

ABSTRAK

Aushaffira Tabriz R.H

CASE REPORT PADA IBU MULTIGRAVIDA TRIMESTER III DENGAN
NYERI PINGGANG DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANAH MERAH
KABUPATEN BANGKALAN+ 84 Halaman + 2 Tabel + 6 Lampiran

Nyeri pinggang merupakan salah satu keluhan yang paling sering dialami oleh ibu hamil, terutama pada trimester ketiga kehamilan, di mana perubahan fisiologis dan postur tubuh akibat pertumbuhan janin dapat menyebabkan tekanan berlebih pada area punggung bawah. Kondisi ini tidak hanya menimbulkan rasa tidak nyaman, tetapi juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup ibu hamil. Asuhan kebidanan ini disusun dengan tujuan untuk mendeskripsikan secara menyeluruh penatalaksanaan nyeri pinggang pada ibu hamil multigravida trimester III yang berada di wilayah kerja Puskesmas Tanah Merah, Kabupaten Bangkalan.

Metode yang digunakan dalam asuhan ini adalah pendekatan studi kasus kualitatif, dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi langsung (meliputi inspeksi dan palpasi), serta dokumentasi yang sistematis. Subjek dalam studi ini adalah seorang ibu hamil multigravida dengan usia kehamilan antara 37 hingga 40 minggu yang mengalami keluhan nyeri pinggang dan berdomisili di Tanah Merah.

Berdasarkan hasil studi kasus, diketahui bahwa penerapan asuhan kebidanan secara komprehensif yang mencakup edukasi mengenai penyebab nyeri pinggang, pemberian anjuran nutrisi seimbang seperti vitamin D, magnesium, omega-3, fosfor, dan kalsium, penggunaan kompres hangat, latihan yoga, pijatan ringan, serta perbaikan mekanika tubuh dan posisi tidur, terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dari tingkat sedang (skor 5) menjadi ringan (skor 2). Intervensi non-farmakologis ini tidak hanya berhasil meredakan nyeri, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap kenyamanan dan kualitas hidup ibu hamil secara keseluruhan.

Kata Kunci: *Multigravida*, Nyeri Pinggang, Trimester III

ABSTRACT

Aushaffira Tabriz R.H

CASE REPORT ON MULTIGRAVIDA MOTHER IN THE THIRD TRIMESTER
WITH LOW BACK PAIN IN THE WORK AREA OF THE TANAH MERAH
HEALTH CENTER BANGKALAN REGENCY + 84 Pages + 2 Tables + 6
Appendices

Low back pain is one of the most common complaints experienced by pregnant women, especially in the third trimester of pregnancy, where physiological and posture changes due to fetal growth can cause excessive pressure on the lower back area. This condition not only causes discomfort, but can also interfere with daily activities and reduce the quality of life of pregnant women. This midwifery care was prepared with the aim of comprehensively describing the management of low back pain in the third trimester multigravida pregnant women in the working area of the Tanah Merah Health Center, Bangkalan Regency.

The method used in this care is a qualitative case study approach, with data collection techniques through in-depth interviews, direct observation (including inspection and palpation), and systematic documentation. The subjects in this study were a multigravida pregnant woman with a gestational age between 37 to 40 weeks who experienced complaints of low back pain and lived in Tanah Merah.

Based on the results of the case study, it is known that the comprehensive application of obstetric care which includes education on the causes of low back pain, the provision of recommendations for balanced nutrition such as vitamin D, magnesium, omega-3, phosphorus, and calcium, the use of warm compresses, yoga exercises, light massage, as well as improvements in body mechanics and sleeping position, have been proven to be effective in reducing the intensity of pain from moderate (score 5) to mild (score 2). This non-pharmacological intervention not only succeeded in relieving pain, but also had a positive impact on the comfort and overall quality of life of pregnant women.

Keywords: Multigravida, Low Back Pain, Third Trimester