

## **THE CORELATION BETWEEN THE LEVEL OF ANXIETY WITH BACK PAIN IN PREGNANT WOMEN**

**Ratih Suryaman**

**STIKes Wijaya Husada Bogor**

**Email : [wijayahusada@gmail.com](mailto:wijayahusada@gmail.com)**

### **ABSTRACT**

*The high maternal mortality rate and young infant mortality rate due to pregnancy complications, one of them is caused by maternal anxiety. Based on the results of Indonesia Demographic and Health Survey in 2017 obtained the maternal mortality rate reached 359/100,000 live births. This study aim to determine the relationship between the level of anxiety with back pain in pregnant women in the third trimester in midwife Srie Herawati's clinic Gunung Batu Bogor in 2020. This type of research is analytic survey with cross sectional approach. The population in this study were 32 third trimester pregnant womens and sample in this study is the entire population in this study. The collection of data obtained from questionnaires and observations. Based on the results of the study, of the 32 respondents, 17 respondents (53.1%) experienced severe levels of anxiety and 14 respondents (43.8%) of them experienced severe back pain, as well as the results obtained statistical test = 0.014 which means there is a significant relationship between the level of anxiety with back pain in pregnant women at midwife Srie Herawati's clinic Gunung Batu Bogor in 2020. The conclusions there are the relationship between the level of anxiety with back pain in pregnant women at midwife Srie Herawati's clinic Gunung Batu Bogor in 2020.*

**Keywords** : Anxiety, Low Back Pain , Pregancy

## **HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**

### **ABSTRAK**

Tingginya Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi disebabkan oleh komplikasi pada kehamilan yang salah satunya disebabkan oleh kecemasan ibu. Berdasarkan hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 didapatkan angka kematian ibu mencapai 359 per 100.000 kelahiran hidup.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.

Jenis penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 32 ibu hamil trimester III dan sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi pada penelitian ini. Pengumpulan data diperoleh dari penyebaran kuesioner dan observasi.

Berdasarkan hasil penelitian, dari 32 responden, 17 responden (53,1%) mengalami tingkat kecemasan berat dan 14 responden (43,8%) diantaranya mengalami nyeri punggung berat, serta didapatkan hasil uji statistik = 0.014 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan nyeri punggung pada ibu hamil di klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.

Simpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan yang antara tingkat kecemasan dengan nyeri punggung pada ibu hamil di klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.

**Kata kunci** : Kecemasan, Nyeri Punggung, Ibu Hamil

## **PENDAHULUAN**

Berdasarkan laporan rutin program kesehatan ibu tahun 2013 yang diterima dari Dinas Kesehatan Provinsi tercatat Jawa Barat menduduki peringkat tertinggi dalam jumlah AKI. Dalam laporan tersebut, sekitar 765 kasus kematian ibu terjadi di Jawa Barat dari total 5.019 kasus. Dari angka tersebut, Jawa Barat menjadi penyumbang 50 persen jumlah kematian ibu.

Dari data dinas kesehatan Jawa Barat tahun 2016 jumlah Angka Kematian Ibu di Kabupaten Bogor sebesar 71 dan Kematian Bayi sebanyak 216 per 10.000 kelahiran. Angka Kematian Bayi di Kabupaten Bogor tahun 2016 menduduki peringkat lima tertinggi dari 27 Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Barat. Sebab itu, Kabupaten Bogor menjadi salah satu daerah yang memperoleh program dari Badan Pembangunan Internasional Amerika (USAID).<sup>4</sup>

Penyebab tingginya Angka Kematian Bayi, diantaranya karena

telatnya penanganan saat proses bersalin dan tingkat kesadaran masyarakat yang rendah tentang ibu hamil hingga melahirkan dan merawat bayi.<sup>4</sup>

Tingginya Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi disebabkan oleh komplikasi pada kehamilan yang salah satunya disebabkan oleh kecemasan ibu.

Kehamilan merupakan suatu proses yang dimulai sejak bertemunya sperma dan ovum di dalam rahim wanita. Pertemuan sperma dan ovum lebih dikenal dengan nama fertilisasi atau konsepsi yang membentuk *zygote*, berimplantasi kedalam uterus dan berkembang sampai dilahirkan menjadi bayi. Masa kehamilan terdiri tiga masa yang disebut dengan trimester. Trimester I adalah minggu 1 sampai 12 minggu, trimester II adalah minggu ke 13 hingga 27 minggu, dan trimester III adalah minggu ke 28 hingga bayi lahir dalam waktu yang cukup bulan.<sup>1</sup>

Pada kehamilan trimester III memberikan perubahan fisik dan psikis

pada ibu hamil. Disamping itu kehamilan trimester III juga merupakan suatu stressor bagi beberapa ibu. Sehingga banyak beberapa ibu yang mengalami kecemasan.

Selain itu proses kehamilan akan menimbulkan berbagai perubahan pada seluruh sistem tubuh, perubahan ini berdampak pada sistem kardiovaskuler, sistem pernafasan, sistem hormonal, sistem gastrointestinal, maupun sistem muskuloskeletal.<sup>5</sup>

Perubahan muskuloskeletal sering menyebabkan ibu merasakan nyeri pada daerah punggung terutama pada daerah punggung bawah. Nyeri punggung bagian bawah merupakan masalah otot tulang yang sering dilaporkan dalam kehamilan.<sup>7</sup> Nyeri punggung terjadi karena adanya perubahan pada hormon kehamilan yang meningkatkan kadar hormon relaksin, hal ini mempengaruhi fleksibilitas jaringan ligamen yang akhirnya meningkatkan mobilitas sendi di pelvis serta menyebabkan rasa tidak nyaman. Faktor predisposisi lainnya yang menyebabkan nyeri punggung berkaitan dengan penambahan berat badan, perubahan postur yang cepat, nyeri punggung terdahulu, dan peregangan

yang berulang. Selain itu nyeri punggung juga dirasakan akibat kesalahan postur tubuh saat duduk, berdiri, berbaring dan bahkan saat melakukan aktifitas di rumah.<sup>8</sup>

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara tingkat kecemasan dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Klinik Bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bersifat *Deskriptif Analitik Kuantitatif* yaitu suatu metode penelitian yang bertujuan untuk melihat gambaran fenomena yang terjadi dalam suatu populasi tertentu serta mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu bisa terjadi. Serta menggunakan pendekatan *Cross Sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor dengan efek, dengan cara pendekatan, pengumpulan data sekaligus pada suatu saat<sup>23</sup>.

Penelitian ini dilakukan di Klinik Bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor pada bulan Mei – Agustus 2020 . Populasi dalam penelitian ini adalah

semua ibu hamil yang berada di Klinik Bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor sebanyak 32 ibu hamil trimester III.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Total Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

Pada penelitian ini instrumen yang digunakan adalah jenis data primer (kuesioner) dan sekunder diperoleh dari data hasil kuesioner dan data dari buku register di Klinik Bidan Srie Herawati Bogor. Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariate. Analisa bivariat menggunakan uji *chi square*.

### HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Tingkat kecemasan di Klinik Bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Sedang	15	46,9
Berat	17	53,1
Total	32	100

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa dari 32 responden, tingkat kecemasan berat sebanyak 17

responden (53,1%) di klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Nyeri Punggung di Klinik Bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020

Nyeri Punggung	Frekuensi	Persentase (%)
Sedang	13	40,6
Berat	19	59,4
Total	32	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 32 responden, terdapat 19 responden (59,4%) yang mengalami nyeri punggung berat di Klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.

Tabel 3 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020

Tingkat kecemasan	Nyeri punggung				Total		OR	P Value
	Sedang		Berat		N	%		
	N	%	N	%				
Sedang	10	31,2	5	15,6	15	46,9	9,333	0,014 (1,801-48,375)
Berat	3	9,4	14	43,8	17	53,1		
Jumlah	13	40,6	19	59,4	32	100		

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 32 responden yang mengalami tingkat kecemasan berat dengan nyeri punggung berat yaitu 14 (43,8%) responden.

Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* didapatkan nilai P value = 0.014 yang artinya P value < 0.05 berarti  $H_a$  diterima menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR = 9.333.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Kecemasan**

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa dari 32 responden, tingkat kecemasan berat sebanyak 17 responden (53,1%) di klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Dewi Komalasari tahun 2012 dengan judul "*Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Jatinangor Kabupaten*

*Sumedang*". Didapat hasil distribusi frekuensi berdasarkan tingkat kecemasan bahwa yang mengalami kecemasan berat sebanyak 29 responden (72,5%) dan kecemasan ringan 14 responden.

Kecemasan adalah suatu perasaan takut yang tidak menyenangkan dan tidak dapat dibenarkan yang sering disertai dengan gejala fisiologis.<sup>9</sup> kecemasan yang sering dialami oleh ibu hamil pada trimester III yaitu adalah kecemasan berat. Kecemasan berat adalah kecemasan yang terlalu berat dan berakar didalam diri seseorang.

Kecemasan berat dapat menimbulkan gejala fisiologis yang mengkhawatirkan, diantaranya seperti tidak dapat tidur dengan nyaman saat merasakan cemas, perasaan lebih sensitif, merasa tegang, jantung berdebar – debar, mudah panik dan sulit konsentrasi.

Kecemasan berat ini membuat lapang persepsi individu sangat sempit. Individu cenderung berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir pada hal yang lain. Semua perilaku ditunjukkan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk

berfokus pada area lain. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III yaitu graviditas, pendidikan, pekerjaan, serta dukungan keluarga dan suami.<sup>31</sup>

## **2. Nyeri Punggung**

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 32 responden, nyeri punggung berat sebanyak 19 responden (59,4%) di Klinik bidan Srie Herawati Bogor Tahun 2020.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Puspitasari (2013), “*Hubungan Senam Hamil dengan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil di Rumah Kendang Sari Surabaya*” didapatkan hasil distribusi frekuensi berdasarkan nyeri punggung berat pada ibu hamil yaitu sebanyak 16 responden dan yang mengalami nyeri punggung sedang yaitu sebanyak 14 responden.

Nyeri punggung adalah salah satu rasa yang tidak nyaman yang paling umum selama kehamilan. Nyeri punggung dapat terjadi karena ada tekanan pada otot punggung ataupun pergeseran pada tulang punggung sehingga menyebabkan sendi tertekan. Nyeri punggung yang dialami oleh ibu

hamil trimester III ini sebagian besar yaitu nyeri punggung berat, dimana nyeri punggung berat adalah nyeri punggung dengan kriteria skala nyeri 7 – 9 pada rentang nilai ukur 1 – 10. Nyeri punggung berat ini bahkan bisa sampai mengganggu aktivitas ibu hamil.

## **3. Hubungan Kecemasan dengan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III**

Berdasarkan tabel 3 tentang hubungan Tingkat Kecemasan dengan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020, dapat diketahui bahwa dari 32 responden terdapat 14 (43,8%) responden yang mengalami tingkat kecemasan berat dengan nyeri punggung berat.

Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* didapatkan nilai P value = 0.014 yang artinya P value < 0.05 berarti Ho ditolak menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan nyeri punggung. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR = 9.333.

Kecemasan ibu hamil dapat meningkatkan resiko dalam proses

persalinan yaitu mengenai keadaan jalan lahir dan bayi akan dilahirkannya. Ibu hamil mengekspresikan kecemasan selama kehamilannya sampai menjelang persalinan yang akan dihadapinya dan itu menyebabkan stressor. Respon individu menghadapi stressor berupa rasa cemas dan saat-saat menghadapi rasa cemas sebenarnya ditentukan oleh koping yaitu berorientasi dan intra fisik untuk mengelola lingkungan dan kebutuhan internal maupun konflik mengenai hal tersebut.<sup>6</sup>

Kaitan tingkat kecemasan dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III yaitu berawal dari kecemasan yang dapat memicu respon tubuh baik fisik maupun psikologis ibu hamil. Pada respon fisik kecemasan menyebabkan peningkatan kerja sistem saraf simpatik. Sistem endokrin yang terdiri dari kelenjar – kelenjar seperti kelenjar adrenal, tiroid, dan pituitari (pusat pengendalian kelenjar), melepaskan pengeluaran hormon masing – masing ke aliran darah akibatnya sistem saraf otonom mengaktifkan kelenjar adrenal yang berfungsi memberi tenaga pada individu serta mempersiapkan fisik dan psikis. Adanya hormon adrenalin dan hormon

non adrenalin menimbulkan disregulasi biokimia tubuh, sehingga muncul ketegangan fisik pada ibu hamil. Salah satu ketegangan fisik yang sering dialami ibu hamil yaitu adalah ketegangan otot yang mengakibatkan nyeri punggung. Selain itu ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III yaitu graviditas, pendidikan, pekerjaan serta dukungan keluarga dan suami.<sup>31</sup>

## **SIMPULAN**

1. Dari 32 responden, dapat diketahui yang mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 17 responden (53,1%) di klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.
2. Dari 32 responden, dapat diketahui yang mengalami nyeri punggung berat sebanyak 19 responden (59,4%) di klinik bidan Srie Herawati Gunung Batu Bogor Tahun 2020.
3. Hasil uji statistik dapat diketahui hasil diperoleh nilai  $P\ value = 0.014$  dengan tingkat kemaknaan ( $\alpha$ ) 0.05 maka disimpulkan  $H_0$  ditolak yang

berarti ada Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bidan Srie Herawati Bogor.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Prawiharjo, Sarwono. 2011. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
2. Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar, Riskesdes 2013*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta. Diakses 15 September 2020
3. [Http://www.Depkes.go.id](http://www.Depkes.go.id). Diakses 15 September 2020
4. [Http://www.seputarjawabarat.com](http://www.seputarjawabarat.com). Diakses 15 September 2020
5. Kementerian Kesehatan RI. 2010. *Riset Kesehatan Dasar, Riskesdes 2013*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta. Diakses 15 September 2020
6. Bobak, Jensen & Lowdermik. 2005. *Maternity Nursing*. Jakarta : EGC
7. Wasl. 2008. *Buku Ajar Kebidanan Komunitas*. Jakarta : EGC
8. Emilia, O. dan Freitag, H. 2010. *Tetap Bugar dan Energik Senam Hamil*. Jakrta : Agromedia Pustaka
9. Tomb. 2015. *Buku Saku Psikiatri*. Jakarta : EGC
10. Haeba dan Moordiningsih. 2012. *Terapi Kognitif Perilaku dan Depresi Pasca Melahirkan*. Jurnal Intervensi Psikologi
11. Muhimah, N, Safe'I, A. 2010. *Panduan Lengkap Senam Sehat Khusus Ibu hamil cetakan pertama*. Jakarta : Power Books
12. Suririnah. 2008. *Beberapa perubahan pada ibu hamil* <http://infobunda.com> diakses 20 September 2020
13. Nengah. 2008. *Psikologis Kehamilan*. Jakarta : EGC
14. Nevid. 2005. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima*. Jakarta : Erlangga
15. Stuart. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC
16. Hawari. 2011. *Manajemen Stress, Cemas, Depresi*. Jakarta : Erlangga
17. Judha, M. 2012. *Nyeri dalam Persalinan*. Yogyakarta : Nuamedika
18. Respond, R.M. 2008. *Pemeriksaan-penilaian-nyeri*. Diakses 1 Oktober 2019
19. Fraser, Diane. 2009. *Buku Ajar Bidan Myles*. Jakarta : EGC

20. Varney, Helen. 2006. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta :EGC
21. Astuti, M. 2010. *Buku Pintar Kehamilan*. Jakarta : EGC
22. Neil, R.W. 2007. *Panduan Lengkap Perawatan Kehamilan*. Jakarta : Dian Rakyat
23. Notoatmojo. 2010. *Metodologi penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
24. Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
25. Hidayat A, A. 2007. *Metode Penelitian dan Keperawatan Tehnik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
26. Riwidikdo, Handoko. 2009. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta. : Mitra Cendika
27. Riyanto, A. 2010. *Pengolahan dan Analisa Data Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika
28. Arikunto. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
29. Wanda. 2014. *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan*. Diakses pada 7 November 2020
30. Puspitasari, 2013. *Hubungan Senam Hamil dengan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil di Rumah Bersalin Kendang Sari Surabaya*. Tidak dipublikasikan : Stikes Yarsi
31. Yuliana, 2008. *Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di UPT Ibrahim Adjie Kota Bandung*. Universitas Padjajaran : Bandung
32. Kementrian Perencanaan Pembangunan Nasional. 2015. *Pembangunan Menuju Indonesia Sehat*.<http://pembangunan-menuju-indonesia-sehat>. Diakses 15 September 2020
33. [Http://:www.idih.net/web\\_bppkb/berita/269/bkkbn-gandeng-idi-ibi-demi-mencapai-target-mdgs-2015](http://www.idih.net/web_bppkb/berita/269/bkkbn-gandeng-idi-ibi-demi-mencapai-target-mdgs-2015). Diakses 15 September 2020