

Ainul Fitri
NIM 170154010002
DIII KEBIDANAN

Dosen Pembimbing
Novi Anggraeni, S,SiT.M.PH
NIDN: 072805101

**PENATALAKSANAAN NYERI PUNGGUNG PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III
DI PMB LUKLUATUN MUBRIKOH,S,ST
BANCARAN KABUPATEN BANGKALAN**

ABSTRAK

Nyeri punggung terjadi seiring dengan bertambahnya usia kehamilan dan perkembangan janin yang menyebabkan muatan di dalam uterus bertambah sehingga beban tarikan tulang punggung kearah depan akan bertambah dan menyebabkan lordosis fisiologis. Berdasarkan studi pendahuluan di PMB Lukluatun Mubrikoh,S,ST di dapatkan data ibu hamil dengan keluhan Nyeri Punggung sebanyak 4 orang ibu hamil dengan nyeri punggung dari total 9 ibu hamil pada bulan Oktober 2019. Tujuan penelitian untuk menganalisis asuhan kebidanan penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III dengan nyeri punggung.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Yang di lakukan di PMB Lukluatun Mubrikoh,S,ST Bancaran Kabupaten Bangkalan pada bulan Mei 2020, penelitian menggunakan 2 partisipan yaitu ibu hamil Trimester III yang mengalami nyeri punggung. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumentasi dan uji keabsahan data menggunakan triangulasi dari keluarga partisipan dan tenaga kesehatan. Analisis data menggunakan konten analisis.

Hasil pengkajian menunjukkan partisipan 1 mengeluh nyeri punggung dan partisipan 2 mengeluh nyeri punggung dan sedikit mengganggu aktivitasnya sehingga pola istirahat ibu sedikit terganggu. setelah diberikan implementasi pada kedua partisipan didapatkan hasil partisipan 1 dan 2 teratasi pada hari keenam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mengalami nyeri punggung karena melakukan aktivitas yang banyak seperti membersihkan rumah, memasak, menyapu, mengepel dan mencuci.

Diharapkan pada ibu untuk membatasi aktivitas seperti terlalu lama berdiri, terlalu sering berjalan tanpa istirahat, mencuci, menyapu, membersihkan rumah, dan istirahat yang cukup dan memposisikan tidur dengan baik yaitu dengan miring kiri miring kanan dan meluruskan tubuh serta pemijatan pada daerah nyeri.

Kata kunci: Nyeri punggung, ibu hamil, pola istirahat.