

Abstrak

HUBUNGAN POSISI DAN POSTUR MENYUSUI DENGAN RISIKO GANGGUAN MUSKULOSKELETAL PADA IBU DI DESA REMPOAH BANYUMAS

Bela Muldiana Ryki¹, Desiyani Nani², Hikmi Muharromah Pratiwi³

Latar Belakang : Gangguan muskuloskeletal banyak dijumpai pada ibu menyusui. Pemilihan posisi dan penggunaan postur menyusui yang tidak ergonomis, memicu risiko gangguan muskuloskeletal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara posisi dan postur menyusui terhadap risiko gangguan muskuloskeletal.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada Bulan November 2025 di Desa Rempoah, Banyumas dengan melibatkan ibu menyusui sebanyak 74 responden. Instrumen dalam penelitian ini adalah Kuisioner demografi dan posisi menyusui, *Rapid Upper Limb Assessment* (RULA), serta *Nordic Body Map* (NBM) untuk mengukur keluhan muskuloskeletal. Analisis data bivariat menggunakan uji korelasi *Chi Square* dan *Somers'D*.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian ini tidak menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara posisi menyusui dengan risiko gangguan muskuloskeletal, ($p = 0,162$, $\chi^2 = 5,143$). Sedangkan untuk postur terdapat hubungan yang signifikan dan searah antara postur menyusui dengan risiko gangguan muskuloskeletal dengan tingkat kekuatan korelasi sedang ($p = 0,003$, $D = 0,26$).

Kesimpulan : Posisi menyusui tidak berhubungan dengan risiko gangguan muskuloskeletal. Sementara itu, semakin tinggi risiko postur menyusui, risiko gangguan muskuloskeletal akan meningkat. Pemilihan postur yang ergonomis oleh ibu selama menyusui dapat menurunkan risiko gangguan muskuloskeletal.

Kata kunci : Ergonomis, Ibu Menyusui, Posisi Menyusui, Postur Menyusui, Risiko Gangguan Muskuloskeletal

Abstract

ASSOCIATION BETWEEN BREASTFEEDING POSITION AND POSTURE AND THE RISK OF MUSCULOSKELETAL DISORDERS AMONG MOTHERS IN REMPOAH VILLAGE, BANYUMAS REGENCY

Bela Muldiana Ryki¹, Desiyani Nani², Hikmi Muharromah Pratiwi³

Background: Musculoskeletal disorders are commonly found in breastfeeding mothers. The selection of non-ergonomic breastfeeding positions and postures increases the risk of musculoskeletal disorders. The purpose of this study was to determine the relationship between breastfeeding positions and postures and the risk of musculoskeletal disorders.

Methods: This study was a correlational study with a cross-sectional approach. The study was conducted in November 2025 in Rempoah Village, Banyumas, involving 74 breastfeeding mothers as respondents. The instruments used in this study were a demographic and breastfeeding position questionnaire, the Rapid Upper Limb Assessment (RULA), and the Nordic Body Map (NBM) to measure musculoskeletal complaints. Bivariate data analysis used Chi-square tests and Somers' D correlation.

Research Results: The results of this study did not show a significant relationship between breastfeeding position and the risk of musculoskeletal disorders ($p = 0.162$, $\chi^2 = 5.143$). Meanwhile, for posture, there is a significant and unidirectional relationship between breastfeeding posture and the risk of musculoskeletal disorders with a moderate correlation strength ($p = 0.003$, $D = 0.26$).

Conclusion: Breastfeeding position is not associated with the risk of musculoskeletal disorders. Meanwhile, the higher the risk of breastfeeding posture, the higher the risk of musculoskeletal disorders. Choosing an ergonomic posture by mothers during breastfeeding can reduce the risk of musculoskeletal disorders.

Keywords: Ergonomic, Breastfeeding Mothers, Breastfeeding Position, Breastfeeding Posture, Risk of Musculoskeletal Disorders