODE PENELITIAN
A. Kerangka Konsep 32
B. Definisi Operasional 33
C. Hipotesis 33

D. Rancangan Penelitian 34
E. Populasi dan Sampel 35
F. Pengumpulan Data 35
G. Tempat Penelitian dan Waktu Penelitian 37
H. Pengolahan Data 37
I. Analisis Data 39
J. Alur Penelitian 39
K. Etika Penelitian 40

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian 42
B. Pembahasan 48

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 58
B. Saran 59

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori..... 31

Bagan 3.1 Kerangka Konsep..... 32

Bagan 3.2 Alur Penelitian..... 40

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional 33

Tabel 4.1 Gambaran Distribusi Frekuensi Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah 43

Tabel 4.2 Gambaran Distribusi Frekuensi Umur dengan Kejadian Nyeri Punggung 43

Tabel 4.3 Gambaran Distribusi Frekuensi Usia Kehamilan dengan Kejadian Nyeri Punggung 44

Tabel 4.4 Gambaran Distribusi Frekuensi Aktivitas Sehari-hari dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah 44

Tabel 4.5 Hubungan Umur dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III 45

Tabel 4.6 Hubungan Usia Kehamilan dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III 46

Tabel 4.7 Hubungan Aktivitas Sehari-hari dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III 47

DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*

LBP : *Low Back Pain*

IASP : *International Association for the Study of Pain*

HNP : Hernia Nukleus Pulposus

ANC : Antenatal care

SPSS : Statistical Packages For Social Science

DAFTAR LAMPIRAN

1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
2. Kuesioner Penelitian
3. Surat izin Pengambilan Data Awal Dinas Kesehatan Kota Jambi
4. Surat Balasan Dinas Kesehatan Kota Jambi
5. Data K1- K6 Dari Dinas Kesehatan Kota Jambi Tahun 2023
6. Surat Survey Awal di Puskesmas Kenali Besar
7. Data K5 – K6 di Puskesmas Kenali Besar Tahun 2025
8. Dokumentasi di Dinas Kesehatan Kota Jambi
9. Dokumentasi Survey Awal di Puskesmas Kenali Besar
10. Master Data Survey Awal di Puskesmas Kenali Besar
11. Lembar Master Tabel

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluhan ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung bagian bawah akibat kehamilan ditandai dengan gejala utamanya yaitu rasa nyeri atau perasaan tidak nyaman di daerah tulang belakang. Data *World Health Organization* menunjukan bahwa 33% ibu hamil trimester III di negara berkembang mengalami nyeri punggung bawah (Anggraika et al, 2019). Di Inggris sekitar 17,3 juta ibu hamil pernah menderita nyeri punggung bagian bawah, Berdasarkan *Journal Of Midwifery* yang dikeluarkan pada tahun 2020 menyatakan bahwa nyeri punggung bagian bawah adalah keluhan yang paling banyak terjadi pada kehamilan trimester III, dengan data dunia yaitu sebanyak 40.7% pada tahun 2020. Menurut data *World Health Organization* (2017) dalam penelitian Andarmoyo (2021) yang dilakukan di Australia menyatakan bahwa 80% dari ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung bagian bawah dengan prevalensi 36,6% mengalami nyeri ringan, 46% mengalami nyeri sedang dan 17,5% mengalami nyeri berat (Andarmoyo, 2021).

Jurnal Keperawatan Silampari yang dikeluarkan pada tahun 2020 menyatakan berbagai keluhan nyeri ekstrimitas bawah terjadi pada masa kehamilan trimester III. Nyeri punggung bagian bawah yang paling banyak dilaporkan, terjadin dengan presentase 60% hingga mencapai 90% pada ibu hamil trimester III dan merupakan salah satu penyebab angka kejadian

persalinan sesar berdasarkan data di Indonesia sejak tahun 2020 hingga tahun2021. Peningkatan hingga 90% merupakan urgensi yang perlu diberikan fokus lebih dalam penanganannya (Kurniati Devi, 2021).

Menurut *Kemenkes RI* tahun 2018, total seluruh ibu hamil di Indonesia sebesar 5.291.143 orang, sementara menurut Riskesdas ibu hamil yang berada di wilayah DKI Jakarta sebanyak 187.291 orang. Penelitian terkait nyeri punggung bawah selama masa kehamilan dilakukan di seluruh Indonesia, prevalensi yang dilaporkan bervariasi dari 54,2% hingga 76,7% dengan usia kehamilan 14 sampai 41 minggu yang mengalami nyeri sedang hingga berat (Purnamayanti & Utarini, 2020; Riansih, 2022).

Berdasarkan hasil profil data kesehatan tahun 2023 di provinsi jambi angka kejadian yang mengalami nyeri punggung bagian bawah pada saat kehamilan trimester lll sebanyak 236. Angka kejadian ini dihitung dari jumlah keseluruhan kunjungan ibu hamil Sebanyak 1.113 (Dinkes provinsi jambi,2023). Kemudian untuk cakupan ibu hamil trimester III terbanyak menurut wilayah puskesmas pada tahun 2023 yaitu Puskesmas Kenali Besar dengan sebanyak 1.178 ibu hamil trimester III.

Nyeri punggung bawah ibu hamil ditandai adanya ketidaknyamanan muskuloskeletal (Glinkowski et al., 2016). Adaptasi musculoskeletal mencakup: meningkatan berat badan, berpindahnya pusat berat tubuh karena membesarnya rahim, relaksasi serta mobilitas. Semakin besar instabilitas sendi sakroiliaka serta lordosis lumbal meningkat karena rasa sakit adanya kecenderungan pada otot memendek apabila otot abdomen meregang dan

menyebabkan ketidakseimbangan otot di sekitar panggul serta punggung bagian bawah, tegangan tambahan dirasa pada bagian atas ligament, nyeri punggung juga disebabkan oleh beberapa faktor Purnamasari, 2019).

Faktor-faktor yang berperan dalam meningkatkan risiko nyeri punggung pada ibu hamil. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah umur, usia kehamilan, dan aktivitas sehari-hari. Umur dapat mempengaruhi elastisitas otot dan daya tahan tubuh terhadap beban kehamilan. Usia kehamilan, khususnya pada trimester ketiga adalah periode di mana beban janin meningkat secara signifikan, menyebabkan tekanan lebih besar pada tulang belakang. Selain itu, aktivitas sehari-hari yang berat atau dilakukan dengan postur yang tidak ergonomis juga dapat memperparah nyeri punggung yang dialami (Fırtına Tuncer & Tuncer, 2021).

Umur 20-35 merupakan usia yang disarankan untuk hamil karena usia tersebut merupakan usia reproduksi sehat. Semakin bertambahnya umur, semakin bertambahnya perubahan neurofisiologis dan mengalami penurunan persepsi sensorik stimulus serta peningkatan ambang nyeri. Umur salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri. Wanita yang berusia lebih muda dianggap lebih sering mengalami nyeri sebagai efek perubahan hormonal selama kehamilan. Wanita tersebut lebih sensitif terhadap perubahan pada dirinya dan memiliki pandangan atau sikap yang berbeda bila dibandingkan dengan wanita yang berusia lebih tua (Tanjung, Sri Rejeki & Fitriani, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ulfah, 2019 bahwa umur ibu 20- 35 tahun sebagian besar mengeluhkan dengan tingkat nyeri punggung yang ringan dibandingkan dengan umur >35 tahun. Keluhan nyeri punggung muncul pada umur dekade kedua dan insiden tertinggi pada umur dekade kelima dan semakin meningkat hingga umur 55 tahun. Semakin bertambahnya umur sehingga terjadi penurunan sistem muskuloskeletal (Hidayati et al., 2020). Peningkatan frekuensi kejadian nyeri punggung bawah seiring dengan peningkatan umur berhubungan dengan proses penuaan. Sejalan dengan meningkatnya usia menyebabkan terjadi generasi yang jaringan menjadi jaringan parut, pengurangan cairan. Hal tersebut menyebabkan stabilitas pada tulang dan otot menjadi berkurang (Devi Triana et al., 2022).

Usia kehamilan 27 minggu, terdapat laporan sekitar 20-28 minggu disebut periode pertama rasa sakit muncul (Bryndal et al., 2020). Menurut penelitian Glinkowski et al., 2016 bahwa lordosis serta nyeri di trimester ketiga kehamilan paling tinggi dirasakan. Perbedaan fungsional secara signifikan pada wanita hamil trimester ketiga disertai gejala-gejala nyeri berat (Manyozo et al., 2019). usia kehamilan dengan pertumbuhan uterus yang menyebabkan perubahan postur tubuh, penambahan berat badan, pengaruh hormone relaksin terhadap ligament, riwayat nyeri punggung terdahulu, dan aktivitas sehari-hari hari (Wardani,2020).

Penelitian ini sejalan dengan teori Winarto (2017) uterus akan membesar pada bulan-bulan pertama di bawah pengaruh estrogen dan

progesteron yang kadarnya meningkat. Berat uterus normal lebih kurang 30 gram. Pada akhir kehamilan (40 minggu), berat uterus menjadi 1.000 gram. Perubahan tersebut meningkatkan tekanan pada lordosis lumbal dan tekanan pada otot paraspinal. Membesarnya rahim dan meningkatnya berat badan menyebabkan otot bekerja lebih berat sehingga dapat menimbulkan tegangan pada otot dan sendi (Winarto,2017).

Nyeri punggung dapat menimbulkan ketidaknyamanan selama kehamilan berlangsung seperti aktivitas sehari-harinya dapat berdampak negatif pada kemampuan ibu hamil dari perawatan diri, duduk, berjalan, dan aktivitas seksual. Keterbatasan fungsional dengan penurunan kualitas hidup serta penurunan produktivitas pada wanita hamil. Hasil didapatkan bahwa Nyeri punggung dapat menimbulkan ketidaknyamanan selama kehamilan berlangsung seperti aktivitas sehari-harinya dapat berdampak negatif pada kemampuan ibu hamil dari perawatan diri, duduk, berjalan, dan aktivitas seksual. Keterbatasan fungsional dengan penurunan kualitas hidup serta penurunan produktivitas pada wanita hamil. Hasil didapatkan bahwa wanita hamil memiliki kualitas hidup buruk karena aktivitas harian yang terbatas menimbulkan masalah pada mobilitas LBP selama kehamilannya (Manyozo et al., 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryanii et al., 2021 bahwa aktifitas sehari-hari dapat menimbulkan dampak negatif pada kualitas hidup ibu hamil karena terganggunya aktifitas fisik sehari-hari misalnya mengalami kesulitan menjalankan aktivitas sepeni berdiri setelah

duduk, berpindah dari tempat tidur, duduk terlalu lama, berdiri terlalu lama, membuka baju dan melepaskan baju, maupun mengangkat dan memindahkan benda-benda sekitar.

Menurut penelitian Salfany Try Nidya tahun 2018 terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian nyeri punggung bawah pada ibu hamil. Didapati intensitas aktivitas yang dijalani ibu hamil dengan kategori ringan sebesar 9,8%, kategori sedang 50,8%, dan kategori berat 39,2%. Sedangkan nyeri punggung bawah ringan dialami sebanyak 36 responden (29,5%), nyeri sedang 69 responden (56,6%) dan nyeri berat 17 responden (13,9%). Dengan hasil p-value sebesar 0,001 yang artinya terdapat hubungan antara aktivitas dengan nyeri punggung bawah.

Berdasarkan Survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Kenali Besar, didapatkan sebanyak 4 orang ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bagian bawah. Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "faktor-faktor yang mempengaruhi Nyeri Punggung bagian bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Kenali Besar tahun 2025".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan dan latar belakang, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Bagaimana faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III Di Puskesmas Kenali Besar tahun 2025?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kenali Besar kota Jambi tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui gambaran umur, usia kehamilan, aktivitas sehari – hari, dan ketidaknyamanan pada ibu hamil trimestrer III.

b. Diketahui hubungan umur terhadap kejadian nyeri punggung bawah selama kehamilan.

c. Diketahui hubungan usia kehamilan terhadap kejadian nyeri punggung bawah selama kehamilan.

d. Tidak di ketahui hubungan aktivitas sehari - hari terhadap kejadian nyeri punggung bawah selama kehamilan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan terkait faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil Trimester III.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman mengenai cara dan proses berfikir ilmiah. Khususnya mengenai faktor - faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu Hamil Trimester III.

b. Bagi Puskesmas Kenali Besar

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar dan masukkan bagi instansi terkait faktor - faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu Hamil Trimester III.

c. Bagi STIKes Keluarga Bunda Jambi

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai acuan bagi mahasiswa Prodi Kebidanan yang ingin meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu Hamil Trimester III.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan dan pedoman dalam penelitian selanjutnya dengan topik permaslahan yang sama, tetapi dengan variabel dan tempat yang berbeda.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini Telah dilakukan untuk mengetahui "Faktor-Faktor Yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil Trimester lll Di Puskesmas Kenali Besar Tahun 2025. Penelitian ini Telah dilakukan di Puskesmas Kenali Besar pada bulan Mei tahun 2025. Metode penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 104 ibu hamil Trimester III dangan sampel Penelitian yaitu 30 sampel. Teknik pengambilan sampel yaitu Teknik *simple random sampling.* Penelitian ini menggunakan uji *chi-square* dengan nilai (P-value<0,05) data diolah menggunakan *Statistical Packages For Social Science* (SPSS). Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu nyeri punggung bagian

bawah ibu hamil trimester III dan Variabel Independen yaitu umur, usia kehamilan, dan aktivitas sehari-hari pada ibu hamil trimester III.

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Pengertian Kehamilan

1. Kehamilan

Kehamilan adalah masa dimana terdapat janin di dalam rahim seorang perempuan. Masa kehamilan didahului oleh terjadinya pembuahan yaitu bertemunya sperma dengan sel telur (Syaiful, 2019). Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterine yang dimulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan. Lamanya kehamilan mulai dari ovulasi sampai partus normalnya kira-kira 280 hari (40 minggu) (Khairoh et al., 2019).

Kehamilan dimulai pada saat pembuahan, terjadi pada 14 hari sebelum periode menstruasi. Sejak masa konsepsi sampai dengan melahirkanm, lamanya kehamilan normal rata-rata 38-40 minggu atau 226-280 hari. Dapat disimpulkan bahwa kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterine, yang didahului dengan terjadinya pembuahan atau konsepsi. Yaitu bertemunya sperma dan sel telur dan berakhir sampai permulaan persalinan, lamanya kehamilan normal rata-rata 38-40 minggu atau 226-280 hari (Ahmadi. 2019).

2. Kehamilan Trimester III

Trimester tiga adalah periode kehamilan 3 bulan terakhir atau pada sepertiga masa kehamilan terakhir.

Trimester tiga merupakan periode kehamilan dari bulan ketujuh sampai sepuluh bulan (29-40 minggu) (Serri. 2015).

3. Ketidaknyamanan selama Kehamilan Trimester III

Ketidaknyamanan selama kehamilan trimester III adalah keadaan tidak nyaman yang dialami ibu hamil selama menjalani kehamilan trimester III yang disebabkan karena posisi dan ukuran bayi yang semakin membesar (Susanto, 2019). Memasuki trimester ketiga, panjang bayi dalam kandungan akan mencapai 34cm dan berat badannya lebih dari 1000gr. Sampai akhir trimester ketiga, panjang bisa mencapai 50-55cm dengan berat beragam yang bisa mencapai 4000gr, hal inilah yang menimbulkan berbagai keluhan. ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester III (Hidajati, 2019).

Nyeri punggung adalah salah satu rasa ketidaknyaman yang paling umum selama kehamilan. Nyeri punggung dapat terjadi karena adanya tekanan pada otot punggung ataupun pergeseran pada tulang punggung sehingga menyebabkan sendi tertekan (Rejeki, 2019).

4. Perubahan pada Trimester III

a. Perubahan Fisik

Payudara bertambah besar dan mulai keluar cairan kental berwarna kekuning-kuningan (kolostrum). Areola mamae menjadi lenih lebar dan berpigmen lebih gelap. Terlihat benjolan-benjolan kecil tersebar diseluruh areola yang disebut kelenjar montgomery. Pada akhir bulan ketujuh atau minggu ke- 28, ibu biasanya merasa sehat.

Namun kadang- kadang ia mengalami kesulitan pencernaan pada akhir bulan sembilan tau minggu ke-36, rahim ibu mulai mencapai daerah tulang rusuk dan ibu makin merasa tidak nyaman, khususnya ia makan dalam jumlah banyak pada malam hari. Karena beban di tubuh semakin berat, tulang belakang semakin ke arah depan sehingga ibu mengalami kesulitan ketika memiringkan tubuhnya saat berbaring dan duduk lama (Kurniati Devi, 2021).

b. Perubahan Psikologis

Pada tahap ini, ibu akan menyadari bahwa sebentar lagi janinnya akan segera lahir ke dunia dan hadir secara nyata di hadapan ibu. Seiring itu, biasanya timbul juga perasaan cemas, ketakutan, dan adanya masalah rumah tangga, akan membuat ibu semakin stres dan merasa belum siap menghadapi proses persalinan (Astuti, 2019).

B. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III Pada Kehamilan

Ada beberapa faktor penyebab yang membuat ibu hamil sangat rentan nyeri punggung bagian bawah pada trimester III, faktor itu antara lain:

1. Umur

Umur adalah lama waktu hidup atau sejak dilahirkan. Umur sangat menentukan status kesehatan ibu. Ibu hamil dikatakan beresiko tinggi apabila ibu hamil berusia dibawah 20 tahun atau lebih dari 35

tahun. Menurut Judha (2012). perbedaan perkembangan akan mempengaruhi respon terhadap nyeri. Perkembangan tersebut yaitu secara fisik dan organ-organ pada umur kurang dari 20 tahun belum siap untuk melaksanakan tugas reproduksi dan belum matang secara psikis. Umur muda atau kurang dari 20 tahun akan sulit mengendalikan nyeri (Yanti, 2010). Umur reproduksi lebih dari 35 tahun, fisik dan fungsi organ-organ tubuh terutama sistem reproduksi mengalami penurunan. Hal tersebut juga dapat menimbulkan respon kecemasan karena risiko kehamilan dan persalinan yang akan dihadapi. Kecemasan dalam kehamilan dapat meningkatkan stimulus intensitas nyeri (Afritayeni, 2017).

Umur yaitu variabel penting dalam memengaruhi nyeri setiap individu. Nyeri punggung ibu hamil dirasakan pada umur <20 tahun, karena ibu belum siap menghadapi kehamilan. Umur kehamilan antara 20-35 tahun dipastikan lebih banyak terjadi nyeri punggung terutama pada trimester III (Prawirohardjo, 2015). Pada umur >35 tahun degenerasi jaringan karena stabilitas tulang serta otot berkurang. Semakin tua, maka semakin tinggi risiko mengalami penurunan elastisitas tulang sehingga memicu timbulnya gejala nyeri pada punggung bawah (Andini 2015).

Pada umur 30 tahun mengalami degenerasi berupa kerusakan jaringan digantikan menjadi jaringan parut, serta pengurangan cairan karena stabilitas tulang serta otot berkurang. Semakin tua, maka

semakin tinggi risiko terjadi penurunan elastisitas tulang pemicu timbulnya gejala nyeri pada punggung bawah. Semakin bertambahnya umur seseorang, risiko mengalami nyeri punggung bawah semakin meningkat sebab terjadi kelainan pada diskus intervertebralis di umur tua (Rahmawati, 2021).

Nyeri *Low Back Pain* mulai dirasakan pada mereka yang berumur 30 tahun dan insiden tertinggi dijumpai pada umur 50 tahun Bahkan *Low Back Pain* semakin lama semakin meningkat hingga umur sekitar 55 tahun. Sejalan dengan meningkatnya umur akan terjadi degenerasi pada tulang dan keadaan ini mulai terjadi disaat seseorang berumur 30 tahun. Penggantian jaringan menjadi jaringan parut dan pengurangan cairan. Hal tersebut menyebabkan stabilitas pada tulang dan otot menjadi berkurang. Semakin tua seseorang, semakin tinggi risiko orang tersebut mengalami penurunan alastisitas pada tulang, yang menjadi pemicu timbulnya *Low Back Pain* (Harwanti et al., 2018).

2. Pekerjaan

Pekerjaan ibu dapat dihubungkan dengan kondisi keletihan yang dialami ibu. Menurut Yanti (2010) keletihan secara tidak langsung dapat memperburuk persepsi nyeri. Selain itu, keletihan menyebabkan sensasi nyeri semakin intensif dan menurunkan mekanisme koping.

3. Aktivitas sehari-hari

Pada ibu hamil menunjukkan hasil yang relevan bahwa *Low Back Pain* intens memiliki prevalensi tinggi dan membawa keterbatasan

penting pada aktivitas kehidupan sehari-hari ibu hamil, serta mengidentifikasi wanita yang lebih rentan terhadap kondisi ini. Ini perlu diperhatikan dengan kesehatan profesional untuk menyadari adanya ketidaknyamanan gejala di muskuloskeletal selama kehamilan, terutama nyeri punggung bawah, dan harus mempertimbangkan untuk mengatasi masalah ini terutama selama konsultasi prenatal/ANC rutin (Duarte et al., 2018).

Perubahan patologi dapat ditandai dengan adanya nyeri yang bertambah saat melakukan gerakan (nyeri gerak), dan adanya nyeri penekanan (nyeri tekan), kesalahan sikap misalnya cara duduk, cara berdiri, dan berjalan. Nyeri akan berkurang saat digunakan untuk berbaring (Sukeksi et al., 2018). Penelitian ini sesuai dengan penelitian (Omoke et al., 2021) bahwa beberapa pekerjaan rumah tangga seperti menyapu, mengepel, membersihkan, mengambil dan membawa ember berisi air, membelah dan memasak dengan kayu bakar, mengasuh anak, dan sebagainya, biasanya menekan daerah punggung bawah, dan dengan perubahan beban tubuh dan mekanik selama kehamilan dapat mudah mengendap dan memperburuk *Low Back Pain*.

4. Usia Kehamilan

Menurut penelitian Ulfah (2014) sebagian besar keluhan nyeri punggung ibu hamil terjadi pada trimester III. Penambahan usia kehamilan menyebabkan perubahan postur pada kehamilan sehingga terjadi pergeseran pusat gravitasi tubuh ke depan, sehingga jika otot

perut lemah menyebabkan lekukan tulang pada daerah lumbar dan menyebabkan nyeri panggung.

Bertambahnya umur kehamilan membuat ibu merasakan nyeri di punggung karena penekanan kepala dari bayi. Widyawati serta Shahrul (2013) menyebutkan bahwa terdapat pertimbangan pada usia kehamilan >22 minggu dengan keadaan janin serta plasenta sudah terbentuk lebih sempuma. Pertambahan berat badan ibu semakin meningkat seiring usia kehamilan bertambah menyebabkan titik berat ibu hamil mengalami perubahan, dudukan pada tulang panggul melemah, serta ibu mulai mengalami ketidaknyamanan karona perubahan tubuh (Amalia ot al., 2020).

Pada trimester ketiga keluhan diakibatkan oleh pembesaran perut, perubahan anatomis serta perubahan hormonal sehingga menyebabkan keluhan pada ibu hamil. Nyeri punggung ialah salah satu rasa tidak nyaman paling umum selama kehamilan menjelang bulan ke tujuh. Nyeri punggung bawah dialami ibu hamil akan mencapai puncak di minggu ke 24-28, tepat sebelum pertumbuhan abdomen mencapai di titik maksimum (Abdillah, 2019). Lordosis dengan progresif akibat kompensasi pembesaran uterus ke arah anterior, lordosis menggeser pusat daya berat ke belakang arah dua tungkai yaitu sendi skrollliaka (sakrokoksigis serta pubis) dengan meningkatkan mobilitasnya sehingga terjadi perubahan sikap ibu perasaan tidak nyaman di bagian bawah punggung terutama akhir kehamilan (Prawirohardjo, 2014).

Nyeri punggung pada kehamilan trimester III seiring membesarnya rahim karena terdapat pertumbuhan janin sehingga ftik berat tubuh lebih condong ke depan serta ibu hamil harus esuaikan posisi agar mempertahankan keseimbangan akibatnya tubuh berusaha menarik bagian punggung lebih ke belakang, tulang punggung bagian bawah pun lebih melengkung (lordosis) serta otot-otot tulang belakang memendek. Hal ini dikarenakan ketegangan otot-otot serta ligamen punggung menimbulkan sakit punggung serta sering dialami pada akhir kehamilan (Sintya Dewi et al., 2020).

Nyeri punggung bawah ibu hamil sangat umum dialami tetapi intensitas nyeri sangat relatif pada setiap individu karena banyak faktor. Nyeri punggung bawah sering terjadi pada umur kehamilan trimester III mengalami peningkatan intensitas bersamaan umur kehamilan semakin bertambah disebabkan pergeseran pusat gravitasi serta postur tubuh, berat uterus semakin membesar diatasi dengan melakukan aktivitas sehari-hari secara hati-hati serta dilakukan dengan benar supaya tidak terdapat kesalahan pada postur tubuh (Luciana, 2017). Pada kehamilan TM III, otot meregang atau akar saraf tertekan sehingga timbul rasa sakit, nyeri, tegangan, maupun rasa kaku pada area punggung bawah (Lailiyana, 2019).

5. Paritas

Paritas memengaruhi respon ibu terhadap nyeri. Ibu primigravida belum memiliki pengalaman tentang melahirkan dibanding ibu

multigravida. Ibu pertama kali melahirkan biasanya merasa stres atau takut menghadapi persalinan. Ibu multigravida sudah pernah melahirkan serta memiliki pengalaman nyeri saat melahirkan. Ibu dengan memiliki pengalaman melahirkan dapat merespon rasa nyeri (Bobak, 2015).

Masalah memburuk apabila otot-otot wanita lemah menyebabkan gagal menahan uterus atau rahim membesar. Tanpa sokongan, uterus mengendur sehingga membuat lengkung punggung semakin memanjang. Kelemahan otot abdomen umum dialami wanita grand multipara dengan tidak melakukan latihan. Pada wanita primigravida biasanya memiliki otot abdomen sangat baik sebab otot belum pernah mengalami peregangan sebelumnya. Keparahan nyeri punggung area bawah biasanya meningkat seiring dengan jumlah paritas (Veronica et al., 2021).

6. Riwayat Nyeri Punggung bagian bawah

Cara ibu merespon terhadap nyeri adalah akibat dari banyak kejadian nyeri selama rentan kehidupannya. Bagi beberapa orangnyeri masa lalu dapat saja menetap dan tidak terselesaikan, seperti nyeri berkepanjangan sehingga membuat ibu hamil mudah marah, menarik diri, bahkan depresi. Efek yang tidak diinginkan diakibatkan oleh pengalaman sebelumnya menunjukan pentingnya perawatan untuk waspada terhadap pengalaman masa lalu ibu terhadap nyeri tersebut. Jika nyeri teratasi dengan cepat dan dengan adekuat, maka ibu akan sedikit mengalami ketakutan terhadap nyeri dimasa mendatang dan

mampu mentoleransi lebih baik (Ummi Hani, 2020).

C. Konsep Dasar Nyeri Punggung

1. Pengertian Nyeri Punggung pada Kehamilan

Menurut *The International Association for the Study of Pain* (IASP), nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* (LBP) adalah nyeri pada daerah superior oleh garis transversal imajiner yang melalui ujung prosesus spinosus dari vertebra thorakal terakhir, daerah inferior oleh garis transversal imajiner yang melalui ujung processus spinosus dari vertebra sakralis pertama dan lateral oleh garis vertikal yang ditarik dari batas lateral spina lumbalis (Rinta 2013). Nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* pada kehamilan merupakan kondisi yang tidak mengenakkan akibat membesarnya rahim dan meningkatnya berat badan menyebabkan otot bekerja lebih berat sehingga dapat menimbulkan stress pada otot dan sendi (Tyastuti, 2016).

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual atau potensial. Keluhan sensori yang dinyatakan dapat berupa pernyataan seperti pegal dan linu sebagai salah satu keluhan dari nyeri (Muttaqin, 2013). Nyeri punggung selama kehamilan dapat timbul sebagai akibat ketidakseimbangan antara kerja otot postural dan otot fasis yang terdapat pada daerah lumbalis, sehingga dapat menyebabkan otot lumbalis cenderung memendek disertai hyperlordosis dari lumbal sedang otot abdomen cenderung lentur dan perubahan sikap tubuh dari

bertambahnya umur kehamilan karena berat berpindah kedepan akibat janin dalam kandungan semakin membesar dan juga di imbangi dengan adanya lordosis yang berlebihan pada lumbal.

Nyeri merupakan masalah yang sangat sering terjadi pada kehamilan khususnya pada trimester III kehamilan. Fenomena nyeri saat ini telah menjadi masalah kompleks yang didefinisikan oleh *intemational society for the study of pain* sebagai "pengalaman sensorik dan emosi yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial". Nyeri menyebabkan ketakutan dan kecemasan sehingga dapat meningkatkan stres dan perubahan fisiologis yang dratis selama kehamilan (Kurnial Devi Purnamasari, 2019).

Keluhan pada punggung atau keluhan musculoskeletal merupakan keluhan pada otot skeletal yang dirasakan dengan intensitas nyeri yang berbeda-beda, dari nyeri yang ringan sampai nyeri yang sangat sakit. Otot yang menerima beban statis secara berulang-ulang dan dalamwaktu yang lama dapat menyebabkan keluhan berupa kerusakan pada sendi, ligament dan tendon (Susanto & Endarti, 2019). *Low Back Pain* adalah nyeri pada punggung bawah yang berasal dari tulang belakang baik berupa otot, saraf atau organ yang lainnya yang diakibatkan oleh penyakit maupun aktivitas tubuh yang tidak baik. *Low Back Pain* yang timbul karena duduk lama merupakan kejadian yang sering terjadi karena banyaknya pekerjaan yang dilakukan dengan sikap duduk terlalu lama. Duduk lama yang salah dapat menyebabkan

otot punggung kaku sehingga dapat merusak jaringan disekitarya. Bila kondisi tersebut berjalan dalam waktu yang lama akan menyebabkan penekanan pada bantalan saraf di tulang belakang sehingga dapat menyebabkan *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP) (Harwanti et al., 2018).

Menurut penelitian dari (Rahmawati, 2021) bahwa *Low Back Pain* ialah salah satu gangguan muskuloskeletal akibat ergonomi salah. Nyeri punggung bawah sebagai nyeri terlokalisasi antara batas costae serta lipatan *gluteaus inferior* berlangsung selama lebih dari sehari dengan nyeri kaki atau mati rasa tetapi tidak termasuk rasa sakit seperti menstruasi dan kehamilan (Fujii et al., 2019). Serangan nyeri bersifat akut menjalar pada bokong serta paha. Serangan terjadi di daerah punggung bawah terasa kaku serta sakit. Hal ini disebabkan terlalu sering meregangkan otot berulang atau cedera berkelanjutan pada waktu tertentu (Mentari, 2019).

Nyeri punggung merupakan salah satu ketidaknyamanan yang paling umum dirasakan oleh ibu hamil trimester III selama masa kehamilan. Gejala nyeri punggung terjadi disebabkan hormon relaksin meningkat selama kehamilan sehingga persendian tulang panggul (simfisis pubis, sakroiliaka, & sakrokosigeal) merenggang karena persiapan melahirkan disebabkan adanya ketegangan otot punggung serta paha. Hal ini dapat meningkatkan risiko terjadinya nyeri (Sintya Dewi et al., 2020).

Nyeri punggung bagian bawah ialah gangguan umum pada ibu hamil, serta memiliki riwayat "sakit punggung" pada masa lalu. Gejalanya

terjadi di umur kehamilan di atas 7 bulan serta nyeri dipunggung bagian bawah, kadang menyebar ke bokong serta paha, sampai turun ke kaki sebagai siatika. Beberapa faktor dapat memengaruhi nyeri punggung bawah pada ibu hamil seperti 1) Berat badan serta fisiologi tulang belakang meningkat (Schroder et al, 2015). 2) Tulang belakang meningkat pada kelengkungan menjelang trimester akhir dan mengalami perubahan postur tubuh ibu hamil (Yoo, Shin & Song, 2015).

2. Klasifikasi

Nyeri punggung bawah terdapat 2 klasifikasi yaitu:

a. Nyeri punggung bawah akut

Terjadi pada waktu kurang dan 12 minggu ditandai rasa nyeri menyerang secara tiba-tiba tetapi dapat hilang atau sembuh. Nyeri ini disebabkan uka uka traumatik misalnya miss kecelakaan mobil atau terjatuh. dapat hilang sesaat kemudian. Kejadian tersebut dapat merusak jaringan, melukai otot, ligamen serta tendon. Kecelakaan serius seperti fraktur tulang daerah lumbal serta spinal dapat sembuh. Sampai saat tahun (Rahmawati, 2021). Sejalan bahwa penatalaksanan awal nyeri punggung akut fokus pada istirahat serta pemakaian analgesik (Mentari, 2019).

b. Nyeri punggung bawah kronik

Terjadi saat lebih dari 3 bulan dengan nyeri berulang atau kambuh kembali serta kesembuhan butuh waktu lama. Nyeri punggung bawah kronik disebabkan osteoarthritis, rheumatoidarthritis, proses

degenerasi discus intervertebralis, serta tumor (Rahmawati, 2021).

3. Etiologi

Menurut *The International Association for the Study of Pain* (IASP), nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* (LBP) adalah nyeri pada daerah superior oleh garis transversal imajiner yang melalui ujung prosesus spinosus dari vertebra thorakal terakhir, daerah inferior oleh garis transversal imajiner yang melalui ujung processus spinosus dari vertebra sakralis pertama dan lateral oleh garis vertikal yang ditarik dari batas lateral spina lumbalis (Rinta 2013). Nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* pada kehamilan merupakan kondisi yang tidak mengenakkan akibat membesarnya rahim dan meningkatnya berat badan menyebabkan otot bekerja lebih berat sehingga dapat menimbulkan stress pada otot dan sendi (Tyastuti, 2016).

Menurut Brayshaw (2019) faktor predisposisi nyeri punggung bawah (NBP)pada masa kehamilan antara lain:

a. Penambahan berat badan secara drastic

NPB terjadi pada ibu hamil trimester III karena merupakan nyeri yang terjadi akibat perubahan postur yang terjadi akibat penambahan beban kandungan yang semakin besar yang menyebabkan pertambahan sudut lengkungan tulang belakang. Pertambahan sudut lengkungan menyebabkan fleksibilitas dan mobilitas dari lumbal menjadi menurun. Nyeri punggung bawah kadang akan menyebar sampai ke panggul paha dan turun ke kaki, kadang akan

meningkatkan nyeri tekan di atas simpisis pubis. Nyeri tersebut bisa muncul seiring dengan pertambahan berat badan

b. Pertumbuhan uterus yang menyebabkan perubahan postur

Pada masa kehamilan seiring dengan membesarnya uterus, maka pusat gravitasi akan berpindah ke arah depan sehingga ibu hamil harusm menyesuaikan posisi berdirinya, dimana ibu hamil harus bergantung dengan kekuatan otot, penambahan berat badan, sifat relaksasi sendi, kelelahan serta postur sebelum hamil. Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa peregangan tambahan dan kelelahan pada tubuh, terutama pada bagian tulang belakang sehingga akan menyebabkan terjadinya sakit atau nyeri pada bagian punggung ibu hamil (Brayshaw, 2019).

c. Peregangan berulang

Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa peregangan tambahan dan kelelahan pada tubuh ibu hamil, terutama pada bagian tulang belakang, pelvis, dan sendi penahan berat, sehingga hal ini dapat menyebabkan rasa sakit dan nyeri pada bagian tersebut (Brayshaw, 2019).

d. Peningkatan kadar hormon estrogen terhadap ligament

Penyebab nyeri punggung bawah pada wanita hamil adalah adanya perubahan hormonal yang menimbulkan perubahan pada jaringan lunak penyangga dan penghubung *(connective tissue*) sehingga mengakibatkan menurunnya elastisitas dan fleksibilitas otot.

4. Patofisiologi

Patofisiologi terjadi nyeri punggung saat periode antenatal beragam, termasuk peningkatan beban di bagian belakang akibat dari berat total diperoleh selama kehamilan serta berat janin. Adanya perubahan hormonal wanita hamil pada sendi tulang belakang, sendi sakroiliaka, jaringan ikat serta mikrotrauma pada sendi sakroiliaka akibat kekuatan otot ekstensor batang untuk menyeimbangkan momen fleksi anterior oleh janin yang sedang tumbuh (Abdillah, 2019).

Selama kehamilan sendi di sekitar panggul dan punggung bawah ibu mengalami relaksasi akibat perubahan hormonal. Bertambah berat badan secara bertahap serta redistribusi pemusatan adanya pengaruh hormonal struktur otot selama kehamilan mengakibatkan perubahan postur tubuh ibu hamil. Perubahan sistem muskuloskeletal dialami saat umur kehamilan semakin bertambah dengan adaptasi mencakup meningkatnya berat badan, bergeser pusat berat tubuh karena pembesaran rahim, relaksasi serta mobilitas, Semakin besar instabilitas sendi sakroillaka serta peningkatan loriosis lumbal mengakibatkan rasa sakit (Kurniati Devi Pumamasari, 2019).

Posisi salah apabila berlangsung lama menyebabkan ketegangan area ligament serta otot sehingga kelelahan pada M. abdomanalis. Lordosis meningkat seiring uterus membesar berakibat sakit punggung lebih sering. Wanita lebih tua mengalami nyeri punggung bawah yang berat selama serta setelah hamil. Nyeri punggung menimbulkan kesulitan

berjalan (Indah Dewi Ridawati, 2020).

Pada masa kehamilan, rahim wanita akan mengalami pertambahan berat dan pembesaran karena adanya hipertrofi atau peningkatan ukuran sel dan pengaruh mekanis tekanan interior terhadap dinding rahim seiring perkembangan janin didalam kandungan. Sejalan dengan bertambahnya. berat badan secara bertahap selama kehamilan dan semakin membesarnya ukuran rahim menyebabkan postur tubuh dan cara berjalan wanita berubah secara mencolok. Jika ibu hamil tidak memberi perhatian penuh terhadap postur tubuhnya maka ia akan berjalan dengan ayunan tubuh kebelakang akibat peningkatan lordosis. Lengkung ini kemudian akan meregangkan otot punggung dan menimbulkan rasa nyeri (Abdillah, 2019).

5. Dampak nyeri punggung bawah

Dampak nyeri pungggung bawah dalam masa kehamilan adalah ibu akan mengalami gangguan tidur yang menyebabkan keletihan dan iritabilitas serta ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas.Terjadi relaksasi ringan dan peningkatan mobilitas sendi panggul normal selama masa kehamilan, pemisahan simpisis pubis, dan ketidakstabilan sendi sakroiliaka yang besar dapat menimbulkan nyeri nyeri dan kesulitan berjalan (Hani dkk, 2010).

Apabila nyeri punggung tidak segera diatasi, ini bisa mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pascapartum dan nyeri pumggung kronis yang akan lebih sulit

untuk diobati atau disembuhkan (Suryaningsih, 2017).

6. Manajemen Nyeri

1. Therapy farmakologi

Manajemen nyeri dengan metode farmakologi merupakan cara menghilangkan rasa nyeri dengan pemberian obat-obatan analgesia yang disuntikan melalui infus intravena, inhalasi pernafasan atau dengan blokade saraf yang menghantarkan rasa sakit. Syarat terpenting dalam tindakan ini adalah tidak membahayakan dan menimbulkan efek samping, baik bagi ibu maupun bayinya. Cara farmakologi adalah dengan pemberian obat-obatan paracatamol, NSAID, dan ibufrofen. Namun, jika dikonsumsi berlebihan dan secara terus menerus, akan meneyebabkan gangguan pada pertumbuhan janin(Suwondo dkk., 2017).

2. Therapy Non Farmakologi

Aktivitas fisik lebih bermanfaat untuk wanita hamil dengan meningkatkan olahraga saat kehamilan mampu mengurangi tingkat nyeri pada punggung bagian bawah.

a. Latihan memiringkan panggul atau *pelvic tilt* yaitu latihan yang bisa dilakukan di rumah dan mudah dilakukan. Latihan ini tidak dilakukan dengan posisi berbaring supaya menghindari terjadinya supine *hiotensive syndrome.* Tujuan latihan ini adalah memperkuat otot perut, otot gluteus maksimus, kemudian memperbaiki postur pada tubuh ibu (mengurangi hiperlordosis

ibu) dan mengurangi rasa sakit punggung (Ulfah & Wirakhmi, 2017)

b. Pilates sudah dikenal di beberapa Negara serta terbukti dapat membantu ibu hamil mempertahankan kebugaran maupun mempermudah saat proses persalinan, gerakan senam hamil lebih difokuskan di area otot-otot bermanfaat sebagai kebugaran untuk menurunkan nyeri punggung bawah serta berfungsi saat proses persalinan (Mardiana, 2021).

c. Gerakan sholat ialah salah satu bagian dari pelaksanaan senam ergonomis. Metode diterapkan untuk mengaktifkan bagian tubuh agar berfungsi optimal serta merangsang hormon dalam tubuh, misalnya endorfin atau lainnya. Dalam pelaksanaannya, gerakan shalat dilakukan dengan irama lambat. Penelitian yang dilakukan oleh Prof. Hasabor menunjukkan gerakan rukuk mempunyai manfaat luar biasa bagi wanita hamil yakni melenturkan sendi di tulang belakang. Pada ibu hamil, tulang belakang dapat menopang peningkatan berat badan seiring bertambahnya usia kehamilan dan janin mulai membesar mengakibatkan kekakuan pada sendi tulang belakang serta sering kali menyebabkan rasa tidak nyaman misalnya pegal-pegal pada gerakan membungkuk sehingga terdapat efek relaksasi (Meiranny et al., 2022)

d. *Prenatal massage* dapat mengurangi rasa ketidaknyamanan serta sakit di daerah punggung selama kehamilan, sebab prenatal

massage dapat mengurangi tingkat kelelahan serta membuat tubuh lebih berenergi dengan mengeluarkan hasil metabolisme dalam tubuh SSU limfatik serta sistem sirkulasi. Ketidaknyarmanan pada ibu hamil misalnya kram, ketegangan otot, serta kekauan otot dapat berkurang setelah diberikan pijatan sebab sirkulasi lebih lancar serta memudahkan kerja jantung maupun tekanan darah menyebabkan ibu hamil terasa lebih segar. Hormon endorphin dihasilkan ketika pemijatan membuat ibu menjadi lebih relax (Fithriyah, Rizki Dyah Haninggar, 2020).

e. senam hamil memberikan keuntungan mempertahankan maupun meningkatkan kesehatan fisik pada ibu hamil, memperlancar peredaran darah, mengurangi keluhan kram ataupun pegal-pegal, serta mempersiapkan agar pemafasan lebih baik, aktivitas otot maupun panggul dalam mempersiapkan proses persalinan (Fitriani, 2019).

f. *Herbal Therapy Compress Ball* dengan mengurangi nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil trimester III. Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Bacha et al., 2018) bahwa *Herbal Therapy Compress Ball* efektif dalam menurunkan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. *Herbal Therapy Compress Ball* efektif menurunkan nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil, dilakukan dengan durasi 20 menit dan frekuensi satu minggu sekali selama lima minggu dengan nilai p value

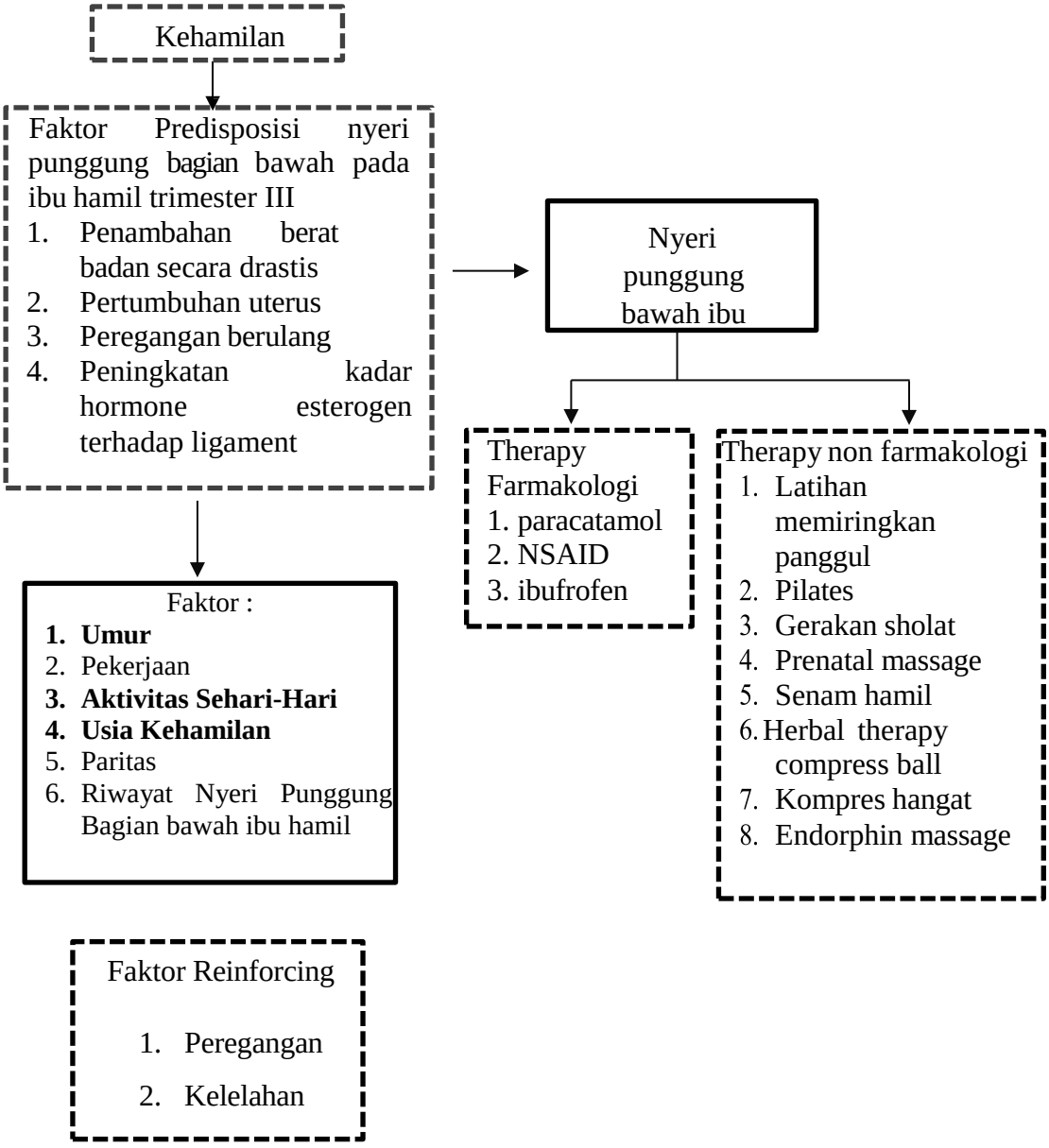
0,000 (Rafika, 2018). Penelitian Octavia (2018), *Herbal Therapy Compress Ball* memberikan efek yang signifikan terhadap penurunan nyeri punggung ibu hamil trimester III.

g. Kompres hangat merupakan salah satu strategi non fermakologi untuk mengatasi nyeri punggung bagian bawah . Penggunaan kompres hangat sangat direkomendasikan untuk masalah nyeri punggung karena mudah dilakukan dan tidak mengeluarkan banyak biaya untuk melaksanakannya. Kompres hangat dapat memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu (Tri 2018:6).

h. *Endorphin massage* yaitu pilihan pengobatan non farmakologis yang dapat meringankan nyeri punggung bagian bawah ibu hamil di trimester III.Sehingga bidan dapat memberikan pelayanan dengan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III yang mengalami keluhan nyeri punggung dengan memberitahu untuk melakukan teknik endorphin massage (Gozali et al., 2020).

D. Kerangka Teori

Bagan 2.1 Kerangka teori



Sumber: Potter & Perry (2015), (Saifuddin, 2020)

Keterangan:

: Variabel yang diteliti

: Variabel yang Tidak diteliti

BAB III

METODE PENELITIAN

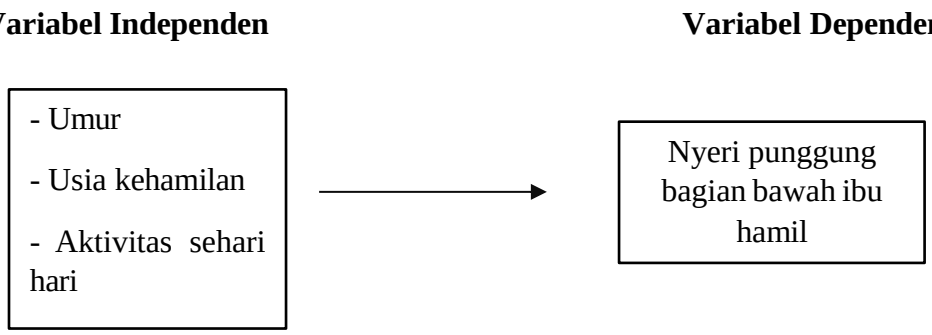
A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan visualisasi hubungan antara berbagai variabel, yang dirumuskan oleh peneliti setelah membaca berbagai teori yang ada dan kemudian menyusun teorinya sendiri yang akan digunakannya sebagai landasan untuk penelitiannya (Anggreni, 2022).

Variabel independen (variabel bebas) yaitu umur, usia kehamilan, aktivitas sehari-hari dan variabel dependen (variabel terikat) yaitu Nyeri punggung bagian bawah ibu hamil di Puskesmas Kenali Besar tahun 2025.

Berdasarkan tujuan penelitian dan tinjauan pustaka maka kerangka konsep dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagan 3.1 Kerangka Konsep



B. Definisi Oprasional

Definisi operasional adalah suatu batasan yang di beikan pada variabel-variabel yang di teliti, untuk mengarahkan kepada pengkuran yang bersangkutan serta pengembangan iinstrumen (Notoatmodjo,2018).

Tabel 3.1 Definisi Oprasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Umur	Umur adalah lamanya hidup responden di hitung sejak di lahirkan	Pengisian kuesioner	Kuesioner	a. Tidak beresiko =20-35 tahun b. Beresiko = <20 tahun >35 tahun	Rasio
2.	Usia Kehamilan	Usia kehamilan yang berada pada minggu ke-28 sampai dengan ke-40 di hitung dari hpht atau hasil USG	Melalui Pencatatan Buku KIA,rekam medis	Buku KIA,rekam medis	Usia kehamilan dalam minggu, dikategorikan menjadi: 1. Awal trimester III: 28-31 minggu. 2. Pertengahan: 32-35 minggu. 3. Akhir: 36-40 minggu	Rasio
3.	Aktivitas Sehari-hari	Tingkat kemampuan seseorang dalam melakukan kegiatan aktivitas sehari-hari	Pengisian Kuesioner	Kuesioner	1. Ketidakmampuan ringan dengan skor < 20 2. Ketidakmampuan berat dengan skor >20	Ordinal
4.	Nyeri punggung Bagian bawah ibu hamil	Sakit atau nyeri yang di rasakan responden pada saat ini di bagian punggung bawah	Pengisian Kuesioner	Kuesioner	1. 0 = Tidak Nyeri 2. 1-3 = Nyeri Ringan 3. 4-6 = Nyeri Sedang 4. 7-10 =Nyeri Berat	Nominal

C. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampel terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2013).

Hipotesis dalam penelitian dibagi menjadi dua yaitu hipotesis

alternatif (Ha) dan hipotesis Nol (Ho). Hipotesis alternatif (Ha) merupakan kalimat dugaan yang menyatakan hubungan antara dua atau lebih variabel. Sedangkan Hipotesis Nol (Ho) adalah kalimat yang menyatakan tidak adanya hubungan antara variabel-variabel atau menyangkal hipotesis alternatif. Berdasarkan kerangka konsep di atas maka hipotesis alternatif (Ha) dalam penelitian ini yaitu:

Ha : Terdapat hubungan faktor umur terhadap nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III

Ha : Terdapat hubungan faktor usia kehamilan terhadap nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III

Ho : Tidak Terdapat hubungan faktor aktivitas sehari-hari terhadap nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III

D. Rancangan Penelitian

Rancangan atau desain penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian yang menggunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Desain yang digunakan pada penelitian ini yaitu observasional, penelitian dimana peneliti tidak melakukan intervensi atau perlakuan terhadap variabel (Masturoh & Nauri, 2018) Penelitian ini dilakukan secara *cross sectional* adalah suatu penelitian dengan pendekatan atau pengumpulan data sekaligus pada individu/subjek pada waktu tertentu (Slamet riyanto, 2020).

E. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

   Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester III di Puskesmas kenali besar sebanyak 104 orang.

2. Sampel

   Sampel adalah sebagian dari populasi yang mewakili populasi yang diambil dengan teknik tertentu sebagai data empirik penelitian (Mukhid, 2021). Besar sampel dalam penelitian ini menggunakan sampel minimal yaitu 30 ibu hamil trimester III, dengan menggunakan *Teknik rendom sampling*.

F. Pengumpulan Data

Data tersebut dijadikan sebagai sumber selanjutnya dianalisis serta disimpulkan menjadi pengetahuan baru (Masturoh & Nauri, 2018). Metode pengumpulan data penelitian ini sebagai berikut:

1. Data Penelitian

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang didapat dari subjek penelitian dengan cara melakukan pengamatan, percobaan atau interview/wawancara. Cara untuk mendapatkan data primer biasanya melalui observasi/pengamatan langsung. subjek diberi lembar untuk

yang berisi pertanyaan diisi, pertanyaan yang ditujukan untuk responden (Sujarweni, Endrayanto, 2012: 21), Data primer pada penelitian ini yaitu memberikan kuesioner pada ibu hamil trimester III

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang tidak langsung diperoleh dari sumber pertama dan telah tersusun dalam bentuk dokumen tertulis. Data sekunder dapat diperoleh dari buku cetak, BPS (Sujarweni, Endrayanto, 2012; 21). Data sekunder dalam penelitian ini yaitu data kohort ibu hamil trimester IIl Di Puskesmas kenali besar.

2. Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara ialah tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih secara langsung atau percakapan dengan maksud tertentu (Hardani dkk, 2020). Wawancara menggunakan teknik pengumpulan data apabila peneliti melakukan studi pendahuluan agar menemukan permasalahan yang harus diteliti, serta apabila peneliti ingin menggali hal lebih mendalam dengan jumlah responden relatif sedikit. Wawancara bisa dilakukan secara terstruktur ataupun tidak sehingga dilakukan dengan cara tatap muka dengan alat komunikasi seperti telepon (Masturch & Nauri, 2018).

b. Alat Ukur

Kuesioner yakni teknik pengumpulan data dilakukan cara

memberikan sejumlah pertanyaan ataupun pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner ialah teknik efisien dalam pengumpulan data apabila peneliti mengerti variabel akan diukur serta jawaban sesuai harapan dari responden (Masturoh & Nauri, 2018). Kuesioner digunakan sebagai daftar periksa (checklist) serta skala penilaian dengan dibantu menyederhanakan serta mengukur perilaku maupun sikap responden (Hardani dkk, 2020).

G. Tempat Penelitian Dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat Penelitian ini di puskesmas Kenali Besar Jl. Lkr. Barat 3, Kecamatan Alam Barajo kota jambi

2. Waktu Penelitian

Waktu Penelitian dan Pengolahan data di mulai dari bulan April-Mei tahun 2025

H. Pengolahan Data

Pengolahan data yaitu bagian dari penelitian setelah melakukan pengumpulan data. Data mentah atau raw data sudah dikumpulkan serta diolah ataupun dianalisis menjadi informasi. Metode digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

a. Editing

Editing atau penyuntingan data yaitu tahapan dimana data telah dikumpulkan dari hasil pengisian kuesioner disunting kelengkapan jawaban. Apabila tahapan penyuntingan ditemukan ketidaklengkapan

saat pengisian jawaban, sehingga perlu dilakukan pengumpulan data ulang.

b. Coding

Coding yaitu yaitu kegiatan merubah data kedalam bentuk yang lebih ringkas dengan menggunakan kode-kode tertentu (Sugiyono, 2017). Pada variabel umür, Usia kehamilan, aktivitas sehari-hari dan kejadian nyeri punggung bagian bawah menggunakan kode "0" dan kode "1".

c. Entry Data

Data sudah melalui proses coding ataupun pengkodean kemudian dilakukan entery data ataupun proses memasukkan data ke program pengolahan data di komputer misalnya Ms. Excel atau SPSS (*Statistical Package for Social Sciences).*

d. Scoring

Scoring yakni memberikan nilai berbentuk angka pada jawaban pertanyaan sehingga memperoleh data (Swarjana, 2018). Hasil jawaban dari responden dihitung untuk mendapatkan hasil sesuai dengan kategori yang sudah ditentukan.

e. Tabulating

Tabulasi merupakan proses menyusun data sduah lengkap sesuai variabel yang dibutuhkan, kemudian dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi. Selanjutnya diperoleh hasil dengan cara perhitungan, nilai dimasukkan ke dalam kategori nilai sudah dibuat (Swarjana, 2018).

I. Analisis Data

Dalam menganalisi data dapat digunakan analisa data univarat dan bivarat yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variable penelitian. Analisa data dapat dilakukan dengan dua cara yaitu sebagai berikut:

1. Analisa Univariat

   Analisis univariat dalam penelitian Mini untuk mengetahui distribusi masing-masing variabel dan ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Pada penelitian ini analisis univariat dari umur, usia kehamilan, Aktivitas sehari-hari.

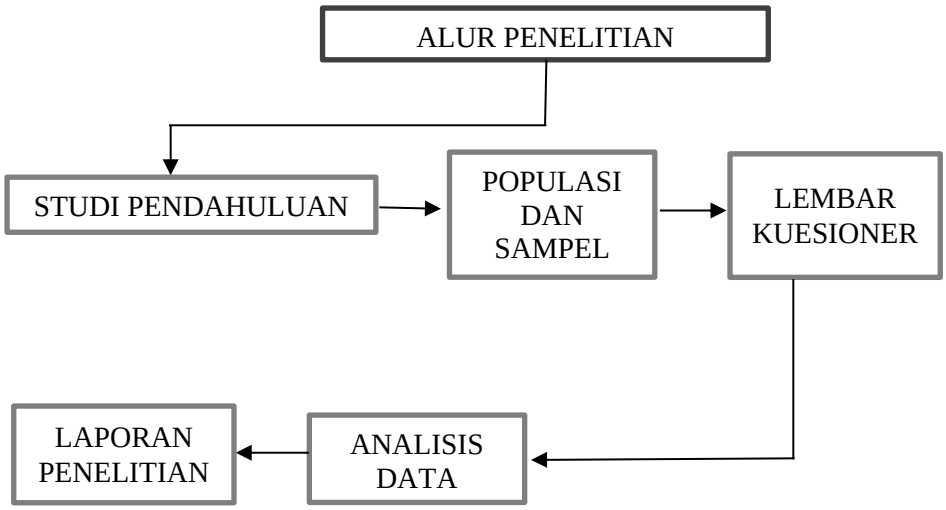
2. Analisa Bivariat

   Analisis bivariat dalam penelitian ini menguraikan faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III dengan umur, usia kehamilan, Aktivitas sehari- hari. Uji analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *chi-square*, karena tabel yang digunakan adalah tabel 2x2 dengan hasil jika p value < 0,05 maka terdapat hubungan antar variabel dan jika p value > 0.05 maka tidak terdapat hubungan antar variabel.

J. Alur Penelitian

Alur penelitian adalah tahapan atau langkah-langkah sistematis yang harus dilakukan oleh penelitian untuk mencapai tujuan penelitian. Alur ini dirancang untuk memastikan bahwa penelitian dilakukan dengan prosedur

yang terarah, Konsisten, dan dapat dipertanggung jawabkan (Sugiyono, 2017).



Bagan 3.2 Alur penelitian

K. Etika Penelitian

Menurut (Anggita dkk, 2018) semua penelitian yang dilakukan dengan melibatkan manusia sebagai subjek harus menerapkan prinsip dasar etika penelitian yaitu sebagai berikut:

a. Menghormati atau Menghargai Subjek (*Respect for Person*)

   Peneliti mempertimbangkan secara matang terhadap kemungkinan bahaya dan penyalahgunaan penelitian serta memberikan kebebasan kepada responden untuk memutuskan ketersediaannya menjadi partisipan dengan menyediakan informed consent.

b. Manfaat (*Beneficence)*

   Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat sebesar-besarnya bagi semua pihak yang terlibat, serta mengurangi

kerugian atau risiko bagi responden penelitian.

c. Tidak Membahayakan Subjek Penelitian (*Non Maleficence*)

Peneliti harus mempertimbangkan risiko serta kerugian bagi responden penelitian. Hal tersebut dilakukan dengan cara membuat desain penelitian sedemikian rupa yang minim kerugian sehingga tidak akan membahayakan responden penelitian.

d. Keadilan *(Justice)*

Makna keadilan dalam etika penelitian berarti tidak membeda-bedakan responden. Dalam penelitian ini, Peneliti menerapkan prinsip keadilan dalam etika penelitian yaitu harus menjamin responden penelitian memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama, tanpa membedakan agama, ras, dan lainnya.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

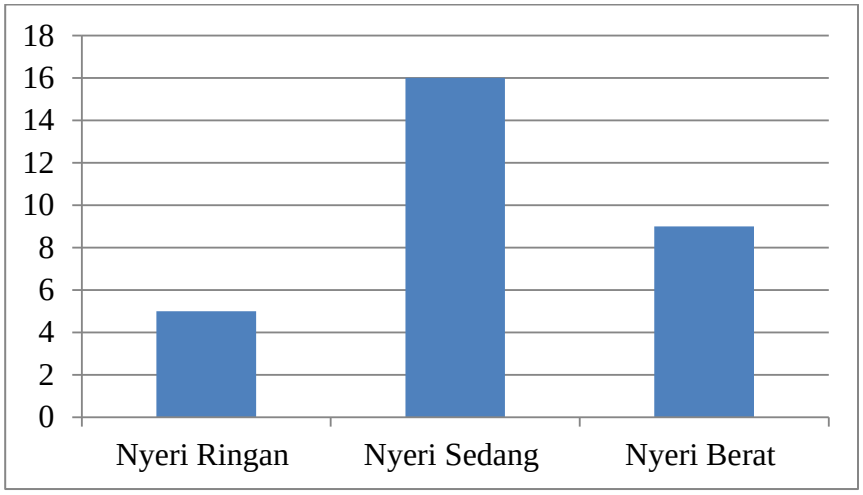
Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui "Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri punggung bagian bawah ibu hamil Trimester lll di puskesmas Kenali besar Kota Jambi tahun 2025" disajikan dalam bentuk presentase yang diperoleh dari hasil data sekunder dan penelitian ini menggunakan lembar kuesioner. Analisis dari penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dimana hasil penelitian akan terlihat dalam bentuk distrubusi yang menghubungakan antara variabel independent dan variabel dependen.

1. Analisis Univariat

a. Gambaran Distribusi Frekuensi Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah

Tabel 4.1

Gambaran Distribusi Frekuensi Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah ibu hamil TM III Di Puskesmas kenali besar



Berdasarkan table 4.1 dapat diketahui bahwa distribusi responden yang mengalami nyeri punggung ringan sebanyak 5 responden(16,7%) dan yang mengalami nyeri punggung sedang sebanyak 16 responden (53,3%) dan yang mengalami nyeri punggung berat sebanyak 9 responden (30,0%).

b. Gambaran Distribusi Frekuensi Umur Dengan Kejadian Nyeri punggung bagian bawah

Tabel 4.2

Gambaran Distribusi Frekuensi Umur dengan Kejadian Nyeri Punggung

NO	Umur	Frekuensi	Persen %
1	Tidak Beresiko	16	53.3%
2	Beresiko	14	46.7%
Total		30	100%

Berdasarkan table 4.2 dapat disimpulkan bahwa distribusi responden yang mempunyai umur tidak beresiko (20-35 tahun) sebanyak 16 responden (53.3%) dan umur beresiko (<20 dan >35 tahun) sebanyak14 responden (46,7%).

c. Gambaran Distribusi Frekuensi Usia Kehamilan dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah

Tabel 4.3

Gambaran Distribusi Frekuensi Usia Kehamilan dengan Kejadian Nyeri Punggung

NO	Usia kehamilan	Frekuensi	Persen %
1	Awal Trimester III	9	30,0%
2	Pertegahan Trimester III	14	46,7%
3	Akhir Trimester III	7	23,3%
	Total	30	100%

Berdasarkan table 4.3 Diperoleh kesimpulan bahwa distribusi responden yang usia kehamilan Awal Trimester III sebanyak 9 responden (30,0%) yang usia kehamilan pertengahan Trimester III sebanyak 14 responden (46,7%) dan yang usia kehamilan akhir Trimester III sebanyak 7 responden (23,3%) .

d. Gambaran Distribusi Frekuensi Aktivitas Sehari-hari dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah

Tabel 4.4

Gambaran Distribusi Frekuensi Aktivitas sehari-hari dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah

NO	Aktivitas Sehari-hari	Frekuensi	Persen %
1	Ketidak Mampuan Ringan	15	50,0%
2	Ketidak Mampuan Berat	15	50,0%
Total		30	100%

Berdasarkan table 4.4 Diperoleh kesimpulan distribusi responden yang mengalami aktivitas sehari-hari ketidak mampuan ringan

sebanyak 15 responden (50,0%) dan aktivitas sehari-hari dengan ketidak mampuan berat sebanyak 15 responden (50,0%).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Umur Dengan Kejadian Kyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III

Tabel 4.5

Hubungan Umur dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III

No	Umur	Nyeri punggung bagian bawah								Total		*P-value*
		Tidak Nyeri		Nyeri Ringan		Nyeri sedang		Nyeri berat				
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
1	Tidak Berisiko	0	0%	4	113,3%	5	16,7%	7	23.3%	16	53,3%	0,035
2	Berisiko	0	0%	1	3,3%	11	36,7%	2	6,7%	14	46,7%	
	Total	0	0%	5	16.7%	16	53,3%	9	30,0%	30	100%	

Berdasarkan Tabel 4.5 di atas di peroleh hasil bahwa Umur terhadap kejadian nyeri punggung di ketahui dari 30 responden ada 16 responden (53,3%) yang umurnya tidak beresiko yaitu 4 responden (13,3%) nyeri ringan, 5 responden (16,7%) nyeri sedang dan 7 responden (23,3%) mengalami nyeri berat sedangkan umur yang beresiko ada 14 responden (46,7%) terdapat 1 responden (3,3%) nyeri ringan,11 responden (36,7%) nyeri sedang,dan 2 responden (6,7%) yang mengalami nyeri berat. Berdasarkan hasil uji *chisquare* di peroleh p-value 0,035(p< 0,05) berarti dengan demikian dapat di simpulkan bahwa ada hubungan antara umur terhadap kejadian nyeri

punggung bagian bawah pada ibu hamil Trimester III.

b. Hubungan Usia Kehamilan Dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III

Tabel 4.6

Hubungan Usia Kehamilan Dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III

No	Usia Kehamilan	Nyeri punggung bagian bawah								Total		*P-value*
		Tidak Nyeri		Nyeri Ringan		Nyeri sedang		Nyeri berat				
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
1	Awal	0	0%	5	16,7%	4	13,3%	0	0,0%	9	30,0%	0,000
2	Pertengahan	0	0%	0	0,0%	11	36,7%	3	10,0%	14	46,7%	
3	Akhir	0	0%	0	0,0%	1	3,3%	6	20,0%	7	23,3%	
	Total	0	0%	5	16,7%	16	53,3%	9	30.0%	30	100%	

Berdasarkan Tabel 4.6 di atas di peroleh hasil bahwa Usia Kehamilan terhadap kejadian Nyeri punggung di ketahui dari 30 responden ada 9 responden (30,0%) yang usia kehamilan awal yaitu 5 responden (16,7%) nyeri ringan, 4 responden (13,3%) nyeri sedang dan 0 responden (0,0%) mengalami nyeri berat ,Sedangkan usia kehamilan pertengahan ada 14 responden (46,7%) terdapat 0 responden (0,0 %) nyeri ringan,11 responden (36,7%) nyeri sedang, dan 3 responden (10,0%) yang mengalami nyeri berat, sedangkan 7 responden (23,3%) yang usia kehamilan akhir yaitu 0 responden (0,0%) nyeri ringan, 1 responden (3,3%) nyeri sedang dan 6 responden (20,0%) mengalami nyeri berat. Berdasarkan hasil uji

chisquare di peroleh p-value 0,000 (p< 0,05) berarti dengan demikian dapat di simpulkan bahwa ada hubungan antara usia kehamilan terhadap kejadian nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil Trimester III.

c. Hubungan Aktivitas Sehari-hari Dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III

Tabel 4.7

Hubungan Aktivitas Sehari-hari Dengan Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III

No	Aktivitas Sehari-Hari	Nyeri punggung bagian bawah								Total		*P-value*
		Tidak Nyeri		Nyeri Ringan		Nyeri sedang		Nyeri berat				
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
1	Ringan	0	0%	2	6,7%	7	23,3%	6	20,0%	15	50,0%	0,484
2	Berat	0	0%	3	10,0%	9	30,0%	3	10,0%	15	50,0%	
	Total	0	0%	5	16,7%	16	53,3%	9	30,0%	30	100%	

Berdasarkan Tabel 4.7 di atas di peroleh hasil bahwa Aktivitas sehari-hari terhadap kejadian nyeri punggung di ketahui dari 30 responden ada 15 responden (50,0%) yang memiliki aktivitas sehari-hari ringan yaitu 2 responden (6,7%) nyeri ringan, 7 responden (23,3%) nyeri sedang dan 6 responden (20,0%) mengalami nyeri berat sedangkan Aktivitas sehari-hari berat ada 15 responden (50,0%) terdapat 3 responden (10,0 %) nyeri ringan, 9 responden (30,0 %) nyeri sedang, dan 3 responden (10,0%) yang mengalami nyeri berat. Berdasarkan hasil uji *chisquare* di peroleh p-value 0,484(p< 0,05)

berarti dengan demikian dapat di simpulkan bahwa tidak ada hubungan antara Aktivitas sehari- hari terhadap kejadian nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil Trimester III.

B. Pembahasan

Hasil Penelitian ini di peroleh selama masa penelitian pada bulan April-mei 2025 dengan sampel sebanyak 30 responden ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bagian bawah di Puskesmas Kenali besar tahun 2025.Penelitian ini di ambil secara *simple random sampling.* Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, alat ukur penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisis yang digunakan yaitu Analisis univariat dan bivariat anatar variabel dependen dan variabel independen yang terjadi mengenai "Faktor-Faktor yang memepengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil TM III Di Puskesmas Kenali Besar Tahun 2025".

1. Analisis Univariat

a. Gambaran Distribusi Frekuensi Nyeri Punggung Bagian Bawah

Berdasarkan table 4.1 dapat diketahui bahwa distribusi responden yang mengalami nyeri punggung ringan sebanyak 5 responden(16,7%) dan yang mengalami nyeri punggung sedang sebanyak 16 responden (53,3%) dan yang mengalami nyeri punggung berat sebanyak 9 responden (30,0%). Nyeri punggung bagian bawah (low back pain) adalah rasa nyeri, kaku, atau tegang yang dirasakan di area punggung bagian bawah, tepatnya di antara

batas bawah tulang rusuk dan lipatan bokong. Nyeri ini dapat disertai atau tidak disertai penjalaran ke tungkai bawah. Berdasarkan durasinya, nyeri ini diklasifikasikan menjadi akut (kurang dari 6 minggu), subakut (6-12 minggu), dan kronis (lebih dari 12 minggu). Low back pain dapat disebabkan oleh gangguan otot, tulang belakang, saraf, atau organ dalam, dan merupakan salah satu penyebab utama disabilitas global.(Maher, C., Underwood, M., & Buchbinder, R.2017).

b. Gambaran Distribusi Frekuensi Umur Ibu Hamil Trimester III

Berdasarkan table 4.2 dapat disimpulkan bahwa distribusi responden yang mempunyai usia tidak beresiko (20-35 tahun) sebanyak 16 responden (53.3%) dan umur beresiko (<20 dan >35 tahun) sebanyak 14 responden (46,7%).Rasa nyeri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah umur,yang mengatakan bahwa seiring dengan bertambahnya umur seseorang maka toleransi terhadap nyeri akan meningkat.(Sholehati,T dan Kesasih,C.E dalam Amelia Andriani et.al 2023).

c. Gambaran Distribusi Frekuensi Usia Kehamilan Ibu Hamil Trimester III

Berdasarkan table 4.3 Diperoleh kesimpulan bahwa distribusi responden yang usia kehamilan Awal Trimester III sebanyak 9 responden (30,0%) yang usia kehamilan pertengahan Trimester III sebanyak 14 responden (46,7%) dan yang usia kehamilan akhir

Trimester III sebanyak 7 responden (23,3%). Faktor bertambahnya usia kehamilan, perubahan postur tubuh dan peningkatan berat badan janin memberikan beban tambahan pada tulang belakang dan otot punggung bawah. Pada trimester ketiga, prevalensi mencapai 47,8%, lebih tinggi dibandingkan dengan trimester pertama (28,3%) dan kedua (36,8%). Fitriani, S., & Nasution, E. Y.(2023).

d. Gambaran Distribusi Frekuensi Aktifitas Sehari-hari Pada Ibu Hamil Trimester III

Berdasarkan table 4.4 Diperoleh kesimpulan distribusi responden yang mengalami aktivitas sehari-hari ketidak mampuan ringan sebanyak 15 responden (50,0%) dan aktivitas sehari-hari dengan ketidak mampuan berat sebanyak 15 responden (50,0%). Aktivitas sehari-hari merupakan berbagai kegiatan rutin yang dilakukan individu dalam kehidupan sehari-hari seperti duduk, berdiri, berjalan, membungkuk, mengangkat barang, serta posisi tidur.Aktivitas yang dilakukan secara tidak ergonomis atau berlebihan dapat memicu atau memperburuk nyeri punggung bawah selama kehamilan (Casagrande et al., 2020).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Umur Ibu Hamil Terhadap Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah

Berdasarkan hasil penelitian Di Puskesmas Kenali Besar kota jambi diperoleh bahwa dari 30 responden ada 16 responden (53,3%)

yang umurnya tidak beresiko yaitu, 4 responden (13,3%) nyeri ringan, 5 responden (16,7%) nyeri sedang dan 7 responden (23,3%) mengalami nyeri berat sedangkan umur yang beresiko ada 14 responden (46,7%) terdapat 1 responden (3,3%) nyeri ringan,11 responden (36,7%) nyeri sedang,dan 2 responden (6,7%) yang mengalami nyeri berat. Berdasarkan hasil uji *chisquare* di peroleh p-value 0,035(p<0,05) berarti dengan demikian dapat di simpulkan bahwa ada hubungan antara umur terhadap kejadian nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil Trimester III.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan Penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Kurniati (2018) yang berjudul Hubungan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III bahwa usia dan nyeri punggung bawah yang menyatakan hasil sebanyak 30 responden masuk dalam penelitian, responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 20%, 50% mengalami nyeri sedang dan sebanyak 30% mengalami nyeri berat disertai dengan gejala penyerta dengan hasil nilai p-value(0,000). Kemudian penelitian ini sejalan oleh penelitian Mogren (2019) menemukan bahwa wanita hamil usia lanjut (>35 tahun) memiliki prevalensi lebih tinggi terhadap keluhan nyeri punggung bagian bawah terutama pada trimester ketiga kehamilan. Sementara itu, Wang et al. (2019) mengungkapkan bahwa usia merupakan faktor risiko utama dalam kejadian nyeri punggung bawah, terutama jika dikombinasikan seperti indeks mas kehamilan

multipara.

Pada ibu hamil usia muda (<20 tahun), otot dan ligamen cenderung belum matang sepenuhnya, sehingga adaptasi terhadap perubahan postur dan berat badan menjadi kurang optimal. Kondisi ini menyebabkan meningkatnya risiko terjadinya nyeri punggung bawah (Elkhapi et al., 2023).Sebaliknya, pada usia 20-35 tahun, yang merupakan usia reproduktif optimal, jaringan tubuh ibu cenderung berada dalam kondisi terbaik untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan biomekanik yang terjadi selama kehamilan. Oleh karena itu, risiko nyeri punggung bawah relatif lebih rendah dibandingkan kelompok usia lainnya (Sukeksi et al., 2018).Sementara itu, ibu hamil dengan usia >35 tahun lebih berisiko mengalami gangguan muskuloskeletal karena adanya penurunan elastisitas otot, ligamen, dan tulang belakang akibat proses penuaan. Usia ini juga berkaitan dengan peningkatan kejadian kondisi degeneratif seperti osteoartritis dan penurunan massa otot, yang turut meningkatkan kejadian nyeri punggung bagian bawah selama kehamilan (Kurniati, 2018; Novianty, 2022).

Berdasarkan penelitian yang telah di lakukan penulis ditemukan bahwa terdapat hubungan antara umur ibu hamil dengan kejadian nyeri punggung bagian bawah. Menurut peneliti menunjukkan bahwa adanya penurunan massa otot dan tulang belakang sehingga meningkatkan kejadian nyeri punggung bagian

bawah ibu hamil trimester III.

b. Hubungan Usia Kehamilan Ibu Hamil Terhadap Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah

Berdasarkan hasil penelitian di puskesmas kenali besar kota jambi di peroleh hasil dari 30 responden ada 9 responden (30,0%) yang usia kehamilan awal yaitu, 5 responden (16,7%) nyeri ringan, 4 responden (13,3%) nyeri sedang dan 0 responden (0,0%) mengalami nyeri berat ,Sedangkan usia kehamilan pertengahan ada 14 responden (46,7%) terdapat, 0 responden (0,0 %) nyeri ringan,11 responden (36,7%) nyeri sedang, dan 3 responden (10,0%) yang mengalami nyeri berat, sedangkan 7 responden (23,3%) yang usia kehamilan akhir yaitu 0 responden (0,0%) tidak nyeri,0 responden (0,0%) nyeri ringan, 1 responden (3,3%) nyeri sedang dan 6 responden (20,0%) mengalami nyeri berat. Berdasarkan hasil uji *chisquare* di peroleh p-value 0,000(p< 0,05) berarti dengan demikian dapat di simpulkan bahwa ada hubungan antara usia kehamilan terhadap kejadian nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil Trimester III.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh (Alfiana Novianty Yazir tahun 2022) terdapat hubungan yang signifikan antara usia kehamilan dengan kejadian nyeri punggung bawah dengan nilai p *value* 0,000 (p <0,05). Terdapat hubungan yang signifikan antara usia kehamilan dengan

kejadian nyeri punggung bawah dengan nilai p-*value* 0,000 (p <0,05). Kemudian menurut Penelitian ini sejalan dengan teori (Winarto 2017) uterus akan membesar pada Bulan-bulan pertama di bawah pengaruh estrogen dan progesteron yang kadarnya meningkat. Berat uterus normal lebih kurang 30 gram. Pada akhir kehamilan (40 minggu), berat uterus menjadi 1.000 gram. Perubahan tersebut meningkatkan tekanan pada lordosis lumbal dan tekanan pada otot paraspinal Membesarnya rahim dan meningkatnya berat badan menyebabkan otot bekerja lebih berat sehingga dapat menimbulkan tegangan pada otot dan sendi.Lalu menurut penelitian Alvionita et al. (2024) di Puskesmas Sumarorong, Kabupaten Mamasa, menunjukkan bahwa usia kehamilan merupakan salah satu faktor yang berhubungan signifikan dengan nyeri punggung bawah. Dari 138 ibu hamil yang diteliti, 50% dari mereka yang berada di trimester III mengalami nyeri punggung bawah. Uji statistik menunjukkan nilai p = 0,000, menandakan hubungan yang sangat signifikan antara usia kehamilan dan nyeri punggung bawah.

Seiring bertambahnya usia kehamilan, pusat gravitasi tubuh ibu bergeser ke depan karena pertumbuhan janin dan rahim yang membesar. Akibatnya, terjadi kompensasi postural berupa hiperlordosis lumbal, yang meningkatkan tekanan pada tulang belakang bagian bawah dan otot-otot pendukungnya. Hal ini menyebabkan nyeri punggung bawah, terutama pada trimester

ketiga.Franklin, M.E. & Conner-Kerr, T. (2023).

Berdasarkan penelitian yang telah di lakukan penulis bahwa usia kehamilan trimester III berperan penting terhadap meningkatnya kejadian nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil,akibat pertumbuhan janin dan Rahim yang membesar sehingga menyebabkan tegangan otot tulang belakang dan terjadinya nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III .

c. Hubungan Aktivitas sehari-hari Ibu Hamil Terhadap Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah

Berdasarkan hasil penelitian di puskesmas kenali besar kpta jambi di peroleh bahwa dari 30 responden ada 15 responden (50,0%) yang memiliki aktivitas sehari- hari ringan yaitu 2 responden (6,7%) nyeri ringan, 7 responden (23,3%) nyeri sedang dan 6 responden (20,0%) mengalami nyeri berat sedangkan Aktivitas sehari-hari berat ada 15 responden (50,0%) terdapat 3 responden (10,0 %) nyeri ringan,9 responden (30,0 %) nyeri sedang, dan 3 responden (10,0%) yang mengalami nyeri berat. Berdasarkan hasil uji *chisquare* di peroleh p-value 0,484 (p< 0,05). berarti dengan demikian dapat di simpulkan bahwa tidak ada hubungan antara Aktivitas sehari- hari terhadap kejadian nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil Trimester III.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh (Eka Arisanti 2018), menujukan bahwa tidak

ada hubungan antara aktivitas sehari-hari dengan kejadian nyeri punggung.data penelitian menujukan bahwa mayoritas Aktivitas sehari-hari dengan kejadian nyeri punggung bawah sebanyak 20 responden (55,6%) nilai p value 0,143 (p< 0,05). Kemudian penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh (Riska nur Sholikhah,2022) Dari hasil uji statistik pada penelitian ini, ditemukan bahwa variabel aktivitas sehari-hari tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian nyeri punggung bawah, sedangkan faktor yang berpengaruh adalah umur kehamilan dan kondisi fisiologis ibu.Penting diketahui bahwa banyak ibu hamil dengan aktivitas ringan maupun sedang tetap mengalami nyeri punggung yang sama beratnya dengan ibu yang lebih aktif secara fisik. lalu menurut penelitian(Nurmaliza et al,2021) Studi ini mengidentifikasi bahwa faktor-faktor seperti perubahan postur tubuh akibat pertumbuhan janin dan perubahan hormonal lebih dominan mempengaruhi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III dibandingkan dengan aktivitas sehari-hari.

Aktivitas sehari-hari memiliki peran ganda, bisa menjadi faktor protektif maupun faktor risiko tergantung pada jenis, durasi, dan cara pelaksanaannya. Aktivitas ringan seperti berjalan, melakukan peregangan, atau mengerjakan pekerjaan rumah secara bertahap justru dapat menjaga fleksibilitas otot dan mencegah kekakuan. Namun, aktivitas berulang dan berat seperti mengangkat barang,

membungkuk lama, atau berdiri terus-menerus dapat memperburuk kondisi punggung bawah ibu hamil (Bastiaenen et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang telah di lakukan penulis menyatakan bahwa rata-rata ibu hamil trimester III banyak yang tidak melakukan aktivitas sehari-hari yang berat seperti mencuci piring, memasak,menyetrika, mengangkat beban berat mereka lebih cendrung banyak istirahat dari pada melakukan aktivitas sehari-hari .

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan tentang "faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III Di puskesmas kenali besar kota jambi tahun 2025" maka dapat di simpulkan bahwa:

1. Diketahui Gambaran Distribusi nyeri punggung bagian bawah pada umur bahwa responden yang mempunyai umur tidak beresiko (20-35 tahun) sebanyak 16 responden (53.3%) dan umur beresiko (<20 dan >35 tahun) sebanyak14 responden (46,7%).
2. Diketahui Gambaran Distribusi nyeri punggung bagian bawah pada usia kehamilan responden yang usia kehamilan Awal Trimester III sebanyak 9 responden (30,0%) yang usia kehamilan pertengahan Trimester III sebanyak 14 responden (46,7%) dan yang usia kehamilan akhir Trimester III sebanyak 7 responden (23,3%).
3. Diketahui Gambaran Distribusi nyeri punngung bagian bawah pada aktivitas sehari-hari responden yang mengalami aktivitas sehari-hari ketidak mampuan ringan sebanyak 15 responden (50,0%) dan aktivitas sehari-hari dengan ketidak mampuan berat sebanyak 15 responden (50,0%).
4. Diketahui Distribusi ada hubungan antara umur dengan nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III dengan p-value = 0,035 (p<0,05) di

puskesmas kenali besar kota jambi tahun 2025.

5. Diketahui Distribusi ada hubungan antara usia kehamilan dengan nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III dengan p-value= 0,000 (p<0,05) di puskesmas kenali besar kota jambi tahun 2025
6. Diketahui Distribusi tidak ada hubungan aktivitas sehari-hari dengan kejadian nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III dengan p-velue=0,484 (p<0,05) di puskesmas kenali besar kota jambi tahun 2025.

B. Saran

1. Bagi Teoritis

   Diharapkan hasil penelitian ini untuk pengembangan ilmu pengetahuan tentang Faktor Faktor Yang Mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah Ibu Hamil trimester III.

2. Bagi Praktis

   a. Bagi Puskesamas kenali besar Kota Jambi

      Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi petugas kesehatan tentang meningkatkan pelayanan dan pengobatan yang dapat mencegah ibu hamil mengalami nyeri punggung bagian bawah .

   b. Bagi STIKes Keluarga Bunda Jambi

      Penelitian ini diharapkan Sebagai bahan referensi institusi untuk penelitian selanjutnya dan pengembangan bahan bacaan

   c. Bagi Peneliti

      Penelitian ini sebagai sarana untuk meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang faktor -faktor yang mempengaruhi nyeri

punggung bagian bawah ibu hamil trimester III dan syarat untuk menetapkan ilmu yang sudah didapat.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan referensi untuk melakukan penelitian terutama di bidang kesehatan. dengan variabel yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, F. (2019). Kehamilan, Janin, dan Nutrisi. Deepublish Astuti. 2019. Buku Pintar Kehamilan. Jakarta: EGC Anggreni, D. (2022). Metodologi Penelitian Kesehatan

Andarmoyo, S. (2021). *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri* (R. KR (ed.)). ArRuzz Media.

Abdillah, M. S. dan A. (2019). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga Di Puskesmas Bangkalan. *Nursing Update : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 1(2), 37–45. https://doi.org/10.36089/nu.v1i2.55

Alfiana Novianty Yazir. (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 Wirausada Medical Center Makassar Tahun 2022.

Amalia, A. R., Erika, & Dewi, A. P. (2020). Efektivitas Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. *Holistic Nursing and Health Science*, 3(1), 24–31. https://doi.org/10.14710/hnhs.3.1.2020.24-31

Casagrande, D., Gugala, Z., Clark, S. M., & Lindsey, R. W. (2020). Low back pain and pelvic girdle pain in pregnancy. *Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons*, 28(18), 695-703. https://doi.org/10.5435/JAAOS-D-19 -00629

Devi Triana, Henni Kumaladewi Hengky, & Ayu Dwi Putri Rusman. (2022). Pengaruh Lama Duduk Terhadap Kejadian Nyeri Punggung Bawah Pada Tukang Jahit Di Kota Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 5(2), 208–216. https://doi.org/10.31850/makes.v6i2.915

Duarte, V. M., Meucci, R. D., & Cesar, J. A. (2018). Severe low back pain among pregnant women in Southern Brazil. Ciencia e Saude Coletiva, 23(8), 2487–2494. https://doi.org/10.1590/1413-81232018238.22562016

Fithriyah, Rizki Dyah Haninggar, & R. S. D. (2020). Pengaruh Prenatal MassageTerhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III

(Di Desa Ceweng, Kecamatan Diwek, Kabupaten Jombang). *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 36–43

Fırtına Tuncer, S., & Tuncer, H. A. (2021). Solving an incomplete puzzle: risk factors of low back pain during pregnancy. *Ginekologia Polska*, 92(10), 714-719. https://doi.org/10.5603/GP.a2021.0117

Fitriani, S., & Nasution, E. Y. (2023). Pengaruh akupresur titik BL23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Darmais (JKD).*

Hani, Ummi dkk. 2019. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Fisiologis*. Jakarta: Salemba Medika

Hidayati, U., Sumiyarsi, I., & Nugraheni, A. (2020). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Baki Sukoharjo. *Komunikasi Kesehatan*, 11(2), 1–7.

.Harwanti, S., Ulfah, N., & Nurcahyo, P. J. (2018). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Low Back Pain (Lbp) ada Pekerja Di Home Industri Batik Sokaraja Kabupaten Banyumas. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 10(2), 109–123.

Khairoh, M., Rosyariah, A., & Ummah, K. (2019). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. CV.Jakad Publishing

Lailiyana, H. & S. W. (2019). Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III yang Dilakukan Back Exercise dengan dan Tanpa Kinesio Tapping Di Praktik Mandiri Bidan Dince Safrina Kota Pekanbaru Tahun 2019. 7(1).

Mardiana, H. R. (2021). Perbedaan Penurunan Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III dengan Senam Hamil dan Tanpa Senam Hamil di Desa Seduri Kecamatan Mojosari Mojokerto. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*,9(1). https://doi.org/10.47794/jkhws

Maher, C., Underwood, M., & Buchbinder, R. (2017). Non-specific low back pain. The Lancet, 389(10070), 736-747. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16) 30970-9

Meiranny, A., Rahmawati, A., & Arisan, A. Z. (2022). Is Prenatal Exercise with

Prayer Movement Affecting Anxiety Level and Blood Pressure in Third Trimester? Kemas, 17(3), 329–341. https://doi.org/10.15294/kemas.v17i3.26552

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 Medical Journal*, 31(1), 71–
76. https://doi.org/10.4314/mmj.v31i1.12

Michoński, J., Walesiak, K., Pakuła, A., Glinkowski, W., & Sitnik, R. (2016). Monitoring of spine curvatures and posture during pregnancy using surface topography - case study and suggestion of method. Scoliosis and Spinal Disorders, 11(Suppl 2). https://doi.org/10.1186/s13013-016-0099-2

Mogren, I. M. (2019). Does age matter? Prevalence and risk factors of back pain in pregnancy. *Journal of Women's Health Physical Therapy*, 43(1), 15-21.

Purnamasari, K. D. (2019). Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III. Journal of Midwifery and Public Health, 1(1), 9. https://doi.org/10.25157/jmph.v1i1.2000

Rejeki, S. T. (2019). Pengaruh Yoga Prenatal terhadap Nyeri Punggung pada IbuHamil Trimester II dan III di Lia Azzahra Mom & Baby Spa Tegal.*Indonesia Jurnal Kebidanan*, 3(2), 67–72.

Rahmawati, A. (2021). Risk Factor of Low Back Pain. *Jurnal Medika Hutama*, 03(01), 1601–1607.

Riansih, C. (2022). Pengaruh Perawatan Punggung Terhadap Penurunan Tingkat Rasa Nyeri Punggung Bagian Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Depok II. *Jurnal Permata Indonesia*, 13(1), 54–61. https://doi.org/10.59737/jpi.v13i1.41

Syaiful, Y. (2019). Asuhan Keperawatan Kehamilan. Jakad Publishing

Soeharyo Hadi Saputro, R. D. C. R. (2017). Pengaruh Yoga Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Kalikajar I Kabupaten Wonosobo. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(1), 1–10. https://ojs.unsiq.ac.id/index.php/jik/article/download/56/3

Sukeksi, N. T., Kostania, G., & Suryani, E. (2018). Pengaruh Teknik Akupressure Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Jogonalan I Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 3(1), 1–7. https://doi.org/10.37341/jkkt.v3i1.61

Susanto, H., & Endarti, A. T. (2019). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Low Back Pain (Lbp) Pada Perawat Di Rumah Sakit X Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 220–227.

Suryaningsih, Yeni, (2017), Pembelajaran Berbasis Praktikum Sebagai Sarana Siswa untuk Berlatih Menerapkan Keterampilan Proses Sain

Sintya Dewi, P. I., Aryawan, K. Y., Ariana, P. A., & Eka Nandarini, N. A. P. (2020). Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Laten pada Ibu Inpartu menggunakan Birth Ball Exercise. *Jurnal Keperawatan Silampari*. https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1050

Tanjung, Sri Rejeki & Fitriani, Y. (2019). Pengaruh Yoga Prenatalterhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dan Iii Di Lia Azzahra Mom & Baby Spa Tegal. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 3(2), 67–72.

Ulfah, M., & Wirakhmi, I. N. (2017). Perbedaan Manfaat Sebelum Dan Sesudah Latihan Pelvic Tilt Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ilmiah Ilmu- Ilmu Kesehatan*, 15(2), 80–83.

Veronica, S. Y., Kumalasari, D., & Gustianingrum, C. (2021). Hubungan Senam Hamil Dengan Kejadian Nyeri Punggung pada Kehamilan Trimester III. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6, 219–224. https://doi.org/10.30604/jika.v6is1

Wang, S. M., Dezinno, P., Maranets, I., Berman, M. R., Caldwell-Andrews, A. A., & Kain, Z. N. (2019). Low back pain during pregnancy: Prevalence, risk factors, and outcomes. *Obstetrics & Gynecology*, 133(6), 1185-1192.

L A M P I R A N

Lampiran 1

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada

Yth. Bapak/Ibu calon responden penelitian

di-

tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sonia

NIM : 22.10.15401.012

Alamat : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

Bersama ini saya mengajukan permohonan kepada saudara untuk bersedia menjadi responden dalam penelitian saya yang berjudul " Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Nyeri punggung bagian Bawah Ibu Hamil Trimester lll Di Puskesmas Kenali Besar", pengumpulan datanya akan dilaksanakan pada bulan Mei 2025.

Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui " Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Nyeri punggung bagian Bawah Ibu Hamil Trimester lll Di Puskesmas Kenali Besar Saya akan tetap menjaga segala kerahasiaan data ataupun informasi yang diberikan. Demikian surat permohonan ini disampaikan atas perhatian, kerjasama dari kesediannya saya mengucapkan Terimakasih .

Jambi, Mei 2025

Peneliti

Sonia

NIM. 22.10.15401.012

Lampiran 2

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMEND CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Sudah mendapatkan penjelasan dan memahami penelitian dengan judul:

"Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester lll" Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenali BesarTahun 2025"

Dengan sukarela bersedia ikut dalam penelitian tersebut dan bila suatu waktu saya merasa dirugikan dalam bentuk apapun, maka saya akan mengundurkan diri. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa tekanan dari pihak manapun.

Jambi , 2025

Peneliti, Saya Yang Menyatakan

(Sonia) (.....)

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI SKALA NYERI



Petunjuk Pengisian:

1. Peneliti menunjukan wong baker face scale kepada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung bagian bawah.
2. Bidan melakukan pengkajian dengan membandingkan antara wajah ibu dengan wajah yang berada di wong baker face scale.
3. Ceklist pada kolom kosong pada skala nyeri sesuai dengan hasil pengkajian.

PARAMETER	SKALA NYERI	
0 (Tidak nyeri) Nyeri tidak dirasakan sama sekali	0	
1-3 (Nyeri Ringan) nyeri masih dapat ditahan dan tidak mengganggu pola aktivitas si penderita	1	
	2	
	3	
4-6 (nyeri sedang) nyeri sedikit kuat sehingga dapat mengganggu pola aktivitas penderita	4	
	5	
	6	
7-10 (nyeri berat) nyeri yang sangat kuat sehingga memerlukan terapi medis dan tidak dapat melakukan aktivitas mandiri	7	
	8	
	9	
	10	

Dengan pengelompokan skala:
0 : Tidak nyeri
1- 3 : Nyeri ringan
4- 6 : Nyeri sedang
7-10 : Nyeri berat

Sumber:fitri amaliah kasim,2023

Lampiran 4

KUESIONER PENELITIAN

PETUNJUK PENGISIAN

a. Isilah data Saudara/i dengan lengkap sesuai keadaan yang sebenarnya sebelum menjawab.
b. Mohon dibaca dengan cermat semua pertanyaan sebelum menjawab.
c. Semua pertanyaan yang ada harus dijawab.
d. Berilah tanda ( ) pada jawaban yang Saudara/i anggap paling tepat dan sesuai dengan yang dirasakan saat ini.
e. Apabila Saudara/i ingin memperbaiki atau mengganti jawaban semula, cukup dengan mencoret jawaban semula (/) dan memberi tanda silang (×) pada jawaban yang baru.

IDENTITAS RESPONDEN
No Responeden :

A. Identitas Umum

1. Umur :
2. Jenis Kelamin :
3. Pendidikan :
4. Usia Kehamilan :
5. Pekerjaan :
6. Apakah anda pernah cedera pada tulang belakang :
7. Apakah anda pernah operasi pada tulang belakang :
8. Berat Badan (BB) :
9. Tinggi Badan (TB) :

B. Kuesioner Aktivitas Sehari – Hari

KETERANGAN

SL: Selalu

SR: Sering

JR: Jarang

TP: Tidak pernah

N0	Pertanyaan	SL	SR	JR	TP
1.	Saya merasakan nyeri punggung bawah sebelum melakukan aktifitas pekerjaan				
2.	Saya merasakan nyeri pada bagian punggung bawah secara terus menerus saat melakukan pekerjaan				
3.	Saya merasakan nyeri pada bagian punggung bawah Setelah melakukan aktifitas pekerjaan				
4.	Saya merasakan nyeri pada bagian punggung bawah hanya pada saat melakukan pekerjaan				
5.	Saya merasa kesulitan pada saat membungkukan badan				
6.	Saya sering berdiri terlalu lama saat melakukan aktivitas memasak dan mencuci				
7.	Saya sering mengangkat beban berat				
8.	Saya sering membungkukan badan saat mengambil barang di lantai				
9.	Saya sering berjongkok untuk melakukan aktivitas				
10.	Saya sering duduk lama saat melakukan aktivitas menyetrikan pakaian				

Sumber: The Pain and Distress Scale (William J. K Zung, 1993) dan Kuesioner Penelitian dalam Primala, A.

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
KELUARGA BUNDA JAMBI
SURAT KEPUTUSAN MENRISTEKDIKTI NOMOR:217/KPT/I/2019
Jalan Sultan Hasanuddin No. 04, Bakung Jaya, Paal Merah, Jambi 36139
Telepon (0741) 570-884, email: stikes.bunda@gmail.com Website: www.stikeskeluargabunda.ac.id

Jambi, 15 April 2025

Nomor : 152/STIKES-KB/IV/2025
Lampiran : -
Perihal : Surat Izin Pengambilan Data Awal

Kepada Yth:
Dinas Kesehatan Kota Jambi
Di-
Tempat

Yang bertanda tangan dibawah ini Ketua STIKES Keluarga Bunda Jambi, dengan ini mengajukan permohonan izin Pengambilan Data Awal atas:

Nama	:	Sonia
Nim	:	22.10.15401.012
Semester	:	VI (Enam)
Tahun Akademik	:	2024/2025
Prodi	:	Kebidanan Program Diploma
Judul Proposal/ Skripsi	:	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil TM II
Waktu Penelitian	:	Disesuaikan

Untuk kelancaran pelaksanaan Riset/Penelitian Mahasiswa/wi tersebut, kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin untuk melakukan pengambilan data awal.

Demikianlah surat izin ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

STIKES Keluarga Bunda Jambi
Ketua,

Silvia Mariana, SKM.,M.Kes
NIDN : 1013038303

PEMERINTAH KOTA JAMBI
DINAS KESEHATAN
Jl. H. Agus Salim Kelurahan Handil Jaya Kecamatan Jelutung
Telp. (0741) 443712

Jambi, 21 April 2025

Nomor : 000.9.2 /2685/DINKES/III/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Izin Pengambilan Data

Yth
Ketua STIKES Keluarga Bunda
di –
Jambi

Menindaklanjuti surat permohonan izin Ketua STIKES Keluarga Bunda Nomor: 152/STIKES-KB/IV/2025 tanggal 15 April 2025 Perihal Izin Pengambilan data di Wilayah Kerja Dinkes Kota Jambi untuk kepentingan Penelitian Mahasiswa atas nama:

Nama	: Sonia
NIM	: 22.10.15401.012
Prodi	: Kebidanan Program Diploma
Data yang diperlukan	: Data Ibu Hamil TM II .

Demikianlah surat izin ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Ditandatangani secara elektronik oleh:

Plt. Kepala Dinas Kesehatan Kota Jambi

FAHMI, SP
Pembina Utama Muda
NIP. 19670205 1998031004

Tembusan:
Kabid Kesmas Cq. Kasi Kesga dan Gizi

MASTER DATA

No	Nama	Aktivitas sehari-hari										Jumlah	Kode	Umur	Kode	Usia kehamilan	kode	Nyeri punggung	kode
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10								
1	NY.A	2	1	3	3	2	2	1	2	4	3	23	1	25	0	32	1	5	2
2	NY.S	3	3	4	3	3	4	1	4	3	3	31	1	30	0	36	2	7	3
3	NY.J	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	18	0	38	1	30	0	4	2
4	NY.Y	2	1	1	3	1	2	1	2	1	2	16	0	37	1	34	1	5	2
5	NY.N	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	11	0	26	0	32	1	5	2
6	NY.E	3	2	3	1	2	4	1	3	3	3	25	1	42	1	32	1	5	2
7	NY.S	1	1	1	1	1	4	1	4	4	1	19	0	24	0	35	1	6	3
8	NY.D	1	1	1	1	4	2	1	1	2	1	15	0	32	0	36	2	7	3
9	NY.S	1	1	2	4	1	3	2	4	4	4	26	1	36	1	31	1	4	2
10	NY.S	1	3	4	4	3	3	2	2	2	2	26	1	32	0	34	1	6	2
11	NY.W	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	28	1	30	0	28	0	2	1
12	NY.R	2	2	2	3	3	4	2	1	3	3	26	1	36	1	35	1	5	2
13	NY.M	2	2	3	3	4	4	2	4	4	4	32	1	26	0	28	0	3	1
14	NY.M	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	25	1	30	0	28	0	3	1
15	NY.Y	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	18	0	37	1	31	0	4	2
16	NY.F	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	14	0	37	1	32	1	4	2
17	NY.K	3	2	3	2	3	3	1	2	2	2	23	1	40	1	30	1	5	2
18	NY.D	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	0	29	0	28	0	3	1
19	NY.T	2	3	3	3	1	3	2	1	3	3	25	1	26	0	36	2	7	3
20	NY.Y	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	19	0	42	1	36	2	7	3
21	NY.A	2	3	2	2	1	3	2	1	3	2	21	1	25	0	32	1	5	2
22	NY.V	1	1	1	1	4	2	1	2	1	2	16	0	29	0	34	1	7	3
23	NY.I	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	26	1	26	0	36	2	7	3
24	NY.A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	0	31	0	35	1	6	2
25	NY.M	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	19	0	36	1	39	2	8	3
26	NY.F	1	2	2	3	3	2	1	1	1	1	17	0	38	1	28	0	3	1
27	NY.Y	3	1	1	2	4	2	1	1	2	2	19	0	36	1	36	2	6	2
28	NY.Y	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	20	1	40	1	29	0	4	2
29	NY.S	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	26	1	37	1	31	0	6	2
30	NY.Y	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	19	0	25	0	33	1	7	3

CAKUPAN PELAYANAN ANTENATAL

TAHUN : 2023

TRIWULAN : IV (EMPAT)

KABKOTA : JAMBI

Format : 1

NO	PUSKESMAS	Jumlah Penduduk	Sasaran Ibu hamil	Bumil Risti (20%)	Bumil Mempunyai Buku KIA		K1 MURNI		K1 AKSES		KI		K4		K6		Status T Bumil												FE1		FE3		Deteksi Risiko				Rujukan Kasus Risti Maternal	
																	T1		T2		T3		T4		T5								Nakes		Masyarakat			
					ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%	ABS	%
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37
1	Putri Ayu	43.386	808	162	802	99,3	597	73,9	802	99,3	802	99,3	763	94,4	765	94,7	3	0,4	4	0,5	19	2,4	84	10,4	673	83,3	802	99,3	763	94,4	162	20,0	0	0,0	162	100,0
2	Aurduk	21.269	391	78	391	100,0	391	100,0	391	100,0	391	100,0	391	100,0	381	97,4	41	10,5	42	10,7	38	9,7	62	15,9	57	14,6	391	100,0	391	100,0	143	36,6	0	0,0	143	183,3
3	Simp.IV Sipin	28.902	545	109	545	100,0	295	54,1	545	100,0	545	100,0	545	100,0	537	98,5	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	545	100,0	545	100,0	545	100,0	135	24,8	0	0,0	101	92,7
4	Tanjung Pinang	36.230	670	134	668	99,7	594	88,7	668	99,7	668	99,7	669	99,9	669	99,9	64	9,6	74	11,0	76	11,3	96	14,3	421	62,8	668	99,7	669	99,9	117	17,5	0	0,0	53	39,6
5	Talang Bakung	28.130	478	96	478	100,0	416	87,0	478	100,0	478	100,0	477	99,8	421	88,1	0	0,0	0	0,0	13	2,7	36	7,5	429	89,7	478	100,0	477	99,8	96	20,1	0	0,0	51	53,1
6	Payo Selincah	46.370	855	171	855	100,0	532	62,2	855	100,0	855	100,0	855	100,0	843	98,6	0	0,0	0	0,0	1	0,1	168	19,6	202	23,6	855	100,0	855	100,0	171	20,0	0	0,0	69	40,4
7	Pelayan Baru	25.116	471	94	471	100,0	433	91,9	471	100,0	471	100,0	471	100,0	433	91,9	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	0,4	469	99,6	471	100,0	471	100,0	115	24,4	14	3,0	53	56,4
8	Talang Banjar	30.666	570	114	570	100,0	357	62,6	570	100,0	570	100,0	537	94,2	546	95,8	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	570	100,0	570	100,0	537	94,2	115	20,2	0	0,0	53	46,5
9	Kebun Kopi	33.298	621	124	600	96,6	369	59,4	600	96,6	600	96,6	590	95,0	477	76,8	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	600	96,6	564	90,8	564	90,8	76	12,2	0	0,0	24	19,4
10	Pasil Mesah I	14.448	264	53	264	100,0	127	48,1	264	100,0	264	100,0	264	100,0	214	81,1	113	42,8	116	43,9	36	13,6	17	6,4	5	1,9	264	100,0	264	100,0	53	20,1	37	14,0	53	100,0
11	Pasil Mesah II	21.805	407	81	310	76,2	223	54,8	189	46,4	407	100,0	407	100,0	395	97,1	12	2,9	20	4,9	16	3,9	13	3,2	18	4,4	407	100,0	407	100,0	288	70,8	0	0,0	64	79,0
12	Olak Kemang	13.185	244	49	244	100,0	156	63,9	89	36,5	244	100,0	182	74,6	226	92,6	0	0,0	0	0,0	0	0,0	150	61,5	208	85,2	244	100,0	226	92,6	49	20,1	0	0,0	0	0,0
13	Tahtul Yaman	13.422	251	50	252	100,4	110	43,8	142	56,6	252	100,4	248	98,8	176	70,1	32	12,7	58	23,1	68	27,1	58	23,1	41	16,3	252	100,4	248	98,8	50	19,9	0	0,0	50	100,0
14	Kork	11.508	218	44	218	100,0	109	50,0	218	100,0	218	100,0	218	100,0	171	78,4	0	0,0	0	0,0	0	0,0	18	8,3	156	71,6	218	100,0	218	100,0	44	20,2	0	0,0	27	61,4
15	Pasil V	45.620	851	170	851	100,0	447	52,5	851	100,0	851	100,0	832	97,8	831	97,6	71	8,3	26	3,1	0	0,0	0	0,0	0	0,0	831	97,6	831	97,6	168	19,7	0	0,0	92	54,1
16	Pasil X	38.768	716	143	716	100,0	391	54,6	716	100,0	716	100,0	716	100,0	502	70,1	30	4,2	32	4,5	28	3,9	42	5,9	43	6,0	716	100,0	716	100,0	95	13,3	0	0,0	95	66,4
17	Kenali Besar	63.407	1178	236	888	76,3	860	73,7	899	76,3	899	76,3	833	70,7	1113	94,5	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	899	76,3	888	73,7	899	76,3	170	14,4	0	0,0	60	25,4
18	Rawasari	47.725	894	179	891	99,7	319	35,7	891	99,7	891	99,7	877	98,1	435	48,7	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	891	99,7	891	99,7	877	98,1	143	16,0	0	0,0	146	81,6
19	Simpang Kawat	28.258	529	106	500	94,5	247	46,7	243	45,9	500	94,5	500	94,5	532	100,6	0	0,0	125	23,6	182	34,4	226	42,7	290	54,8	500	94,5	500	94,5	106	20,0	94	17,8	104	98,1
20	Ketun Hensil	32.503	609	122	609	100,0	433	71,1	609	100,0	609	100,0	609	100,0	606	99,5	0	0,0	2	0,3	7	1,1	95	15,6	484	79,5	609	100,0	609	100,0	98	16,1	2	0,3	45	36,9
	KOTA JAMBI	622.014	11.571	2.314	11.134	96,2	7414	64,1	10491	90,7	11231	97,1	10984	94,9	10273	92,3	366	3,2	499	4,3	484	4,2	1067	9,2	7001	60,5	11144	96,3	11067	95,6	2394	20,7	167	1,3	1445	62,4

DATA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS KENALI BESAR TAHUN 2023

PEMERINTAH KOTA JAMBI
DINAS KESEHATAN
Jl. H. Agus Salim Kelurahan Handil Jaya Kecamatan Jelutung
Telp. (0741) 443712

Jambi, 29 April 2025

Nomor : 000.9.2 /2733/DINKES/IV/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Izin Pengambilan Data

Yth
Kepala Puskesmas Kenali Besar
di –
Jambi

Menindaklanjuti surat permohonan izin Ketua STIKES Keluarga Bunda Jambi Nomor: 166/STIKES-KB/IV/2025 tanggal 26 April 2025 Perihal Izin Pengambilan Data di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Jambi untuk kepentingan Penelitian Mahasiswa atas nama:

Nama	: Sonia
NPM	: 22.10.15401.012
Prodi	: Kebidanan Program Diploma
Judul	: Faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Kenali Besar Tahun 2025

Kemudian daripada itu dapat kami sampaikan bahwa, setelah selesai penelitian diminta untuk menyampaikan hasil penelitian tersebut kepada kami.

Demikianlah surat izin ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditandatangani secara elektronik oleh:

Plt. Kepala Dinas Kesehatan Kota Jambi

FAHMI, SP
Pembina Utama Muda
NIP. 19670205 1998031004

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
KELUARGA BUNDA JAMBI

SURAT KEPUTUSAN MENRISTEKDIKTI NOMOR:217/KPT/I/2019
Jalan Sultan Hasanuddin No. 04, Bakung Jaya, Paal Merah, Jambi 36139
Telepon (0741) 570-884, email: stikes.bunda@gmail.comWebsite: www.stikeskeluargabunda.ac.id

Jambi, 07 Mei 2025

Nomor : 182/STIKES-KB/V/2025
Lampiran : -
Perihal : Surat Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Puskesmas Kenali Besar
Di-
Tempat

Yang bertanda tangan dibawah ini Ketua STIKES Keluarga Bunda Jambi, dengan ini mengajukan permohonan izin Penelitian atas:

Nama	:	Sonia
Nim	:	22.10.15401.012
Semester	:	VI (Enam)
Tahun Akademik	:	2024/2025
Prodi	:	Kebidanan Program Diploma
Judul Proposal/ Skripsi	:	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trisemester III Di Puskesmas Kenali Besar Tahun 2025
Lokasi	:	Puskesmas Kenali Besar
Waktu Penelitian	:	Disesuaikan

Untuk kelancaran pelaksanaan Riset/Penelitian Mahasiswa/wi tersebut, kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin untuk melakukan penelitian.

Demikianlah surat izin ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

STIKES Keluarga Bunda Jambi
Ketua,

Silvia Mariana,SKM.,M.Kes
NIDN : 1013038303

PEMERINTAH KOTA JAMBI
DINAS KESEHATAN
Jl. H. Agus Salim Kelurahan Handil Jaya Kecamatan Jelutung
Telp. (0741) 443712

Jambi, 9 M e i 2025

Nomor : 000.9.2 /2796/DINKES/V/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Yth
Kepala Puskesmas Kenali Besar
di –
Jambi

Menindaklanjuti surat permohonan izin Ketua STIKES Keluarga Bunda Jambi Nomor: 182/STIKES-KB/V/2025 tanggal 7 Mei 2025 Perihal Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Jambi untuk kepentingan Penelitian Mahasiswa atas nama:

Nama	: Sonia
NPM	: 22.10.15401.012
Prodi	: Kebidanan
Judul	: Faktor – faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bagian bawah ibu hamil Trimester III di Puskesmas Kenali Besar Tahun 2025

Kemudian daripada itu dapat kami sampaikan bahwa, setelah selesai penelitian diminta untuk menyampaikan hasil penelitian tersebut kepada kami.

Demikianlah surat izin ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditandatangani secara elektronik oleh:

Plt. Kepala Dinas Kesehatan Kota Jambi

FAHMI, SP
Pembina Utama Muda
NIP. 19670205 1998031004

hukum yang sah.'
- Surat ini ditandatangani secara elektronik menggunakan **sertifikat elektronik** yang diterbitkan **BSrE**
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan cara scan qrcode pada surat
- UU ITE No 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 : *'Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atauhasil cetaknya merupakan alat bukti*

Balai Sertifikasi Elektronik






PUSKESMAS





























POS PELAYANAN TB