

# HUBUNGAN POSTUR TULANG BELAKANG TERHADAP KEJADIAN NYERI PINGGANG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI RUMAH SAKIT KEMANG MEDICAL CARE TAHUN 2017

Putu Adri Pinar dewi

## Abstrak

Terjadi beberapa perubahan secara anatomis, fisiologis dan hormonal di beberapa sistem tubuh adalah bentuk adaptasi yang dialami ibu hamil. Nyeri pinggang bawah merupakan salah satu dampak dari adaptasi tersebut. Keluhan nyeri pinggang bawah pada ibu hamil intensitasnya semakin meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan terutama di trimester III. Pada trimester ini adanya pembesaran uterus karena pertumbuhan dan perkembangan yang ditimbulkan oleh janin. Akibat dari pembesaran uterus tersebut terjadi perubahan pada postur tulang belakang yang disebut lordosis progresif. Perubahan ini membantu untuk menjaga pusat gravitasi tubuh agar tubuh tetap dalam keadaan stabil. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara perubahan postur tulang belakang terhadap kejadian nyeri pinggang bawah pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kemang Medical Care tahun 2017. Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan desain *Cross Sectional*. Total sampel ibu hamil yang mengalami nyeri pinggang bawah sejumlah 44 responden, yang diambil dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Pengambilan data postur tulang belakang dengan menggunakan aplikasi *Posture Screen Mobile* yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Untuk pengambilan data nyeri pinggang bawah dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Oswestry Disability Index* (ODI) dalam bahasa Indonesia. Kemudian data tersebut dianalisis dengan Uji *Chi Square*. Hasil yang diperoleh menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara postur tulang belakang terhadap kejadian nyeri pinggang bawah pada ibu hamil trimester III ( $p=0.378$ ). Terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi timbulnya nyeri pinggang bawah pada ibu hamil.

**Kata kunci:** kehamilan, nyeri pinggang bawah, postur tulang belakang, *Posture Screen Mobile*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE POSTURE ALTERATION OF  
THE VERTEBRA AND THE LOWER BACK PAIN EXPERIENCED BY  
PREGNANT WOMEN AT THE THIRD TRIMESTER AT RSIA KEMANG  
MEDICAL CARE IN 2017**

**Putu Adri Pinar dewi**

**Abstract**

Physiological, anatomical, and hormonal alterations at some systems experienced by pregnant women are normal response of the body to adapt to its new conditions. Lower back pain is one of the implications caused by this adaptation. The intensity of the lower back pain becomes greater with increasing age of gestation, especially at the third trimester. At this trimester growth and development of the fetus cause the size of the uterus enhance, which leads to an altered postured of the vertebrae. This posture change of vertebrae (lordosis progressive) is not without purpose. It helps maintaining the center of the gravity and thus stabilizing the body. On this research the relationship between the posture change of the vertebrae and the lower back pain experienced by pregnant women at the third Trimester in RSIA Kemang Medical Care in the year of 2017 is to be identified. This research is analytic observational with *the Cross Sectional*. 44 samples of pregnant women were taken using the *Purposive Sampling* technique. The posture sampling of the 44 vertebrae was done with the help of *Posture Screen Mobile*, whose validity and reliability have been approved. The sampling of the lower back pain was performed with *Oswestry Disability Index* (ODI) questionnaire in Indonesian language. Finally, these data were analyzed with *Chi Square* test, which delivered following result: There is not any relationship between the posture alteration of the vertebrae and the lower back pain experienced by pregnant women at the third trimester ( $p=0.378$ ). There are another factors that could cause the lower back pain in pregnant women.

**Keywords:** gestation, lower back pain, posture of vertebrae, *Posture Screen Mobile*