

**ASUHAN TERINTEGRASI PADA IBU HAMIL YANG MENGALAMI NYERI
PINGGANG DENGAN PEMBERIAN SENAM HAMIL, PERSALINAN, NIFAS, BBL DI
PUSKESMAS SOLOKANJERUK KABUPATEN BANDUNG**

ABSTRAK

Oleh :

BELLA FAHTIA MAYASARI

Ketidaknyamanan pada trimester III salah satunya adalah nyeri punggung bagian bawah yang diakibatkan oleh pembesaran perut, perubahan anatomis, dan perubahan hormonal, yang mengganggu aktifitas ibu hamil. Tujuannya untuk mengetahui pengurangan nyeri punggung bagian bawah pada Ny.R dengan usia kehamilan 34 minggu dimulai pada saat kehamilan, persalinan, nifas, bayi dan keluarga berencana di Puskesmas Solokan Jeruk Kabupaten Bandung.

Penelitian ini menggunakan metode case study (studi kasus) secara deskriptif dengan asuhan kebidanan secara *continue of care* (perawatan berkelanjutan)

Hasil penelitian didapatkan bahwa asuhan yang diberikan sudah sesuai dengan teori dan senam hamil yang dilakukan efektif dalam menurunkan tingkat skala nyeri pada kehamilan dengan sakit punggung bawah.

Kesimpulan dari asuhan ini dengan memberikan asuhan senam hamil pada trimester III cukup efektif dan mengurangi sakit punggung bagian bawah, saran untuk penelitian selanjutnya sebaiknya senam hamil dilakukan berkolaborasi dengan instruktur yang telah tersertifikasi.

Kata Kunci : Nyeri Pinggang, Senam Hamil.

Sumber : 22 Buku (Tahun 2011-2019), 16 jurnal (tahun 2015-2019)

**Integrated Care Of Pregnant Women Who Experienced Back Pain With Pregnant Giving,
Pregnancy, Children, Public, Bbl At Puskesmas Solokanjeruk, Bandung District**

ABSTRAK

Oleh :

BELLA FAHTIA MAYASARI

One of the discomforts in the third trimester is lower back pain caused by enlargement of the stomach, anatomic changes, and hormonal changes, which disrupt the activities of pregnant women. The goal is to determine the reduction of lower back pain in Ny.R with 34 weeks of gestation starting at the time of pregnancy, childbirth, childbirth, infants and family planning at the Health Center Solokan Jeruk Bandung District.

This research uses the case study method (case study) descriptively with midwifery care in a continuation of care.

The results showed that the care given was in accordance with the theory and pregnancy exercises that were carried out effectively in reducing the level of pain scale in pregnancy with low back pain.

The conclusion of this care by giving care of pregnancy exercises in the third trimester is quite effective and reduces lower back pain, suggestions for further research should exercise pregnancy in collaboration with certified instructors.

Keywords: Low Back Pain, Pregnancy Exercise.

Source: 22 books (202011-1019), 16 journals (2015-2019)