

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Penelitian Terkait

Berdasarkan review jurnal yang dilakukan penelitian, sejauh ini belum ada penelitian tentang Pengaruh Pemberian Video GENMI (Menggendong Ergonomis) Terhadap Tingkat Nyeri Ibu dengan Anak Usia 6-24 Bulan, tetapi dari review jurnal terdapat penelitian terdahulu yang mirip dengan penelitian ini, berikut penelitian terkait yang pernah dilakukan sebelumnya.

Tabel 2. 1 Penelitian Terkait

No	Judul Penelitian	Desain & Metodologi	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	<i>Baby-Carrying Method Impacts Caregiver Postural Sway and Pain During Prolonged Standing</i> (Mannen <i>et al.</i> , 2020).	Penelitian ini menggunakan desain penelitian <i>Single-subject design</i> (desain subjek tunggal). Rancangan dalam penelitian ini menggunakan satu kelompok tanpa penggunaan kelompok kontrol, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.	Berdasarkan analisis data yang diperoleh maka dapat disimpulkan ibu melaporkan nyeri yang jarang saat menggendong dan posisi menggendong yang tepat atau ergonomis.	Persamaan dalam penelitian ini adalah rancangan <i>pre design</i> dan meneliti mengenai nyeri yang dirasakan ketika menggendong.	Perbedaan dari penelitian ini terletak pada, variabel penelitian, sampel, waktu dan lokasi penelitian.
2.	<i>The Efficiency Of Babywearing In Terms Of Perceived Exertion While Walking</i>	Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimental dengan intervensi.	Berdasarkan analisis data dapat disimpulkan bahwa variabel independen berpengaruh signifikan terhadap penilaian tenaga yang dirasakan ( $p < 0.05$ ). menggendong yang	Persamaan dalam penelitian ini adalah rancangan <i>pre design</i> dan meneliti tentang menggendong.	Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada variabel penelitian, sampel, waktu dan lokasi penelitian.

(Hashim <i>et al.</i> , 2017).	<p>dilakukan pengasuh dengan menggunakan <i>carrier</i> dan pembungkus atau kain berstruktur lembut dan menggunakan posisi menggendong yang ergonomis tercatat tenaga yang dirasakan lebih rendah dibandingkan dengan menggendong yang biasa dilakukan dengan atau tanpa gendongan. Teknik menggendong yang ergonomis dapat memberikan kenyamanan dan mengurangi rasa sakit pengasuh.</p>
<p>3. Tinjauan Ergonomi Dan Antropometri Pada Kain Gendong Tradisional (Jarik Gendong) (Octiva &amp; Soedarwan to 2019). Indonesia</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode kualitatif (observasi, wawancara dan studi pustaka). Berdasarkan analisis data yang diperoleh &amp; dapat disimpulkan mengenai Tinjauan Ergonomi &amp; Antropometri Kain Gendong Tradisional (Jarik Gendong) bahwa pada sisi ergonomi pada kain jarik gendong tradisional di era modern baik digunakan dalam menggendong apabila saat ibu menggendong anaknya dilakukan dengan memenuhi aturan TICKS dan penggunaan kain jarik yang</p> <p>Persamaan dalam penelitian ini adalah akan meneliti mengenai menggendong ergonomis.</p> <p>Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada variabel penelitian, sampel, metode penelitian, design penelitian, waktu dan lokasi penelitian.</p>

		ergonomis.				
4.	<i>Baby carriers: a comparison of traditional sling and front-worn, rear-facing harness carriers</i> (Wu et al., 2016)	Penelitian menggunakan desain eksperimental	ini	Berdasarkan analisa data dapat disimpulkan bahwa tanggapan fisiologis ibu dalam hal EMG, tekanan bahu, suhu kulit dan detak jantung saat menggendong ergonomis dengan gendongan tradisional serta posisi menggendong yang tepat memiliki tekanan bahu yang lebih rendah dibandingkan dengan menggendong yang biasa dilakukan atau menggendong tanpa gendongan.	Persamaan dalam penelitian ini adalah rancangan <i>pre</i> dan <i>post test design</i> dan sama-sama meneliti tentang menggendong.	Perbedaan dari penelitian ini adalah terletak pada variabel, sampel, design penelitian, waktu dan tempat penelitian.

## B. Landasan Teori

### 1. Menggendong Ergonomis

#### a. Pengertian Menggendong Ergonomis

Menggendong merupakan cara alami untuk membantu bayi berpindah tempat (Zukunfat-Huber, 1999 dalam Octiva & Soedarwanto, 2019). Menurut *Occupational Safety and Health Administration* (2000), bahwa ergonomis merupakan praktek dalam mendesain peralatan dan rincian pekerjaan sesuai dengan kapasitas pekerja dengan tujuan untuk mencegah cedera pekerja. Menggendong merupakan suatu aktivitas yang dilakukan oleh semua orang tua untuk

menunjukkan kasih sayang orang tua dan dapat meningkatkan kualitas hidup pada anak. Menggendong ergonomis adalah suatu usaha manusia dalam praktek menggendong anak yang ditinjau dari anatomi dan fisiologis menggendong dengan menggunakan prinsip *M-Position* (Octiva & Soedarwanto, 2019). *M-Position* yaitu dimana posisi anak membentuk dasar atau alas bokong lebih lebar sampai ke paha, sehingga lutut anak terdorong keatas membentuk huruf M dan bokong anak lebih rendah dari lutut (Miller, 2016).

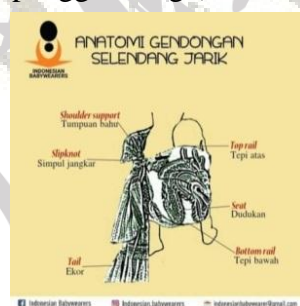
Saat digendong, posisi bayi berada dalam dekapan orang tua dan terjadi kontak fisik antar bayi dengan penggendong. Hal ini, dapat membuat bayi merasa terjaga, nyaman, aman dan akan memberikan kesempatan bagi bayi untuk melihat lingkungan disekitarnya (Williams, 2012 dalam Octiva & Soedarwanto 2019). Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa menggendong ergonomis adalah suatu kegiatan menggendong anak yang dilakukan oleh orang tua atau ibu untuk membantu aktivitas dan menunjukkan kasih sayang orang tua kepada anak yang ditinjau dari anatomi dan fisiologi menggendong dengan menggunakan prinsip *M-Position*.

#### **b. Jenis Gendongan Ergonomis**

Gendongan ergonomis merupakan gendongan yang mendukung perkembangan fisik seperti tulang punggung dan sendi pinggul (hip joint) anak yang merupakan poin penting dalam memilih gendongan. Jenis-jenis gendongan ergonomis yaitu.

## 1) Gendongan Selendang Jarik dengan Simpul Jangkar

Gendongan selendang jarik dengan teknik simpul jangkar ini berbeda dengan gendongan yang menumpukan beban di bahu penggendong. Teknik ini ujung kain yang pajang diikatkan dengan ujung kain yang pendek yang tersampir di bahu dengan simpul jangkar dan melebarkan kain yang berada dibahu. Teknik simpul jangkar ini mengikuti bentuk anatomi bahu penggendong sehingga pada tumpuhan bahu penggendong tidak cepat merasa pegal. Menggendong dengan teknik ini anak tidak akan merosot karena ikatan simpul yang kuat sehingga aman digunakan. Jarik yang digunakan umumnya dengan ukuran 70 cm – 80 cm x 250 cm dengan bahan gendongan kain berasal dari kain katun 100%. Jarik gendong ini dapat dikatakan ergonomis atau aman dengan memperhatikan 5 aturan TICKS dan menyesuaikan dengan bahu penggendong (Octiva & Soedarwanto, 2019).



Gambar 2.1. Anatomi Gendongan dengan Jarik menggunakan Teknik Simpul Jangkar (Sumber : Indonesia Babywears)

## 2) Gendongan *Soft Structured Carrier* (SSC)

Gendongan *Soft Structured Carrier* (SSC) mempunyai kenyamanan dan kemudahan bagi penggendong, gendongan ini dilengkapi ban pinggang yang berbusa tebal begitu juga dengan tali dipundak yang membuat nyaman penggendong dan ergonomis. Gendongan ini dapat digunakan dengan posisi anak didepan dan belakang (Md Ghani *et al.*, 2014).



Gambar 2.2. Anatomi Gendongan *Soft Structured Carrier* (Sumber : Indonesia Babywears)

## 3) Gendongan Ring Sling

Menggendong dengan gendongan Ring Sling merupakan gendongan yang menggunakan alat bantu ring untuk menyatukan kedua ujung kain agar kuat untuk menggendong. Ikatan pada ring sling berlokasi di depan dada dengan tumpuhan bahu kanan. Teknik Ring Sling merupakan teknik yang aman untuk menggendong anak usia 0-5 bulan (Octiva & Soedarwanto, 2019).



Gambar 2.3. Anatomi Gendongan Ring Sling (Sumber : Indonesia Babywears)

#### 4) Gendongan Pouch Sling

Gendongan Pouch Sling merupakan gendongan berupa kain yang dijahit melingkar dan digunakan pada salah satu pundak penggendongnya, gendongan pouch sling hampir sama dengan ring sling hanya saja tidak bisa diseusiakan besar kecilnya ukuran. Ukuran gendongan ini tergantung pada masing-masing orang tua (Miller, 2019).



Gambar 2.4. Anatomi Gendongan Pouch Sling (Sumber : Indonesia Babywears)

#### 5) Gendongan Meh Dai/Bei Dai

Gendongan Meh Dai/Bei Dai merupakan suatu adaptasi modern dari gendongan tradisional rakyat Tiongkok. Gendongan ini memiliki panel dari kain, dua kain diikatkan dipinggang dan dua kain pengikat lain yang diikatkan melewati pundak, tinggi panel tersebut tidak boleh diatas telinga bayi. Gendongan Meh Dai modern dilengkapi dengan busa untuk kenyamanan. (Miller, 2019).



Gambar 2.5. Anatomi Meh Dai/ Bei Dai (Sumber : Indonesia Babywears)

### c. Posisi Menggendong

Menggendong bayi atau anak terdapat posisi terbaik saat menggendong. Posisi terbaik ketika menggendong adalah saat posisinya sama seperti saat menggendong posisi natural yaitu lebar kaki sesuai dengan posisi saat terlentang kemudian diletakan diatas tempat tidur, kepala anak dapat bersandar di dada penggendong dan kedua tangan anak berada diatas penggendong I. Damayanti (Komunikasi Personal, 17 Oktober 2020). Posisi menggendong terbaik dan benar yaitu dimana posisi pinggul anak jatuh atau melebar (secara alami) ke samping. Posisi menggendong terdiri dari posisi *M-Position*, jockey position, straddle position, spread-squat position atau human position. Posisi *M-Position* ini membentuk dasar atau alas agar bokong lebih lebar sampai ke paha dan lutut akan terdorong ke atas dengan membentuk huruf M. Dengan posisi ini anak dapat menggerakkan pinggul dengan bebas tanpa menyatukannya dan mendorong perkembangan pinggul anak yang alami. Saat menggendong hal yang paling utama adalah gendongan terasa nyaman bagi penggendong dan anak, serta harus dipastikan posisi menggendong yang aman, jalan napas tetap aman, dan bisa menopang punggung serta leher anak. Posisi menggendong anak berdasarkan usia (Gaia Parenting, 2020).

#### 1) Usia 0-3 Bulan

Usia 0-3 bulan pada usia ini anak belum bisa mengangkat kepala sendiri. Keadaan ini diperlukan skin-to-skin contact

dengan orang tua atau ibu. Pada usia ini posisi kepala, punggung serta leher anak harus ditumpu dengan baik menggunakan tangan orang tua atau ibu. Posisi menggendong ini menggunakan posisi *M-Position* dengan kepala menghadap dada orang ibu.

## 2) Usia 3-6 Bulan

Usia 3-6 bulan anak sudah bisa mengangkat kepalanya sendiri serta dapat mengontrol leher dengan baik dan posisi menggendong dengan *M-Position*. Fase ini anak sudah mulai physical contact dengan orang tua atau ibu dan mulai tertarik dengan apa yang dilihatnya. Pada fase ini anak sudah dapat digendong dengan posisi duduk menghadap kedepan atau berhadapan. Ketika anak berusia 5-6 bulan berat badan akan mengalami peningkatan, dari hal tersebut orang tua atau ibu diusahakan dapat memilah dengan baik posisi menggendong sesuai dengan berat badannya.

## 3) Usia 6-9 Bulan

Saat usia 6-9 Bulan otot serta tulang anak sudah mulai berkembang dan sudah kuat. Pada fase ini anak akan mulai aktif bergerak dan mulai mengobservasi dengan apa yang dilihat di sekitarnya. Orang tua atau ibu dapat menggendong anak dengan posisi depan, posisi *M-Position*, posisi menyamping, dan posisi anak dibelakang atau dipunggung ibu.

#### 4) Usia 9-12+ Bulan

Di usia ini perkembangan anak dimulai dari anak sudah bisa mengambil barang sendiri, sudah bisa merangkak bahkan terdapat beberapa anak yang diusia ini sudah bisa berjalan. Fase ini anak juga sudah tertarik dengan apa yang dilihat dan berat badan semakin meningkat, dari hal tersebut orang tua atau ibu diusahakan menggunakan gendongan yang sesuai dengan tinggi dan berat badannya. Orang tua atau ibu dapat menggunakan posisi menggendong didepan, posisi samping maupun posisi menggendong dibelakang atau punggung.

Menurut Afifah Mu'Minah (Certified Babywearing Consultant) dalam Octiva dan Soedarwanto (2019) terdapat beberapa cara dan posisi menggendong anak, yaitu :

##### 1) *Cradling hold*

*Cradling hold* metode ini merupakan memposisikan bayi dengan menempatkan kepala dan leher di lekukan salah satu lengan ibu. Posisi ini merupakan posisi yang sederhana dan mempermudah ketika ibu akan menyusui.

##### 2) *Front Carry* (kangguru)

Metode ini memposisikan tubuh bagian depan anak menempel pada dada penggendong dengan posisi tegak, dengan kaki anak yang terbuka berada dalam keadaan setengah tertekuk dengan lutut sedikit naik ke atas seperti jongkok dan posisi

bokong lebih rendah dari lutut kemudian tubuh anak ditopang oleh gendongan. Posisi kangguru ini merupakan posisi alamiah anak, sehingga tulang selangkangan anak tidak dipaksa untuk lurus seperti duyung yang akan membuat tulang kaki anak tumbuh secara abnormal. Posisi kangguru ini dapat digunakan untuk segala usia, khususnya pada usia 0-12 bulan.

### 3) *Hip Carry*

*Hipp carry* merupakan posisi dimana anak digendong dipanggul kiri atau kanan, baik dengan menggunakan gendongan atau tanpa gendongan. Penggunaan posisi gendongan ini kepala dan tulang punggung anak harus lebih dahulu bisa tegak secara sempurna (Berecz *et all.*, 2019). Posisi ini memberikan kebebasan anak untuk bergerak sehingga dapat mengembangkan aspek kognitif, motorik maupun fisik anak. Namun, dalam penggunaan posisi ini penggendong harus tetap menjaga gerak dan posisi anak serta memastikan kelancaran sirkulasi udara pada punggung anak. .

#### **d. Manfaat Menggendong**

Menggendong anak merupakan suatu kegiatan yang sangat umum dilakukan oleh orang tua yang memiliki anak. Namun, beberapa orang tua beranggapan jika anak terlalu sering digendong anak akan menjadi manja dan bau tangan. Bau tangan sering dikatakan banyak orang tua, namun istilah bau tangan hanyalah mitos. Difase ini anak bahkan bayi

baru lahir merupakan fase dimana anak sedang beradaptasi dengan dunia barunya.

Menggendong anak memiliki beberapa manfaat bagi anak dan ibu yang menggendong yaitu dapat menciptakan efek analgesik, dapat mendukung perkembangan sosio emosional bayi / anak, anak akan merasa lebih tenang dan jarang menangis, melatih perkembangan otot inti bayi, melatih kemampuan berbahasa dan dapat mempererat ikatan emosional dengan orang tua / ibu yang menggendong (Miller, 2016). Menurut Dyah (2018), menyatakan bahwa aktivitas menggendong bayi memiliki banyak manfaat bagi anak ataupun orang tua. Dalam Organisasi Babywearing International melansir beberapa manfaat menggendong yaitu.

#### 1) Bayi Menjadi Lebih Gembira

Salah satu indikator bayi gembira yaitu bayi jarang menangis. Dari hasil studi yang dipublikasi dalam jurnal *Pediatric* menunjukkan kebiasaan menggendong bayi selama tiga jam perhari membuat bayi lebih jarang menangis. Rata-rata frekuensi menangis bayi berkurang 43% dari biasanya, bahkan ketika malam hari frekuensi menangisnya berkurang hingga 54%. Aktivitas menggendong membuat orang tua dan bayi lebih mudah untuk berinteraksi.

## 2) Bayi Menjadi Lebih Sehat

Bayi dalam kondisi tertentu seperti bayi prematur atau berkebutuhan khusus memiliki sistem syaraf yang belum sempurna. Perlu perawatan khusus pada bayi prematur salah satunya adalah dengan menggendong bayi sesering mungkin dan salah satu metodenya yaitu metode kanguru dengan mendekap bayi didada orang tuanya. Cara ini dapat membuat bayi merasakan ritme nafas dan mendengar suara detak jantung orang tuanya. Hal ini dapat mestimulasi perkembangan tubuh bayi.

## 3) Mengurangi GERD pada bayi

GERD atau *Gastro-Esophageal Reflux Disease* umum terjadi pada bayi. Penelitian yang diterbitkan oleh jurnal *Allergy, Asthma & Immunology Research* menunjukkan dari 30 bayi dalam posisi tegak gejala GERD seperti gumoh, muntah, batuk serta masalah pernafasan jauh lebih berkurang dibanding bayi yang selalu dalam posisi tiduran. Menggendong dengan posisi *upright* atau tegak bisa membantu berkurangnya GERD bahkan terhindar dari GERD.

## 4) Meningkatkan Bonding

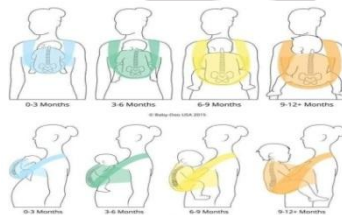
Kegiatan menggendong merupakan aktivitas yang umum dilakukan oleh orang tua yang memiliki bayi atau anak. Dengan sering menggendong bayi atau anak dapat meningkatkan bonding antara orang tua. Bonding ini juga bermanfaat untuk bayi atau anak agar dapat mengenali orang-orang disekitarnya. Bayi atau anak

akan merasa tenang, damai, nyaman dalam pelukan orang tua (Gaia Parenting, 2020).

#### e. Aturan Menggendong

Konsultan menggendong bayi dari Trainee School of Babywearing UK, dr Astri Pramardini dalam Octiva dan Soedarwanto (2019), menjelaskan bahwa terdapat posisi menggendong agar bayi tetap merasa aman dan nyaman. Terdapat lima aturan saat menggendong anak yaitu TICKS.

- 1) *Tight* (ketat) yaitu kain gendong dipasang dengan erat sehingga anak terasa seperti dipeluk, posisi kepala baik dan bayi bebas bergerak.
- 2) *In view at all times* yaitu anak selalu terlihat, tidak tenggelam dalam gendongan.
- 3) *Close enough to kiss* yaitu pastikan anak sejauh jarak cupan penggendong saat digendong.
- 4) *Keep chin off the chest* yaitu saluran pernafasan anak baik dan tidak terganggu.
- 5) *Supported back* yaitu gendongan dapat menyangga punggung bayi sampai leher dan mendapatkan deep seat yang sempurna.



Gambar 2.6. Menggendong Ergonomis

## 2. Nyeri

### a. Pengertian Nyeri

Secara umum nyeri adalah suatu rasa yang tidak nyaman, baik secara ringan maupun berat karena adanya kerusakan pada jaringan (*International Association for the Study of Pain*, 2011). Nyeri merupakan suatu kondisi yang lebih dari sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus tertentu. Perasaan nyeri sangat individual dan bersifat subjektif. Nyeri merupakan suatu kejadian yang melelahkan dan membutuhkan energi pada orang tertentu yang dapat mengganggu hubungan personal dan mempengaruhi makna kehidupan (Potter & Perry, 2012). Nyeri bahu (*frozen shoulder*) merupakan kejadian peradangan, nyeri, perlengketan serta pemendekan kapsul sendi yang dapat menghambat gerakan pada sendi bahu (Suharti *et al.*, 2018).

Kegiatan menggendong merupakan kegiatan yang kerap dilakukan oleh semua orang tua atau ibu yang memiliki anak kecil, ketika menggendong bagian bahu merupakan bagian yang seringkali digunakan orang tua yang menggendong sebagai tempat tumpuan gendongan. Pada bagian bahu tersendiri akan terasa lebih cepat pegal atau terasa nyeri karena sebagai tumpuan gendongan seperti kain jarik dan gendongan modern lainnya, hal ini dikarenakan bahu sebagai titik tumpuan dari gendongan tersebut dan untuk penggunaan jarik tersendiri disebabkan karena lilitan dari jarik yang ditumpukan di satu bahu dan

tidak dilebarkan sesuai dengan ukuran bahu penggandong (Octiva & Soedarwanto, 2019).

Menurut Sudarsini (2017), menjelaskan bahwa nyeri bahu merupakan kekakuan pada sendi bahu yang menyebabkan nyeri pada bahu dan keterbatasan gerak pada bahu. Nyeri bahu merupakan keadaan yang tidak nyaman disekitar bahu yang diakibatkan oleh kerusakan pada jaringan penyusunan seperti : tulang, sendi, ligament syaraf atau otot-otot pada bahu yang disebabkan oleh cedera secara langsung maupun tidak langsung. Tingkatan nyeri pada bahu memiliki berbagai macam variasi seperti nyeri yang tidak terasa, nyeri yang terasa hanya perasaan tidak nyaman atau nyeri ringan pada bahu, nyeri yang dapat menghilang dengan sendirinya dan nyeri yang yang tidak menghilang serta meningkatkan rasa yang sangat tidak nyaman (Ayudhitya & Tjuatja, 2014 dalam Kurniawan, 2017).

#### **b. Teori Pengontrolan Nyeri (*Gate Control Nyeri*)**

Berbagai teori yang menggambarkan bagaimana *nosireseptor* dapat menghasilkan rangsang nyeri. Sampai saat ini dikenal sebagai teori yang mencoba menjelaskan bagaimana nyeri dapat timbul, namun teori gerbang kendali nyeri dianggap paling relevan (Tamsuri, 2007). Teori *gate control* dari Mezlack dan Wall (1965), mengusulkan bahwa impuls nyeri dapat diatur atau bahkan dihambat oleh mekanisme pertahanan di sepanjang sistem saraf pusat. Teori ini mengatakan bahwa impuls nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan dibuka dan

impuls dihambat saat pertahanan ditutup. Upaya menutup pertahanan tersebut merupakan dasar terapi menghilangkan nyeri.

### c. Etiologi Nyeri

Nyeri yang terjadi dapat disebabkan karena kejadian trauma, mekanik *thermos*, neoplasma baik yang jinak maupun ganas, peradangan yang terjadi dan gangguan sirkulasi darah serta truma psikologis (Handayani, 2015). Etiologi nyeri bahu adalah nyeri bahu yang terjadi dapat diakibatkan karena posisi bahu yang statis dalam jangka waktu yang cukup lama secara terus menerus menyebabkan kontraksi otot yang berlebihan dan tekanan bahu yang meningkat menyebabkan hilangnya oksigen yang mengakibatkan peradangan pada bahu (Kurniawan, 2017).

### d. Klasifikasi Nyeri

Menurut Potter dan Perry (2012), menjelaskan bahwa nyeri dapat dikategorikan berdasarkan durasi atau waktu lamanya serangan nyeri terjadi pada seseorang, yaitu.

#### 1) Nyeri Akut / Sementara

Nyeri akut adalah nyeri yang dirasakan dalam durasi waktu yang pendek dan memiliki intensitas yang bervariasi dari yang ringan sampai berat. Nyeri akut dapat menghilang dengan sendirinya (*self-limiting*) atau dapat menggunakan pengobatan. Pada nyeri akut, rasa nyeri bisa terjadi akibat dari luka operasi, nyeri pascaoperasi atau setelah mengalami cedera akut. Nyeri

akut biasanya disertai oleh tanda gejala aktivitas sistem saraf simpatis seperti terjadinya peningkatan respirasi, peningkatan tekanan darah, peningkatan denyut jantung, *diaphoresis*, dan dilatasi pupil. Secara verbal orang yang mengalami nyeri akan mengeluhkan ketidaknyamanan akibat nyeri, memperlihatkan respon emosi menangis, mengerang kesakitan, meringis dan mengerutkan wajah (Andarmoyo, 2013).

#### 2) Nyeri Kronis / Menetap

Nyeri kronis merupakan nyeri yang berlangsung dengan durasi waktu yang lama dengan intensitas yang bervariasi dan biasanya berlangsung lebih dari enam bulan. Nyeri kronis tidak selalu memiliki penyebab yang dapat diidentifikasi.

#### 3) Nyeri Kronis yang Tak Teratur / Episodik

Nyeri kronis yang tak teratur yaitu nyeri yang sesekali terjadi dalam jangka waktu tertentu. Nyeri kronis tak teratur biasanya berlangsung selama beberapa jam, hari.

#### 4) Nyeri Akibat Kanker

Nyeri yang dialami oleh klien dengan penyakit kanker. Nyeri ini bersifat nosiseptif atau neuropatik. Nyeri akibat kanker biasanya terjadi karena berkembangnya tumor dan berhubungan dengan proses patologis, prosedur invasif, toksin-toksin dari pengobatan, infeksi dan keterbatasan secara fisik.

#### 5) Nyeri Akibat Proses Patologis

Nyeri yang disebabkan karena proses patologis. Proses-proses patologis tersebut memiliki karakter nyeri yang berbeda-beda satu sama lain.

#### 6) Nyeri Idiopatik

Nyeri kronis dari ketiadaan penyebab fisik atau psikologis yang dapat diidentifikasi atau nyeri yang dirasakan sebagai berlebihnya tingkat kondisi patologis suatu organ.

#### **e. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Nyeri**

Menurut Potter & Perry (2012), bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi nyeri, yaitu :

##### 1) Usia

Usia merupakan suatu variabel penting yang dapat mempengaruhi nyeri, khususnya pada anak – anak dan lansia.

##### 2) Jenis Kelamin

Secara umum, pria dan wanita tidak berbeda secara bermakna dalam merespons nyeri yang dialami. Toleransi terhadap kejadian nyeri yang dipengaruhi oleh faktor – faktor biokimia yang berada dalam setiap individu tanpa melihat jenis kelamin.

##### 3) Kebudayaan

Keyakinan dan nilai – nilai budaya mempengaruhi cara individu dalam mengatasi nyeri. Setiap individu mempelajari

apa yang diharapkan dan apa yang diterima oleh kebudayaan mereka masing – masing. Hal ini meliputi bagaimana dalam bereaksi terhadap nyeri.

#### 4) Makna Nyeri

Makna nyeri mempengaruhi pengalaman nyeri dan cara seseorang beradaptasi terhadap nyeri yang berkaitan dengan latar belakang kebudayaan keluarga tersebut.

#### 5) Perhatian

Saat seorang klien sangat memfokuskan perhatiannya pada nyeri yang dialami dapat mempengaruhi persepsi nyeri. Perhatian yang meningkat pada seorang klien dapat dihubungkan dengan keadaan nyeri yang meningkat.

#### 6) Ansietas

Nyeri dan ansietas memiliki hubungan yang bersifat komolkes. Ansietas seringkali meningkatkan persepsi nyeri, tetapi nyeri juga dapat menimbulkan suatu perasaan ansietas.

#### 7) Keletihan

Keletihan yang terjadi pada seseorang dapat meningkatkan persepsi nyeri. Rasa letih yang dialami menyebabkan sensasi nyeri terasa intensif.

#### 8) Pengalaman Sebelumnya

Setiap individu belajar dari pengalaman nyeri. Pengalaman nyeri sebelumnya tidak selalu berarti bahwa individu tersebut

dapat menerima nyeri dengan lebih mudah pada masa yang akan datang. Saat individu sejak lama mengalami nyeri serangkaian nyeri tanpa pernah sembuh atau menderita nyeri yang berat, maka perasaan ansietas bahkan rasa takut akan muncul.

#### 9) Gaya Koping

Hal yang sering terjadi adalah individu merasa kehilangan kontrol terhadap lingkungan atau kehilangan kontrol terhadap hasil akhir dari peristiwa-peristiwa yang terjadi. Dengan demikian, gaya koping dapat mempengaruhi kemampuan individu tersebut untuk mengatasi nyeri.

#### 10) Dukungan Keluarga dan Sosial

Dari beberapa faktor yang dapat mempengaruhi nyeri terdapat faktor lain yang bermakna mempengaruhi respons nyeri adalah kehadiran orang-orang terdekat suatu individu dan bagaimana sikap mereka terhadap seorang individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Sesariningrum dan Aribowo (2017) dalam Lisa (2018), bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi nyeri bahu, antara lain :

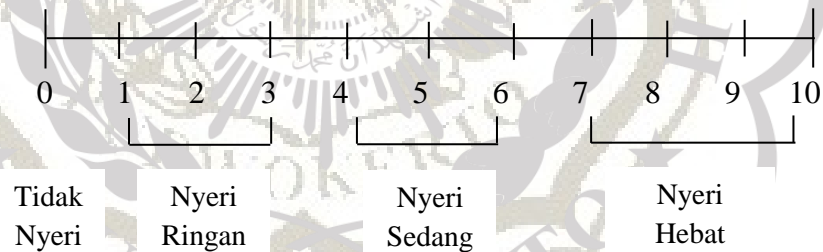
- 1) Mengangkat beban yang terlalu berat
- 2) Sikap kerja yang menahan secara statis
- 3) Aktivitas berulang yang dilakukan

## f. Skala Intensitas Nyeri

Karakteristik paling subjektif pada nyeri adalah tingkat keparahan atau intensitas nyeri. Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu (Andarmoyo, 2013). Penilaian intensitas nyeri ini dapat diukur menggunakan alat yaitu *Verbal Descriptor Scale (VDS)*, *Numeric Rating Scales (NRS)*, dan *Visual Analog Scale (VAS)* (Potter & Perry, 2012).

### 1) *Numeric Rating Scale (NRS)*

Skala Penilaian Numerik (*Numeric Rating Scale, NRS*) lebih digunakan sebagai pengganti alat pendeskripsi kata. Dalam hal ini, menilai nyeri menggunakan skala 0-10. Skala paling efektif digunakan saat mengkaji intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapeutik.



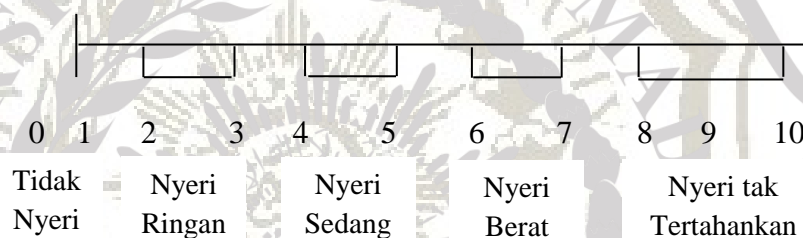
Gambar 2. 7 *Numeric Rating Scale* (Potter & Perry, 2012)

*Numeric Rating Scale (NRS)* paling efektif digunakan. Pada suatu individu yang mengalami nyeri dinyatakan nyeri yang dirasakan dengan menunjukkan angka 0-10, dimana angka 0 menyatakan tidak ada nyeri yang dirasakan, angka 1-3 menunjukkan nyeri yang dirasakan ringa, angka 4-6 menunjukkan

nyeri yang dirasakan sedang, dan angka 7-10 menunjukkan nyeri yang dirasakan nyeri yang hebat.

## 2) *Verbal Descriptor Scale (VDS)*

Skala Deskriptif Verbal (*Verbal Descriptor Scale, VDS*) merupakan sebuah garis yang terdiri dari tiga sampai lima kata pendeskripsi yang tersusun dengan jarak yang sama sepanjang garis. Pendeskripsi ini diranking dari “tidak terasa nyeri” sampai “nyeri yang tidak tertahankan”.



Gambar 2. 8 *Verbal Descriptor Scale*(Potter & Perry, 2012)

## 3) *Visual Analog Scale (VAS)*

Skala analog visual (*Visual Analog Scale, VAS*) tidak melabel subdivisi. *Visual Analog Scale( VAS)* merupakan suatu garis lurus yang mewakili intensitas nyeri yang terus menerus dan memiliki alat pendeskripsi verbal pada setiap ujungnya. Dalam skala ini individu yang mengalami nyeri diberi kebebasan penuh untuk mengidentifikasi nyeri. VAS dapat merupakan pengukur keparahan nyeri yang lebih sensitif karena individu dapat mengidentifikasi setiap titik pada

rangkaian daripada dipaksa memilih satu kata atau satu angka (Potter & Perry, 2012).



Gambar 2. 9 *Visual Analog Scale (VAS)* (Potter & Perry, 2012)

### 3. Balita

#### a. Pengertian Balita

Menurut Muaris (2006), menjelaskan bahwa anak balita merupakan anak yang berada dalam rentan usia 1-5 tahun kehidupan. Balita adalah istilah umum bagi anak usia 1-3 tahun (batita) dan anak prasekolah (3-5 tahun). Saat usia batita, anak masih tergantung penuh kepada orang tua untuk melakukan kegiatan penting, seperti mandi, buang air dan makan. Perkembangan bicara dan berjalan sudah bertambah baik. Namun untuk kemampuan lain masih terbatas (Sutomo & Anggraeni, 2010).

#### b. Karakteristik Balita

Menurut Septiari (2012), bahwa karakteristik balita dibagi menjadi dua, yaitu :

- 1) Anak usia 1-3 tahun

Usia 1-3 tahun merupakan konsumen pasif yang berarti anak menerima makanan apa yang telah disediakan oleh orang

tuanya. Pertumbuhan usia balita lebih besar dari usia prasekolah, sehingga diperlukan jumlah makanan yang relatif besar. Namun, perut yang lebih kecil menyebabkan jumlah makanan yang mampu diterimanya dalam sekali makan lebih kecil daripada anak yang sudah berusia lebih besar. Oleh sebab itu, pola makan yang diberikan pada balita adalah porsi kecil dengan frekuensi sering.

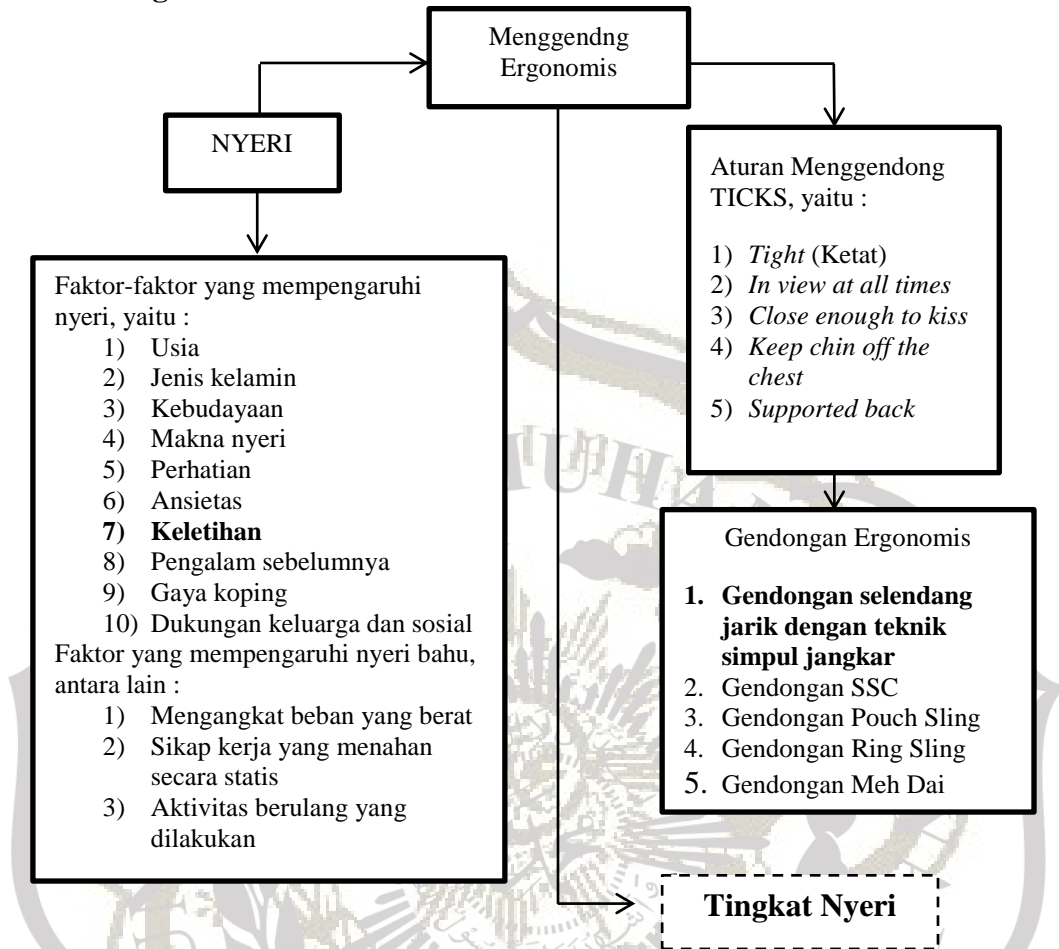
2) Anak usia pra sekolah 3-5 tahun

Saat usia 3-5 tahun atau usia pra sekolah anak menjadi konsumen aktif. Anak memulai memilih makanan yang disukainya. Saat anak berusia 3-5 tahun, anak sudah mulai masuk dalam fase gemar memprotes.

**4. Video GENMI (Menggendong Ergonomis).**

Video pembelajaran merupakan seperangkat komponen atau media yang mampu menampilkan gambar sekaligus suara beserta animasi-animasi yang ada didalam video secara bersamaan (Sukiman, 2012). Menurut Arsyad (2017), menyatakan bahwa video merupakan bebrapa gambar atau tampilan yang berada didalam frame yang berisi suara serta animasi yang ditampilkan sehingga menjadikan gambar-gambar tersebut tampak hidup. Video GENMI (menggendong ergonomis) merupakan video yang berisi langkah-langkah menggendong ergonomis menggunakan selendang jarik dengan teknik simpul jangkar dan menggunakan posisi ergonomis dengan menerapkan aturan TICKS.

### C. Kerangka Teori Penelitian



**Gambar 2.10. Kerangka Teori**

Sumber : Potter dan Perry (2012), Sesariningrum dan Aribowo (2017) dalam Lisa (2018), Konsultan menggendong bayi dari *Trainee School of Babywearing* dr. Astri Pramardini dalam Octiva dan Soedarwanto (2019).

Keterangan :

————— : tidak diteliti

—————> : diteliti

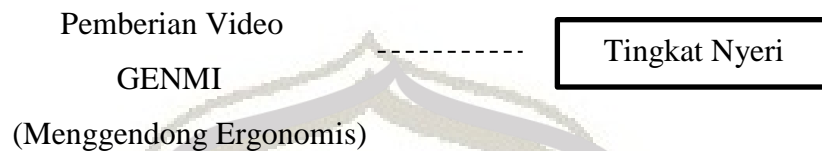
### D. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya dari masalah yang ingin diteliti. Kerangka konsep ini digunakan untuk menghubungkan atau menjelaskan secara luas tentang suatu topik yang dibahas (Setiadi, 2007).

1. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat nyeri
2. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian video GENMI (menggendong ergonomis).

**Variabel Independen**

**Vaiabel Dependen**



**Gambar 2. 11 Kerangka Konsep Penelitian**

**E. Hipotesis**

Menurut Hidayat (2007), hipotesis merupakan suatu pernyataan yang membutuhkan pembuktian untuk menegaskan apakah hipotesis tersebut dapat diterima atau harus ditolak, berdasarkan fakta atau data empiris yang telah dikumpulkan dalam penelitian. Hipotesis juga merupakan sebuah pernyataan tentang hubungan yang diharapkan antara dua variabel atau lebih yang dapat diuji secara empiris.

Hipotesis dalam penelitian yang dilakukan yaitu :

Ha = Ada Pengaruh Pemberian Video GENMI (Menggendong Ergonomis) Terhadap Tingkat Nyeri Ibu dengan Anak Usia 6-24 Bulan Di Posyandu Balita Kelurahan Teluk Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan

Ho = Tidak ada Pengaruh Pemberian Video GENMI (Menggendong Ergonomis) Terhadap Tingkat Nyeri Ibu dengan Anak Usia 6-24 Bulan Di Posyandu Balita Kelurahan Teluk Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan