BAB VI
PEMBAHASAN

A. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Gambaran karakteristik responden

Pada penelitian ini responden yang terlibat yaitu ibu hamil di wilayah kerja PKM Telaga Dewa dan Sukamerindu Kota Bengkulu berjumlah 40 responden. Pengkajian dilakukan saat ibu merasakan nyeri, Hasil menunjukkan bahwa usia rata-rata ibu hamil 28 tahun, usia responden dalam penelitian ini hampir sama dengan penelitian (Ratih, 2022) menunjukan dari 37 ibu hamil di puskesmas karanganyer hampir seluruh ibu memiliki usia 20-35 tahun sebanyak 34 orang (91,9%).

Usia kehamilan dalam penelitian ini *min max* 28-37 minggu dengan rata-rata 32 minggu. Hasil penelitian sesuai dengan Purnamasari (2019) bahwa di semarang mayoritas memiliki usia kehamilan 28-38 minggu, penelitian Sukeksi (2018) sebagian besar ibu hamil memiliki usia kehamilan 31-37 minggu sebesar 80%. Keluhan nyeri punggung bawah banyak dialami oleh ibu hamil karena bertambahnya usia kehamilan maka rahim akan ikut membesar sehingga terjadi perubahan titik berat tubuh (Purnamasari, 2019).

Penelitian ini sebagian besar ibu multigravida (80%), penelitian ini menunjukkan bahwa wanita dengan paritas tinggi cenderung mengalami penurunan tonus otot di area punggung dan perut akibat kehamilan sebelumnya. Pada wanita primigravida memiliki otot abdomen yang sangat baik karena otot tersebut belum pernah mengalami peregangan sebelumnya (Rahmatul, 2023). Pada multipara otot-otot sudah melemah dan menyebabkan otot gagal dalam menopang bagian uterus yang sudah membesar sehingga banyak yang mengalami nyeri punggung bawah (Fithriyah *et al*., 2020).

Setengah dari Ibu hamil merupakan ibu rumah tangga atau tidak bekerja (80%). Penelitian ini sejalan dengan Freike S.N Lumy (2023) yang

Komenkes
Poltekkes Bengkulu

menyatakan bahwa nyeri punggung bawah ibu dihubungkan dengan keletihan yang dialami ibu dalam mengerjakan kegiatan rumah tangga, seperti membungkuk yang berlebihan, berjalan tanpa istirahat, dan angkat beban. Pekerjaan rumah tangga seperti menyapu, mengepel, memasak, dan mengasuh anak akan menekan bagian daerah punggung bawah, dan perubahan mekanik tubuh dapat memperburuk nyeri punggung bawah (Omoke *et al*., 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil memiliki jenjang pendidikan Menengah (SMA/SMK) yaitu (55%). Penelitian ini menunjukkan semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin banyak pengetahuan yang dimiliki, Sebaliknya semakin rendah pendidikan seseorang maka akan menghambat perkembangan pengetahuan dan sikap yang dimiliki seseorang untuk mengatasi masalah Orang yang berpendidikan tinggi biasanya bertindak lebih rasional (Ginting *et al*., 2021). Seorang ibu hamil diharapkan mampu memahami informasi tentang cara mengatasi nyeri punggung bawah.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Ibu hamil dalam penelitian ini memiliki IMT *overweight* sebanyak (60%), memiliki berat badan berlebih akan menyebabkan beban tambahan pada tulang belakang termasuk otot dan ligamen sehingga menyebabkan nyeri punggung bawah, tulang belakang menopang sebelum hamil dan saat hamil akan terjadi pertambahan beban inilah yang menambah beban kerja yang berlebih pada tulang belakang, dan otot- otot punggung, serta menimbulkan keluhan nyeri punggung bawah (Rahmawati, 2021).

Sebagian besar ibu hamil dalam penelitian ini memiliki aktivitas dengan kategori ringan sebanyak (80%), aktivitas ibu terhalang oleh nyeri punggung bawah sehingga membatasi dalam beraktivitas, dalam melakukan kegiatan rumah tangga, seperti membungkuk yang berlebihan, berjalan tanpa istirahat, dan angkat beban yang dihubungkan dengan keletihan yang dialami ibu dalam mengerjakan kegiatan (Freike S.N Lumy *et al*., 2023).

2. Perbedaan skala Nyeri sebelum dan sesudah intervensi

Skala nyeri dalam penelitian ini berasal dari data primer ibu hamil. Hasil analisis berdasarkan Tabel 5.2 menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang bermakna rata-rata skala nyeri setelah diberikan WFE dengan rata-rata sebesar 2,55 dengan SD 0,826, Sedangkan skala nyeri dengan *back massage* dengan nilai rata-rata sebesar 3,45 dengan SD 1,099. Sehingga rata-rata penurunan skala nyeri dengan WFE lebih menurun dibandingkan dengan *back massage.*

Sejalan dengan penelitian Halimah (2022) yang dilakukan pada penderita nyeri punggung bawah miogenik di Malang pada tahun 2022 dengan 40 orang didapatkan bahwa penerapan WFE efektif menurunkan intensitas nyeri dan WFE juga dapat meningkatkan fleksibilitas otot sebesar 0,7. Hasil penelitian juga sejalan dengan (Syamsuddin, 2020) dengan rerata skala nyeri punggung ibu hamil trimester III sebelum latihan 3,39, SD 0,502 dan setelah latihan 2,50 SD 0,0514. Nilai p = 0,000 (p<0,05), maka terdapat perbedaan yang signifikan antara nyeri punggung sebelum dan setelah latihan pada ibu hamil trimester III.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan hasil statistik dengan uji *Wilcoxon signed rank test* didapatkan *p-value* = 0,001 (<0,05) hal ini yang berarti ada pengaruh pretest dan post tes pada skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan WFE pada kelompok intervensi, dan pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan *back massage* memiliki perbedaan bermakna dengan *p-value* = 0,001 (<0,05) yang menandakan ada pengaruh setelah diberikan *back massage.*

Penurunan skala nyeri menggunakan WFE dengan *p-value* = 0,001 adanya pengaruh sebelum dan sesudah diberikan gerakan WFE hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa gerakan WFE akan melonggarkan otot punggung bawah yang mengalami pemendekan sehingga mengaktivasi golgi tendon dengan mengeluarkan muatan listrik dan membuat otot berkontraksi, sedangkan reseptor *muscle spindle* akan mengurangi ketegangan dan memanjangkan otot sehingga

terjadi relaksasi dan meningkatkan fleksibilitas otot akibatnya kerja otot menjadi lebih seimbang dan membuat kemampuan fungsional meningkat sehingga efektif menurunkan nyeri (Zahratur & Priatna, 2019).

Penurunan skala nyeri menggunakan *back massage* didapatkan memiliki perbedaan bermakna dengan *p-value* = 0,001 (<0,05) yang menandakan ada pengaruh setelah diberikan *back massage.* Penelitian terkait *Back massage* terhadap nyeri punggung bawah telah dilakukan dan efektif menurunkan nyeri. Penelitian (Sanggu & Suyani, 2023) yang dilakukan pada ibu hamil penderita nyeri punggung bawah di Yogyakarta pada tahun 2023 dengan 30 responden, menyatakan bahwa penerapan *Back massage* terjadi penurunan intensitas nyeri sebelum intervensi dengan skala 6 menjadi skala 4, selain itu *back massage* juga dapat menurunkan nyeri sebesar 2,17.

Berdasarkan hasil statistik dengan uji *Man Whitney u test* antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk skala nyeri sesudah diberi tindakan WFE dan *back massage* didapatkan *p-value* sebesar 0,007 (p<0,05) yang menunjukan bahwa terdapat perbedaan skala nyeri antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil dari uji selisih perbedaan skala nyeri didapatkan *p-value* 0,001 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Dari kedua tindakan tersebut yang lebih berpengaruh terhadap skala nyeri yaitu WFE dengan selisih rata-rata sebelum dan sesudah didapatkan 2,35 dan 1,40 untuk *back massage* dimana lebih besar selisih WFE dibandingkan *back massage*.

3. Perbedaan rata-rata disabilitas sebelum dan sesudah intervensi

Data disabilitas dalam penelitian ini berasal dari data primer ibu. Hasil analisis berdasarkan Tabel 5.3 menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang bermakna rata-rata penurunan skor disabilitas setelah diberikan intervensi WFE dengan nilai rata-rata sebesar 16,95 sedangkan kelompok kontrol *back massage* dengan rata-rata sebesar 17,35. Rata-rata penurunan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

skor disabilitas dengan WFE lebih menurun dibandingkan dengan *back massage.*

Berdasarkan hasil statistik dengan uji *Wilcoxon signed rank test* didapatkan *p-value* = 0,001 (<0,05) hal ini berarti ada pengaruh pretest dan post test pada penurunan disabilitas pada kelompok intervensi (WFE). Pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan *back massage* memiliki perbedaan bermakna dengan *p-value* 0,001 (<0,05) yang menandakan ada pengaruh *back massage* terhadap penurunan disabilitas.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Zahratur *et al* (2019) mengatakan bahwa WFE dapat menurunkan rata-rata disabilitas dan meningkatkan fleksibilitas lumbal, hal ini sejalan juga dengan peneliti sebelumnya yang mengatakan terdapat penurunan bermakna rerata skor ODI pasca intervensi p= 0,000 (Jumiati & Dewi, 2022). Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan Anung (2023) yang menginformasikan juga bahwa WFE lebih berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan fungsional pada pasien yang mengalami nyeri punggung bawah dan efektif meningkatkan kemampuan fungsional serta terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok yang diberikan dengan kelompok yang tidak diberi WFE sebesar 5,1.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Penelitian ini sejalan dengan Ningtyas *et al.*, (2023) bahwa *Back massage* merupakan teknik usapan secara perlahan yang mempengaruhi saraf otonom, usapan memberi dampak vasodilatasi pada pembuluh darah lokal, sehingga meningkatkan peredaran darah pada area yang diusap sehingga aktivitas sel meningkat, mengurangi rasa sakit, mengurangi nyeri, menghasilkan relaksasi yang dihasilkan oleh kadar endorphin, membantu mengurangi ketegangan otot sehingga membuat kemampuan fungsional meningkat (Ningtyas *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil statistik dengan uji *Man Whitney u test* antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk skor disabilitas sesudah diberi tindakan WFE dan *back massage* didapatkan *p-value* sebesar 0,304 (p>0,05) yang menunjukan bahwa terdapat perbedaan skor disabilitas antara

kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil dari uji selisih perbedaan disabilitas didapatkan *p-value* 0,023 yang berarti terdapat perbedaan tetapi tidak signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Dari kedua tindakan tersebut yang lebih berpengaruh terhadap disabilitas yaitu WFE dengan selisih rata-rata sebelum dan sesudah didapatkan 2,35 dan 1,35 untuk WFE dimana lebih besar selisih dibandingkan *back massage*.

Sejalan dengan penelitian Vainder *et al*., (2023) menyatakan bahwa disabilitas akan tetap ada dalam masa kehamilan karena adanya pembesaran uterus dan menghambat dalam beraktivitas, semakin bertambah trimester semakin bertambah disabilitas yang dialami.

4. Efektivitas WFE dengan *back massage* terhadap skala nyeri dan disabilitas

Berdasarkan hasil analisis tabel 5.4 menunjukkan pada kelompok WFE terjadi penurunan intensitas nyeri lebih besar dibandingkan kelompok *back massage* dapat dilihat dari penurunan nyeri setelah intervensi 2,35 dan memiliki efektivitas sebesar (45,56%), Disabilitas terjadi penurunan sebesar 2,35 dengan efektivitas (12,17%).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Penelitian ini sejalan dengan Setiawan (2022) di yogyakarta terdapat penurunan nyeri punggung bawah setelah diberi WFE dengan efektivitas sebesar 1,9. Hal ini sejalan dengan penelitian Fitriyani (2020) dimana WFE menurunkan nyeri 1,07 dan memperbaiki fleksibilitas sendi 0,125. WFE menurunkan disabilitas sebesar 18,50 dan terjadi kenaikan fleksibilitas lumbal serta meningkatkan aktivitas fungsional sehari-hari pada pasien LBP miogenik (Zahratur & Priatna, 2019).

WFE berpengaruh dalam menurunkan disabilitas 2,35 pada kelompok intervensi, dan back massage 1,35. Efektivitas di dapatkan WFE (12,17%) dan kontrol (7,21%). Sejalan dengan penelitian Vainder *et al*., (2023) menyatakan bahwa disabilitas akan tetap ada dalam masa kehamilan karena adanya pembesaran uterus dan menghambat dalam beraktivitas, semakin bertambah trimester semakin bertambah disabilitas yang dialami.

Nyeri turun karena WFE melonggarkan otot punggung bawah yang mengalami pemendekan dengan mengaktivasi golgi tendon sehingga membuat otot berkontraksi, dan reseptor *muscle spindle* mengurangi ketegangan serta memanjangkan otot akibatnya terjadi relaksasi dan fleksibilitas otot meningkat dan otot menjadi lebih seimbang (Zahratur & Priatna, 2019).

Berdasarkan hasil analisis tabel 5.4 menunjukkan pada kelompok *back massage* terjadi penurunan intensitas nyeri setelah tindakan 1,40 dan memiliki efektivitas (27,42%), serta disabilitas terjadi penurunan sebesar 1,35 dengan efektivitas (7,21%).

Penelitian ini sejalan dengan Sanggu (2023) yang dilakukan pada ibu hamil penderita nyeri punggung bawah menyatakan bahwa penerapan *Back massage* terjadi penurunan intensitas nyeri sebesar 2,17. Penelitian Ahmad (2022) menginformasikan *Back massage* lebih berpengaruh terhadap peningkatan fungsional pada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah. *Back massage* efektif meningkatkan kemampuan fungsional dan terjadi perbedaan yang signifikan pada kelompok yang diberikan dengan kelompok yang tidak diberi *Back massage* sebesar 3,2.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Back massage pemijatan yang dilakukan untuk menstimulasi reseptor sensorik pada kulit dan sub kulit untuk mengurangi rasa nyeri, tindakan yang dilakukan dengan tekanan tangan pada jaringan lunak, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk menghasilkan relaksasi atau memperbaiki sirkulasi (Yantina & Evrianasari, 2020). Usapan perlahan akan mempengaruhi saraf otonom, dengan lotion/minyak memberi dampak yang mengakibatkan dilatasi pada pembuluh darah lokal. Vasodilatasi pembuluh darah akan meningkatkan peredaran darah pada area yang diusap sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa sakit (Ningtyas *et al.*, 2023).

Perbedaan penurunan skala nyeri punggung bawah dan disabilitas disebabkan program WFE memiliki 7 gerakan sementara pada *back massage* hanya usapan pada bagian punggung belakang. WFE dapat

meningkatkan kekuatan otot karena dapat melonggarkan otot punggung bawah yang mengalami pemendekan dan fleksibilitas otot meningkat serta otot menjadi lebih seimbang (Zahratur & Priatna, 2019). Sedangkan *back massage* hanya sekedar usapan tidak sampai kebagian dalam, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi (Yantina & Evrianasari, 2020). Faktor lain yang dapat menyebabkan perbedaan skala nyeri dan disabilitas yaitu persepsi setiap orang terhadap yang dirasakan berbeda-beda. Nyeri yang dirasakan sesuai dengan kondisi ataupun pengalaman individu (Yulendasari *et al*., 2022). Disabilitas akan tetap ada dalam masa kehamilan karena adanya pembesaran uterus dan menghambat dalam beraktivitas (Vainder *et al*., 2023)

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa WFE lebih efektif dalam menurunkan nyeri punggung bawah dan disabilitas dibandingkan *back massage*. Namun, intervensi WFE dan *back massage* keduanya dapat menurunkan skala nyeri punggung bawah dan disabilitas. Kedua intervensi ini dapat dilakukan oleh ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah, dan latihan ini dapat dilakukan secara mendiri serta tidak memiliki efek samping dibandingkan dengan terapi farmakologi.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari banyak terdapat keterbatasan dalam penelitian ini, diantaranya adalah :

1. Jumlah sampel dalam penelitian ini masih berskala kecil sehingga hasil penelitian belum bisa digeneralisasikan untuk populasi ibu hamil diwilayah Kota Bengkulu dan lainnya,
2. Peneliti tidak uji multivariat analisis untuk variabel coufording sehingga belum teridentifikasi faktor lain yang dapat mepengaruhi hasil penelitian. Persepsi pasien terhadap nyeri berbeda-beda yang akan berpengaruh terhadap skala nyeri.