

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

*Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2). Penyakit ini lebih sering dialami oleh orang tua dan individu dengan komorbiditas kardiologis, pernapasan, ginjal, dan metabolik. Infeksi SARS-CoV-2 dapat meningkatkan risiko pneumonia pada wanita hamil dibandingkan dengan wanita yang tidak hamil (Effati, 2020). Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian (Kemenkes RI, 2020b).

Pada tanggal 23 Desember 2020 WHO menyatakan dari 222 negara terdapat 76.858.506 terkonfirmasi COVID-19, 1.711.498 meninggal dunia (WHO, 2020). Di Indonesia sendiri pada tanggal 23 Desember 2020 terdapat 685.639 terkonfirmasi COVID-19, 558.703 kasus sembuh, dan 20.408 meninggal (Satgas Covid 19, 2020). Untuk di Jawa Tengah sendiri pada tanggal 24 Desember 2020 di dapatkan data 11.483 terkonfirmasi covid 19, 5.390 kasus meninggal, dan 71,568 kasus sembuh (Corona Jatengprov, 2020). Di Kabupaten Klaten pada tanggal 06 Maret 2021 terdapat 302 terkonfirmasi COVID-19, 5.368 kasus sembuh (Corona Jatengprov, 2021).

Wanita hamil dan janin mewakili populasi berisiko tinggi selama wabah penyakit menular (WHO, 2020). Kasus ibu hamil dengan corona virus 2019 (COVID-19) masih sedikit dalam literatur. Namun, sebagian besar kasus dengan gejala ringan, infeksi menyebabkan keterlibatan paru yang parah dan kegagalan multiorgan dalam beberapa kasus dengan penyakit serius (Effati, 2020). Angka fatalitas kasus infeksi SAR-CovV pada wanita hamil mencapai 25% (Poon, 2020).

Kehamilan adalah keadaan fisiologis yang membuat wanita rentan terhadap infeksi saluran pernafasan akibat virus. Karena perubahan fisiologis pada sistem kekebalan dan kardiopulmoner, wanita hamil lebih mungkin untuk mengembangkan penyakit parah

setelah terinfeksi virus pernapasan (Poon, 2020). Kehamilan secara umum terbagi dalam periode tiga bulanan atau trimester. Dalam tiap trimesternya, ibu hamil mengalami

perubahan yang khas dalam segi fisik maupun psikologis yang dapat menimbulkan “*sedentary life*” atau berkurangnya aktivitas fisik selama hamil (Felyanti, 2020).

Jumlah ibu hamil di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 5.256.483 kehamilan (Kemkes RI, 2019), ibu hamil di Provinsi Jawa Tengah berjumlah 590,575 pada tahun 2019 (Dinkes Jateng, 2019), dan Kabupaten Klaten di dapatkan data ibu hamil 16.836 orang pada tahun 2019 (Dinkes, 2019). Dalam keadaan sekarang ini, terdapat kebijakan pemerintah *physical distancing* yang berdampak pada aktivitas fisik khususnya ibu hamil yang mengharuskan untuk jaga jarak dan ada pembatasan keluar rumah untuk beraktivitas sehari-hari.

Aktivitas fisik digambarkan sebagai gerakan tubuh yang memakan energi dan melibatkan kontraksi otot. Aktivitas fisik melindungi individu dari penyakit kardiovaskular, mengurangi obesitas, dan risiko terkait serta meningkatkan kualitas hidup. Telah diyakini, selama bertahun-tahun, bahwa wanita yang melakukan latihan fisik pada tingkat tinggi akan lebih mudah melahirkan (Sönmezer, 2018).

Berbagai hambatan yang dapat ditemui dalam melakukan aktivitas fisik selama kehamilan yaitu faktor internal seperti kecemasan akan timbulnya masalah pada kehamilannya maupun faktor eksternal seperti bekerja, lingkungan tidak mendukung, dan kurangnya waktu untuk melakukan aktivitas selama kehamilan (Handayani, 2015). Penelitian yang dilakukan (Nascimento et al., 2016) menyebutkan bahwa prevalensi aktivitas fisik ibu hamil lebih rendah selama kehamilan dibandingkan dengan masa pra kehamilan sebesar 20,1% karena sebagian ibu hamil sengaja untuk menghentikan aktivitas fisiknya karena kehamilan. Wanita mengalami perubahan psikologis dan fisiologis sehingga mereka dapat menghadapi beberapa masalah dan ketegangan tertentu, seperti mual terus menerus, kelelahan, dan nyeri tiba-tiba. Masalah-masalah ini dapat sangat mempengaruhi kemampuan perempuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan rutin dalam hidup. Wanita yang mengalami kecemasan saat hamil cenderung menderita ketidakseimbangan emosional bahkan setelah kehamilan dan sepanjang sisa hidup mereka. Salah satu faktor penting dalam kesehatan umum wanita adalah kualitas hidup (Davoud & Abazari, 2020). Masalah kesehatan pada ibu hamil, baik secara fisik maupun psikis memiliki dampak terhadap kualitas hidup ibu hamil (Fourianalisyawati & Canisti, 2016).

Kualitas hidup didefinisikan sebagai persepsi individu mengenai posisi individu, yang hidup dalam konteks budaya dan sistem nilai dimana individu hidup, dan hubungannya terkait dengan tujuan, harapan, standar yang ditetapkan dan menjadi perhatian seseorang. Kualitas hidup ibu hamil dapat dilihat dari berbagai hal misalnya,

kesejahteraan psikologis, hubungan sosial dan lingkungan, dan aktivitas fisik ibu hamil (Felyanti, 2020).

Pada saat mengalami kehamilan, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita hamil seperti terjadi beberapa perubahan khususnya mengalami kesulitan dalam tidur (insomnia), kekhawatiran, kecemasan, depresi dan berat badan yang berlebihan, yang dapat disebabkan oleh aktivitas fisik berkurang (Rizky & Fourianalisyawati, 2016). Pada masa kehamilan, aktivitas fisik tentunya akan terbatas karena kondisi tubuh yang harus memapah makhluk hidup lain di dalam tubuh, akan tetapi ibu hamil masih perlu melakukan aktivitas fisik selama kehamilan. Berdasarkan pertimbangan fisiologis, kehamilan menekan tubuh lebih banyak dan membutuhkan pertimbangan adaptasi kardiovaskular, metabolik, hormonal, respirasi, dan muskuloskeletal (Felyanti, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di Klinik PMB Karangnom jumlah ibu hamil 57 ibu hamil pada tahun 2019, dan pada tahun 2020 terdapat 46 ibu hamil, wawancara dilakukan kepada 6 ibu hamil pada tanggal 28 Januari 2020, dengan metode via telepon, diperoleh hasil 34% diantaranya merasa terganggu aktivitasnya dengan adanya pandemi COVID-19 dikarenakan harus mengikuti protokol kesehatan seperti harus menggunakan masker, mencuci tangan, dan takut tertular, sedangkan 66% ibu hamil lainnya tidak merasa terganggu dengan adanya pandemi dengan alasan tetap mengikuti protokol kesehatan dan merasa di lingkungannya aman. Dan ke 6 ibu hamil tersebut mengatakan sering melakukan aktivitas fisik, jika tidak melakukan aktivitas fisik mereka akan merasakan badan capek, lelah, dan jenuh.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Ibu Hamil Saat Pandemi COVID-19”.

## **B. Rumusan Masalah**

Pembatasan kegiatan di luar rumah dan intensitas kebersamaan pasangan usia subur yang meningkat secara signifikan mempengaruhi tingginya angka kehamilan. Di wilayah Kabupaten Klaten di dapatkan data ibu hamil 16.836 orang pada tahun 2019 (Dinkes, 2019). Kebijakan *sosial distancing* atau juga disebut *phycical distancing* berskala besar yang dilakukan pemerintah indonesia berdampak pada aktivitas fisik khususnya ibu hamil

yang mengharuskan untuk jaga jarak dan ada pembatasan keluar rumah untuk beraktivitas sehari-hari, yang mengakibatkan ibu hamil mengalami penurunan aktivitas fisik yang signifikan yang mungkin dapat mempengaruhi kualitas hidup ibu hamil. Hal ini dikarenakan sebagian ibu merasa takut akan terjadi sesuatu pada dirinya.

Untuk mendapatkan kualitas hidup yang baik sangat terkait dengan pengaturan pola makan dan minum yang halal dan baik, keseimbangan beraktivitas dan beristirahat, olahraga, ibadah dan perhatian dari orang terdekat. Apabila hal-hal tersebut dapat dipenuhi dengan cara yang tepat, maka akan lebih mendekati kehidupan yang sehat dan berkesinambungan (Felyanti, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu apakah ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup ibu hamil saat pandemi COVID-19?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup ibu hamil di Klinik PMB Karanganyar Klaten

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia, usia kehamilan, pendidikan, pekerjaan, dan paritas
- b. Mengidentifikasi aktivitas fisik ibu hamil saat pandemi COVID-19
- c. Mengidentifikasi kualitas hidup ibu hamil saat pandemi COVID-19
- d. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup ibu hamil saat pandemi COVID-19

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan berfikir, serta sebagai bahan suatu proses belajar tentang hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup ibu hamil saat pandemi COVID-19.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Ibu Hamil

Untuk memberikan pengetahuan, wacana kepada ibu hamil aktivitas fisik sesuai porsi petunjuk dokter agar kualitas hidupnya tetap optimal.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pertimbangan perawat dalam memberikan edukasi pentingnya melakukan aktivitas fisik selama kehamilan untuk meningkatkan kualitas hidup dimasa pandemi ini.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup ibu hamil.

## E. Keaslian Penelitian

1. Davoud & Abazari, 2020 “*The Relationship between Quality of Life and Physical Activity, Worry, Depression, and Insomnia in Pregnant Women*”

Penelitian ini merupakan penelitian observasional cross sectional, dilakukan pada 256 ibu hamil dengan jumlah sampel 56 ibu hamil menggunakan teknik 2-level clustering dengan menggunakan 5 kuesioner: WHOQOL-brief (*WHO Quality of Life Questionnaire, brief version*), ISI (*Insomnia Severity Index*), PSWQ (*Penn State Worry Questionnaire*), ZSRDS (*Zung Self -Rating Depresi Scale*), dan Kuesioner Aktivitas Fisik Kehamilan (PPAQ). Analisa data menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov, Uji Kruskal-Wallis, tes Mann-Whitney, Fisher’s exact tests dan tes Chi-Square. Hasilnya ada hubungan yang signifikan antara kualitas hidup umum, insomnia, dan kekhawatiran dengan latar belakang pendidikan, jumlah anak, dan pekerjaan ( $P < 0,05$ ). Depresi memiliki hubungan yang signifikan dengan pekerjaan ( $P < 0,05$ ). PA tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan informasi demografis. Namun, insomnia memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kualitas hidup umum, kesehatan umum, dan kesehatan psikologis ( $P < 0,05$ ). Variabel khawatir juga memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kualitas hidup umum, kesehatan umum, dan kesehatan fisiologis ( $P < 0,05$ ). Depresi memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesehatan umum, kesehatan fisik, dan kesehatan psikologis ( $P < 0,05$ ). Tidak ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik saat hamil dengan kualitas hidup, depresi, kecemasan, dan insomnia. PA menurun selama trimester kedua dan ketiga kehamilan. Namun, PA dalam kehamilan dapat berdampak positif pada kualitas hidup secara umum.

Penelitian yang akan dilakukan dengan menggunakan studi cross sectional, jumlah sampel yang digunakan 30 responden, teknik pengambilan sampel *total sampling*, tempat penelitian di Klinik PMB Karangnom Klaten

2. Anam, 2020 “Korelasi Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil: Studi Cross Sectional”

Jenis penelitian korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian sebanyak 248, jumlah sampel sebanyak 97 responden, dengan tehnik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Analisis data menggunakan Chi Square. Hasil penelitian didapatkan nilai p sebesar 0.003 ( $p < \alpha$ ). Disimpulkan bahwa aktivitas fisik berkorelasi dengan kualitas tidur pada ibu hamil.

Perbedaan dengan penelitian di atas antara lain variabel terikat, jumlah sampel 30 responden, teknik pengambilan sampel *total sampling*, instrumen penelitian menggunakan kuisisioner *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) dan WHOQOL-brief (*WHO Quality Of Life, Brief Version*), tempat penelitian di Klinik PMB Karanganom Klaten

3. Humaera, 2019 “Pengaruh Senam Hamil Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Ibu Hamil Di Puskesmas Tegalrejo Yogyakarta”

Penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi eksperimental*) dengan desain penelitiannya menggunakan *pre test & post test one group design*. Jumlah populasi di Puskesmas Tegalrejo diambil 10 sampel yang ditentukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan *Qol-Grav (Quality Of Live Graviarum)*. Hasil uji hipotesis menggunakan *paired sample t-test* diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p < 0,05$ ). Ada pengaruh senam hamil terhadap peningkatan kualitas hidup ibu hamil di Puskesmas Tegalrejo Yogyakarta.

Perbedaan penelitian diatas antara lain variabel bebas, jumlah sampel 30 responden, teknik pengambilan sampel *total sampling*, instrumen penelitian menggunakan kuisisioner WHOQOL-brief (*WHO Quality Of Life, Brief Version*) dan *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ), tempat penelitian di Klinik PMB Karanganom Klaten

4. Lawan & dkk, 2018 “*Relationship between Physical Activity and Health Related Quality of Life among Pregnant Women*”

Penelitian ini merupakan survei analitik cross-sectional, populasi penelitian ada 398 ibu hamil, jumlah sampel yang digunakan 54 responden, disurvei menggunakan Kuesioner Aktivitas Fisik Kehamilan dan Kualitas Hidup Terkait Kesehatan. Koefisien korelasi Spearman dan analisis regresi logistik digunakan untuk

menentukan hubungan bivariat dan asosiasi antara intensitas dan domain HQoL dan PA. Hasilnya secara keseluruhan, perilaku menetap secara positif meskipun terkait lemah dengan HQoL ( $r = 0.111$ ,  $P < 0.01$ ) sedangkan olahraga / latihan adalah satu-satunya domain PA yang terkait erat dengan kesehatan fisik HQoL ( $r = 0.142$ ,  $p < 0.01$ ). Juga, Ibu hamil dengan PA yang cukup 4 kali lebih besar kemungkinannya untuk melaporkan kualitas hidup baik pada komponen fisik bukan pada komponen mental HQoL (OR: 4,33, 95% CI: 1,36-13,80). Kesimpulannya, olah raga merupakan domain penting dari PA untuk memberikan intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan fisik di antara wanita hamil di Maiduguri, Nigeria.

Perbedaan penelitian diatas antara lain variabel bebas, jumlah sampel 30 responden, teknik pengambilan sampel *total sampling*, instrumen penelitian menggunakan kuisisioner WHOQOL-brief (*WHO Quality Of Life, Brief Version*) dan *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ), tempat penelitian di Klinik PMB Karangnom Klaten.