BAB V
HASIL PENELITIAN

A. Jalannya Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *William flexion exercise* dan *back massage* dalam menurunkan nyeri punggung bawah dan disabilitas pada ibu hamil. *Penelitian dilaksanakan di dua lokasi yakni* di wilayah kerja PKM Telaga Dewa Kota Bengkulu dan PKM Sukamerindu Kota Bengkulu.

Sebelum dilaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu mengurus administrasi dari Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang ditujukan kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (Kesbangpol) nomor 000.9.2/1963/KESBANGPOL-REK/2024 untuk mendapatkan rekomendasi penelitian, Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, PKM Telaga Dewa, dan PKM Sukamerindu di Kota Bengkulu. Setelah izin penelitian disetujui dan uji kelayakan etik dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Bengkulu keluar dengan sertifikat etik No.KEPK/644/10/10124.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Pada awal peneliti melakukan penentuan sampel yang akan dijadikan kelompok intervensi dan kontrol berdasarkan random alokasi menggunakan sistem lotre. Berdasarkan hasil lotre didapatkan bahwa kelompok intervensi berada di PKM Telaga Dewa Kota Bengkulu dan kelompok kontrol berada di PKM Sukamerindu Kota Bengkulu. Penelitian dilakukan pada 20 Oktober 2024 sampai 27 Desember 2024, Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *consecutive sampling*.

Pemilihan sampel dilakukan dengan melihat data ibu di buku kunjungan ANC yang memenuhi data inklusi yaitu umur dan usia kehamilan, didapatkan no HP kemudian menghubungi ibu dengan menanyakan ketidaknyamanan yang dirasakan sekarang, jika ibu mengeluh nyeri punggung bawah maka peneliti melakukan PSP (penjelasan sebelum penelitian) tentang prosedur penelitian, tujuan, waktu dan manfaat yang akan didapatkan oleh responden. Ibu yang setuju akan menentukan waktu dan dilanjutkan kerumah, saat pertemuan

pertama maka akan dilakukan tanda tangan *inform consent*, pre test, dan tindakan hari pertama.

Kelompok intervensi ibu diajarkan serangkaian latihan *william flexion exercise* yaitu latihan peregangan yang berfokus pada punggung bagian bawah terdiri dari *pelvic tilt, single knee to chest, double knee to chest, partial sit-up, hamstring, hip flexor stretch*, dan *squatting* dilakukan 2 kali seminggu dalam 2 minggu dengan durasi 15 menit, minggu kedua akan dilakukan *post test* untuk mengukur kembali intensitas nyeri dan disabilitas yang dirasakan ibu hamil.

Pelaksanaan penelitian pada kelompok kontrol dilakukan *back massage* yang selama 3 hari, Pertemuan pertama dengan responden, dilakukan *informed consent* dan masing-masing ibu hamil diberikan penjelasan tujuan, manfaat, dan prosedur kegiatan Setelah ibu menyetujui maka intervensi dilakukan dirumah ibu hamil, pengumpulan data diawali dengan wawancara untuk mengetahui karakteristik ibu hamil (usia ibu, usia kehamilan, pekerjaan, paritas, pendidikan, IMT prahamil, dan aktivitas) serta *pre test* dan tindakan *back massage*. Pertemuan kedua dilakukan tindakan *back massage* sesuai dengan SOP dan menggunakan minyak VCO 250 ml, pertemuan ketiga dilakukan back massage dan dilakukan *post test* untuk mengetahui skala nyeri dan disabilitas yang dirasakan ibu setelah diberikan tindakan selama 3 hari. Hasil dari penelitian ini semua responden berjumlah 40 orang, data yang didapatkan kemudian direkapitulasi dan dianalisis menggunakan *software* SPSS. Data numerik diolah dan disajikan dalam tabel berisi mean, median, minimum, maximum, standar devisiasi (SD), dan confidence interval (CI) 95%. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. Analisis Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk memberikan informasi gambaran tentang karakteristik responden ibu hamil kelompok intervensi (WFE) dan kelompok kontrol (*back massage*) berdasarkan usia ibu, usia kehamilan, pekerjaan, paritas, pendidikan, IMT prahamil, dan aktivitas. Sebelum dilakukan analisis uji bivariat dilakukan uji homogenitas dengan uji *chi square* usia 0,037, usia

kehamilan 0,157, paritas didapatkan *p value* 0,465, pekerjaan p value 0,288, pendidikan 0,705, IMT 0,571, dan aktivitas 0,288.

Hasil homogenitas menunjukan tidak ada perbedaan yang signifikan pada semua variabel (setara) dengan p value > 0.05 pada α ≥ 0,05 yang dapat dilihat pada tabel 5.1.

1. Gambaran karakteristik responden dan kesetaraan responden

Tabel 5.1
Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik pekerjaan, paritas, pendidikan, IMT, aktivitas di PKM Kota Bengkulu tahun 2024 (n=40)

Karakteristik	Intervensi n=20	Kontrol n=20	*p-value*[a]
Usia :			
Mean	29.20	27.75	0.037*
Min	20	21	
Max	34	35	
SD	3.750	4.191	
CI 95%	27.44;30.96	25.79;29.71	
Usia Kehamilan			
Mean	32.75	31.75	0.157*
Min	29	28	
Max	37	37	
SD	2.900	2.221	
CI 95%	31.39;34.11	30.71;32.79	
Paritas :			
Primigravida	4 (20%)	6 (30%)	0.465*
Multigravida	16 (80%)	14 (70%)	
Pekerjaan :			
Tidak Bekerja	13 (65%)	16 (80%)	0.288*
Bekerja	7 (35%)	4 (20%)	
Pendidikan :			
Tinggi (PT)	3 (15%)	5 (25%)	0.705*
Menengah (SMA/SMK)	11 (55%)	9 (45%)	
Dasar (SD-SMP)	6 (30%)	6 (30%)	
IMT :			
Kurus	3 (15%)	3 (11.8%)	0.571*
Normal	5 (25%)	8 (41.2%)	
Overweight	12 (60%)	9 (47.1%)	
Aktivitas :			
Ringan	13 (65%)	16 (80%)	0.288*
Sedang	7 (35%)	4 (20%)	

[a] *uji chi-square* ***sig p value > 0,05*

Karakteristik Ibu hamil menurut kelompok dapat dilihat pada Tabel 5.1 pada dua kelompok tersebut berdasarkan karakteristik (usia, usia kehamilan, paritas, pekerjaan, pendidikan, IMT prahamil, dan aktivitas) menunjukkan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

bahwa sebagian besar ibu hamil pada kedua kelompok usia paling muda 20 tahun dan paling tua usia 35 tahun dengan rerata kedua kelompok 28 tahun, usia kehamilan 28-37 minggu dengan rerata 32 minggu, paritas pada ibu hamil kelompok intervensi dengan multigravida sebanyak 16 orang (80%) dan kontrol 14 orang (70%). Pekerjaan ibu terbanyak pada kelompok intervensi tidak bekerja 13 orang (65%) dan untuk kelompok kontrol tidak bekerja 16 orang (80%), kelompok intervensi memiliki pendidikan menengah (SMA/SMK) sebanyak 11 orang (55%) dan kontrol 9 orang (45%), kelompok intervensi memiliki IMT *overweight* sebanyak 12 orang (60%) dan kontrol 9 orang (47.1%), serta ibu hamil pada kelompok intervenai memiliki aktivitas ringan sebanyak 13 orang (65%) sedangkan pada kelompok kontrol beraktivitas ringan sebanyak 16 orang (80%).

C. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh WFE dan Back massage terhadap nyeri punggung bawah dan disabilitas ibu hamil dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan uji *Mann Whitney* karena data tidak berdistribusi normal.

Uji *shapiro wilk* adalah untuk melihat normalitas pada kelompok intervensi WFE dan *Back massage* pada kelompok kontrol terhadap nyeri punggung bawah dan disabilitas. Nilai signifikasi dari kelompok perlakuan baik sebelum intervensi dan sesudah intervensi <0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data tidak memenuhi asumsi normalitas. Jadi analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test.* Kemudian untuk mengetahui perbedaan rata-rata antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol menggunakan uji *Mann Whitney*

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

1. **Perbedaan skala nyeri pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberi intervensi pada kelompok *WFE* dan *Back Massage***

Tabel 5.2
Skala nyeri pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberi intervensi pada kelompok WFE dan *Back Massage* di PKM Kota Bengkulu

Skala Nyeri	n	Sebelum		Sesudah		Δ Mean (SD)	*p-value*[a]
		Min-Mak	Mean (SD)	Min-Mak	Mean (SD)		
Intervensi	20	3- 6	4,90 (0,912)	1- 4	2,55 (0,826)	2,35 (0,086)	0,001*
Kontrol	20	3- 6	4,85 (0,988)	1- 5	3,45 (1,099)	1,40 (0,111)	0,001*
p-value[b]		0,875*		0,007*		0.001*	

[a]*wilcoxonsingned rank test*–[b]*Mann whitney u test*

Berdasarkan Tabel 5.2 dapat dilihat bahwa pada uji *wilcoxon singned rank test* kelompok intervensi didapatkan p-value yaitu 0,001 (p<0,05) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh WFE terhadap penurunan nyeri punggung bawah ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Sedangkan kelompok kontrol, didapatkan p-value yaitu 0,001 (p<0,05) yang menunjukkan ada pengaruh *Back massage* di wilayah kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu.

Berdasarkan uji *Man Whitney u test* antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk skala nyeri sebelum diberikan WFE dan *back massage* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,875 (p >0,05) yang artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan sebelum berikan tindakan WFE dan *back massage* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol atau dengan kata lain ibu hamil memiliki skala nyeri yang sama sebelum diberikan tindakan. Sedangkan hasil sesudah diberikan WFE dan *back massage* didapatkan p-value sebesar 0,007 (p<0,05) yang menunjukan bahwa terdapat perbedaan signifikan skala nyeri antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

2. Perbedaan Skor Disabilitas pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberi intervensi pada kelompok *WFE* dan *Back Massage*

Tabel 5.3
Skor Disabilitas pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberi intervensi pada kelompok WFE dan *Back Massage* di PKM Kota Bengkulu

Skor disabilitas	n	Sebelum		Sesudah		Δ Mean (SD)	*p-value*[a]
		Min-Mak	Mean (SD)	Min-Mak	Mean (SD)		
Intervensi	20	12- 28	19.30 (4.414)	12- 24	16.95 (4.123)	2.35 (0.291)	0,001*
Kontrol	20	14- 36	18.70 (5.886)	12- 34	17.35 (5.896)	1,35 (0.01)	0,001*
p-value[b]		0,859*		0,304*		0.023*	

[a]*wilcoxonsingned rank test*–[b]*Mann whitney u test*

Berdasarkan Tabel 5.3 kelompok intervensi pada uji *wilcoxon singned rank test* didapatkan p-value yaitu 0,001 (p<0,05) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh WFE terhadap disabilitas ibu hamil. Sedangkan kelompok kontrol, didapatkan p-value yaitu 0,001 (p<0,05) yang menunjukkan ada pengaruh *Back massage* terhadap disabilitas ibu hamil.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan uji *Man Whitney u test* antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk disabilitas sebelum diberikan WFE dan *Back massage* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,859 (p >0,05) yang artinya tidak terdapat perbedaan sebelum diberi tindakan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol atau dengan kata lain ibu hamil mengalami disabilitas yang sama sebelum diberikan WFE dan *Back massage*, sedangkan untuk hasil sesudah diberikan WFE dan *Back massage* didapatkan *p-value* sebesar 0,304 (p>0,05) yang menunjukan bahwa tidak terdapat perbedaan disabilitas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

3. Efektivitas WFE dengan *back massage* terhadap skala nyeri dan disabilitas diberi intervensi pada kelompok *WFE* dan *Back massage*

Tabel 5.4
Efektivitas WFE dengan *back massage* terhadap skala nyeri dan disabilitas

Variabel	n	Mean (SD)	Mean Diff	Efektivitas (%)
Skala nyeri				
Kelompok Intervensi	20	2,35 (0,086)	0,95	45,56
Kelompok Kontrol	20	1,40 (0,111)		27,42
Disabilitas				
Kelompok Intervensi	20	2,35 (0,291)	1	12,17
Kelompok Kontrol	20	1,35 (0,01)		7,21

Berdasarkan tabel 5.4 menggambarkan rata-rata nyeri setelah diberikan WFE pada kelompok intervensi dengan mean 2,35 dan rata-rata kelompok kontrol sebesar 1,40 terdapat perbedaan selisih rerata nyeri pada kedua kelompok 0,95. Sedangkan untuk rata-rata disabilitas setelah diberi WFE sebesar 2,35 dan kontrol 1,35 terdapat perbedaan atau selisih sebesar 1.

Berdasarkan efektivitas pada tabel 5.4 didapatkan efektivitas untuk menurunkan nyeri pada kelompok WFE sebesar 45,56 % dan kelompok *back massage* memiliki efektivitas 27,42%, sedangkan untuk efektivitas penurunan disabilitas didapatkan WFE 12,17% dan *back massage* 7,21 %. Dapat disimpulkan bahwa WFE dan *back massage* lebih efektivitas dalam menurunkan nyeri.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu