

ABSTRAK

Masa kehamilan dan persalinan dapat menyebabkan peregangan pada linea alba, yang berakibat terjadinya *diastasis recti abdominis* (DRA), yaitu kondisi dimana otot perut mengalami pemisahan. Wanita *post partum* dengan DRA sering mengalami nyeri punggung bawah non spesifik. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara derajat DRA dengan keluhan nyeri punggung bawah non spesifik pada wanita *post partum* di Puskesmas Weekarou. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *analytical cross-sectional study*. Sebanyak 30 wanita *post partum* di Puskesmas Weekarou yang dipilih sebagai sampel melalui teknik *purposive sampling*. Derajat DRA diukur menggunakan *digital caliper*, sedangkan nyeri punggung bawah non spesifik penilaiannya menggunakan *visual analog scale* (VAS). Hasil analisis data korelasi *Pearson correlation* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan ($P=0,003$) dengan nilai koefisien korelasi positif sebesar $p=0,519$. Ini menunjukkan bahwa semakin besar derajat DRA, semakin berat nyeri punggung bawah non spesifik yang dialami. Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan adanya hubungan yang sedang antara DRA dengan keluhan nyeri punggung bawah non spesifik pada wanita *post partum* di Puskesmas Weekarou.

Kata kunci : Post Partum, DRA, Linea Alba, Keluhan Nyeri Punggung Bawah Non Spesifik

ABSTRACT

Pregnancy and childbirth can lead to the stretching of the linea alba, resulting in diastasis recti abdominis (DRA), a disorder characterized by the separation of the abdominal muscles. Postpartum women with diastasis recti abdominis (DRA) frequently encounter non-specific lumbar discomfort. The objective of this study is to examine the correlation between the severity of diastasis recti abdominis (DRA) and reports of non-specific low back pain in postpartum women at Weekarou Health Center. This study employed a quantitative research methodology utilizing an analytical cross-sectional study design. Thirty postpartum mothers from Weekarou Health Center were chosen as samples using purposive sampling technique. The magnitude of DRA was quantified using a digital caliper, whereas non-specific low back pain was evaluated using a visual analog scale (VAS). The Pearson correlation data analysis revealed a statistically significant link ($P=0.003$) with a positive correlation coefficient value of $p=0.519$. This demonstrates that when the degree of DRA (Diastasis Recti Abdominis) increases, the intensity of the non-specific low back pain also increases. The study's findings indicate a moderate correlation between DRA (diastasis recti abdominis) and complaints of non-specific low back pain in postpartum mothers at Weekarou Health Center.

Keywords: Postpartum, DRA, Linea Alba, Non-specific Low Back Pain