

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI AKTIVITAS FISIK
TERHADAP KEJADIAN *LOW BACK PAIN* DAN *ATTITUDE*
AKTIVITAS FISIK PADA IBU HAMIL**

**Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



Disusun oleh

ADELIA PRISKA AMANDA

20200320131

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2024

PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Adelia Priska Amanda

NIM : 20200320131

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya tulis saya dan belum diajukan dalam bentuk apapun diperguruan tinggi manapun. Seluruh sumber informasi yang digunakan dalam skripsi ini telah disebutkan di dalam teks dan dicantumkan ke dalam daftar pustaka bagian akhir skripsi ini.

Apabila dikemudian hari terbukti ditemukan kesamaan ataupun hasil penjiplakan dari skripsi ini, maka saya siap bertanggung jawab dan menerima semua konsekuensi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 1 Juni 2024

Yang membuat pernyataan



Adelia Priska Amanda

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, hidayah, dan pertolongan-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan laporan skripsi yang berjudul nnn. Skripsi ini ditulis untuk memenuhi tugas akhir memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Selama proses penyusunan skripsi ini banyak melalui hambatan, namun berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak akhirnya saya dapat menyelesaikan penyusunan proposal penelitian ini.

Selama penyusunan skripsi, penulis menyadari banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taupik dan hidayahnya sehingga saya dapat menyelesaikan laporan skripsi.
2. Kedua orang tua dan keluarga saya, Ibu, Bapak, Omah, Ato, Om Toni, Tante Sinar, Tete Zea dan Adek Fey yang telah memberikan do'a, motivasi dan dukungannya sehingga saya tidak menyerah untuk menyelesaikan tugas akhir saya.
3. Ibu Sutantri, S.Kep., Ns., M.Sc., Ph.D selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Ibu Yuni Astuti, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Mat, selaku dosen pembimbing yang selalu membimbing saya dalam penulisan skripsi ini.
5. Ibu Riski Oktafia, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Mat, selaku dosen penguji yang juga ikut serta dalam memberikan arahan kepada saya dalam penulisan skripsi.
6. Kakak Nurullita Tri Andini yang sudah saya anggap sebagai kaka saya sendiri, yang selalu membantu dan memberikan dukungan kepada saya dari awal sampai akhir penulisan, sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan ini.
7. Sahabat Until Jannah saya, yang selalu menemani dan membantu saya dari awal perkuliahan sampai proses penulisan skripsi.
8. Sahabat wisma yang selalu membantu dan memberikan dukungan kepada saya.
9. Teman-teman PSIK angkatan 2020 yang solid dan saling membantu penulis.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Yogyakarta, 1 Juni 2024


Adelia Priiska Amanda

DAFTAR ISI

LAMPIRAN PENGESAHAN.....	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR SINGKATAN	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	3
A. Latar belakang	3
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian.....	13
E. PenelitianTerkait.....	14
BAB II.....	18
TINJAUAN PUSTAKA.....	18
A. Landasan Teori.....	18
1. Kehamilan	18
2. <i>Low Back Pain</i>	22
3. <i>Attitude</i> Aktivitas Fisik.....	31
4. Edukasi Aktivitas Fisik.....	36
B. Kerangka Teori	56
C. Kerangka Konsep	57
D. Hipotesis.....	57
BAB III.....	58
METODE PENELITIAN	58
A. Desain Penelitian.....	58
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	59
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	59
D. Variabel Penelitian.....	62
1. Variabel Independen (<i>Independent Variable</i>).....	62
2. Variabel Dependen (<i>Dependent Variable</i>).....	62

E. Definisi Operasional.....	62
F. Instrumen Penelitian.....	63
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	67
H. Cara Pengumpulan Data.....	68
1. Persiapan	69
2. Pengambilan data	70
3. Tahap analisis	73
4. Tahap akhir.....	74
I. Pengolahan Data.....	74
1. <i>Editing</i>	74
2. <i>Coding</i> (Memberi kode)	74
3. Tabulasi.....	75
4. <i>Entry data</i>	75
5. <i>Cleaning data</i>	75
J. Analisis Data	76
1. Analisa univariat.....	76
2. Analisa bivariat.....	76
K. Etika Penelitian.....	77
1. <i>Inform Consent</i> (lembar persetujuan)	77
2. <i>Anonimity</i> (tanpa nama).....	78
3. <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	78
4. <i>Notice</i> (Pemberitahuan).....	78
5. <i>Justice</i> (keadilan).....	78
6. <i>Beneficence and no maleficence</i> (kebermanfaatan dan tidak merugikan)	79
BAB IV	80
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	80
BAB V.....	100
KESIMPULAN DAN SARAN	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA	103
LAMPIRAN	119

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Desain Penelitian	58
Tabel 2. Definisi Operasional	62
Tabel 3. Kategori skala <i>likert</i> kuisioner <i>the pain and distress scale</i>	64
Tabel 4. Kategori skoring skala <i>likert</i> kuisioner <i>the pain and distress scale</i>	64
Tabel 5. Item kuisioner sikap ibu hamil terhadap aktivitas fisik.....	65
Tabel 6. Skala <i>Likert</i> kuisioner sikap ibu hamil terhadap aktivitas fisik	65
Tabel 7. Koding.....	74
Tabel 8. Uji analisis bivariat	77
Tabel 9. Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia reponden	81
Tabel 10. Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia kehamilan, paritas, pekerjaan, pendidikan	81
Tabel 11. Distribusi tingkat LBP responden	82
Tabel 12. Distribusi tingkat <i>attitude</i> responden	83
Tabel 13. Pengaruh pemberian edukasi aktivitas fisik terhadap kejadian LBP pada ibu hamil	84
Tabel 14. Pengaruh pemberian edukasi aktivitas fisik terhadap <i>attitude</i> ibu hamil	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	56
Gambar 2. Kerangka Konsep	57

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
MHLW	: <i>Ministry of Health, Labour and Welfare</i>
LBP	: <i>Low Back Pain</i>
SC	: <i>Sectio Caesarea</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner untuk Keluhan <i>Low Back Pain (LBP)</i>	119
Lampiran 2. Penjelasan Penelitian.....	121
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden	122
Lampiran 4. Kuisisioner Karakteristik Responden	123
Lampiran 5. Kuisisioner Pengaruh Pemberian Edukasi Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian <i>Low Back Pain</i> dan <i>Attitude</i> Aktivitas Fisik.....	124
Lampiran 6. Pertanyaan Mengenai Sikap Ibu Hamil terhadap Aktivitas Fisik.....	125
Lampiran 7. Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	126
Lampiran 8. Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	127
Lampiran 9. Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	128
Lampiran 10. Protokol Intervensi.....	129
Lampiran 11. Satuan Acara Pengajaran.....	143
Lampiran 12. SPSS	167
Lampiran 13. Dokumentasi	171