

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang dimulai sejak terjadinya konsepsi hingga berakhir pada persalinan, dengan durasi kurang lebih 280 hari atau sekitar 40 minggu. Periode ini terbagi menjadi tiga trimester, di mana setiap trimester memiliki tanda serta perubahan khas yang dialami ibu hamil (Benson & Pernoll, 2023). Trimester pertama ditandai dengan perubahan hormon yang menyebabkan mual, muntah, dan lemas. Trimester kedua umumnya lebih stabil dengan berkurangnya keluhan dan mulai terasa gerakan janin. Pada trimester ketiga, ibu hamil mulai merasakan keluhan fisik seperti sesak napas dan nyeri pinggang (Emilia & Prawitasari, 2020). Selama kehamilan, ibu mengalami perubahan biologis, sosial, dan psikologis yang dapat memengaruhi citra tubuh dan memunculkan ketakutan munculnya gangguan selama kehamilan terutama ketika melakukan aktifitas fisik (Calbara & Budiono, 2023).

Aktivitas fisik pada ibu hamil, terutama pada trimester ketiga, memiliki pengaruh signifikan terhadap kondisi kehamilan dan kenyamanan ibu. Pada fase ini, pertumbuhan janin yang semakin besar menyebabkan peningkatan beban pada tulang belakang dan otot panggul, sehingga ibu rentan mengalami keluhan seperti nyeri pinggang (Fatmarizka dkk., 2023).

Nyeri pinggang merupakan keluhan yang umum dialami wanita hamil terutama pada kehamilan trimester ketiga (Purnamayanti & Utarini, 2020). Pada ibu hamil,

nyeri pinggang umumnya muncul di daerah lumbosakral yang berkaitan dengan bertambahnya usia kehamilan, paritas, pekerjaan, dan aktivitas fisik yang menekan tulang belakang serta otot. Perubahan struktur tubuh menyebabkan penurunan elastisitas otot, hiperlordosis, dan aliran darah yang terganggu, sehingga menimbulkan nyeri (Wardani dkk., 2024). Jika tidak ditangani, nyeri ini dapat berlanjut hingga masa postpartum dan menjadi kronis.

Penelitian yang dilakukan oleh Arummega dkk. (2022) bahwa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain usia kehamilan, umur, paritas, serta aktivitas harian. Selain itu, teknik *body relaxation* diketahui dapat membantu mengurangi keluhan nyeri punggung. Penelitian Omoke dkk. (2021) bahwa dari studi *cross-sectional* pada 478 wanita hamil di Abakaliki, Nigeria, menemukan bahwa 28,9% mengalami nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*, LBP) selama kehamilan, dengan mayoritas kasus terjadi di trimester ketiga dan berintensitas ringan-sedang. Faktor risiko utama meliputi riwayat LBP pada kehamilan sebelumnya (risiko 24,76 kali lebih tinggi) dan makrosomia (bayi ≥ 4 kg, risiko 4,15 kali lebih tinggi), sementara tidak adanya bantuan domestik justru menurunkan risiko LBP. Hanya 58,7% wanita yang melaporkan LBP ke tenaga kesehatan, dan 21% diabaikan, menunjukkan perlunya peningkatan kesadaran dan penanganan dini terhadap LBP pada ibu hamil, terutama bagi kelompok berisiko tinggi.

Urgensi penelitian ini dalam bidang kedokteran sangat penting karena nyeri pinggang pada masa kehamilan merupakan masalah kesehatan umum yang memengaruhi 63% wanita, terutama pada trimester III (Shanshan dkk., 2024), dan

berdampak serius pada kualitas hidup (Khan dkk., 2021), fungsionalitas harian, bahkan risiko ketenagaan kerja atau cuti medis (Backhausen dkk., 2019). Perubahan biomekanik dan hormon seperti hiperlordosis lumbar, relaksasi ligament, dan pergeseran pusat gravitasi, meningkatkan tekanan pada tulang belakang dan otot, menyebabkan nyeri berkepanjangan yang bisa berlanjut hingga pasca persalinan. Data dari *BioMed Central* (BMC) menunjukkan prevalensi nyeri panggul dan punggung bawah lebih tinggi pada trimester III, yang berkorelasi dengan usia kehamilan lanjut dan faktor fisik dan hormonal. Nyeri ini tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan, tetapi juga berkontribusi pada stres psikologis, menurunnya aktivitas sehari-hari, kualitas tidur, serta beban ekonomi karena penurunan produktivitas dan peningkatan kebutuhan pengobatan (Salari, Mohammadi Aida, dkk., 2023). Untuk itu, analisis faktor risiko seperti umur, pekerjaan, paritas, dan aktivitas fisik pada populasi klinik lokal sangat penting untuk merancang intervensi pencegahan yang efektif, meningkatkan kesejahteraan ibu hamil, dan mendorong praktik klinis berbasis bukti di bidang obstetri dan perawatan ibu.

Peneliti ini dilakukan di Klinik Anugerah yang berada di Kabupaten Deli Serdang memberikan pelayanan pada pasien umum, pasien BPJS (askes, Jamsostek, Jamkesmas), rawat jalan, rawat jalan, persalinan, imunisasi, KB, Khitan, laboratorium, dan lain-lain. Berdasarkan data yang diperoleh dari Klinik Anugerah bahwa jumlah kunjungan ibu hamil trimester III rata-rata 52 orang per bulan.

Survei pendahuluan yang peneliti lakukan pada 10 ibu hamil trimester III yang berkunjung ke Klinik Anugerah Deli Serdang, dengan dilakukan survei mengenai nyeri pinggang, di mana 5 menyatakan nyeri sedang dan 5 lainnya mengeluhkan

nyeri berat. Mereka merasakan nyeri tumpul atau pegal di area lumbosakral, yang sering menjalar ke pantat dan paha, serta disertai kekakuan otot setelah berdiri atau duduk lama. Pada kasus nyeri berat muncul sensasi terbakar, kesemutan, atau nyeri seperti saraf kejepit (*sciatica*).

Berdasarkan data dan informasi yang dipaparkan sebelumnya, peneliti berniat untuk melaksanakan penelitian dengan judul: Analisis Faktor Risiko Nyeri Pinggang pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Anugerah Deli Serdang.

1.2. Perumusan Masalah

Permasalahan yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah faktor-faktor risiko apa saja yang berhubungan dengan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di Klinik Anugerah Deli Serdang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di Klinik Anugerah Deli Serdang.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk menganalisis hubungan usia dengan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di Klinik Anugerah Deli Serdang.
2. Untuk menganalisis hubungan pekerjaan dengan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di Klinik Anugerah Deli Serdang.
3. Untuk menganalisis hubungan paritas dengan nyeri pinggang pada ibu hamil

trimester III di Klinik Anugerah Deli Serdang.

4. Untuk menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di Klinik Anugerah Deli Serdang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

Temuan penelitian ini berkontribusi dalam meningkatkan keterampilan di bidang riset, mengasah kemampuan penelitian, sekaligus memperkaya pengetahuan terkait topik nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III. Dan penelitian ini bermanfaat serta menambah informasi untuk penelitian selanjutnya sebagai acuan penelitian lain dalam meneliti tentang Analisis faktor risiko nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di klinik anugerah Deli Serdang.

1.4.2. Bagi Universitas Prima Indonesia

Dapat menambah informasi dan referensi di Perpustakaan Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi dan Ilmu Kesehatan Universitas Prima Indonesia mengenai analisis faktor risiko nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di klinik Anugerah Deli Serdang.

1.4.3. Bagi Mahasiswa

Bermanfaat dan menjadi sumber ilmu mengenai faktor risiko nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di klinik Anugerah Deli Serdang.