

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURWANG
PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN TANJUNGPURWANG
Laporan Tugas Akhir, April 2020

Tiana Febrida Cahya
1715401034

Penerapan senam hamil dalam mengurangi nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III Di PMB Elfi yanti, Amd.Keb Lampung Selatan, 2020.

xvii + 61 Halaman, 1 Tabel, 22 Gambar, 4 Lampiran

RINGKASAN

Nyeri pinggang pada ibu hamil menyebabkan ibu akan terganggu menjalani aktifitasnya dengan normal. Nyeri pinggang yang tidak segera diatasi bisa menyebabkan nyeri jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri pinggang pada saat pasca partum dan nyeri pinggang kronis yang sulit untuk disembuhkan. Tujuan studi kasus ini adalah melakukan asuhan kebidanan dengan terapan senam hamil untuk penanganan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di PMB Elfi yanti Lampung Selatan tahun 2020.

Metode yang digunakan adalah studi kasus. Diawali dengan penentuan lokasi dan waktu pelaksanaan, melakukan pengumpulan data melalui wawancara dan observasi langsung terhadap Ny.R. setelah subjek ditentukan maka dilakukakn studi kasus dengan manajemen varney dan pendokumentasian dengan metode SOAP.

Setelah dilakukan penanganan nyeri pingang dengan terapan senam hamil didapatkan hasil bahwa nyeri pinggang pada ibu hamil mulai berkurang dari skala 5 sampai skala 3.

Berdasarkan studi khusus yang dilaksanakan,terapan senam hamil dapat mengurangi nyeri pinggang pada ibu hamil. Setelah dilakukannya stadi khusus ini diharapkan senam hamil dapat diterapkan di PMB Sebagai salah satu asuhan kebidanan kehamilan pada ibu hamil dengan nyeri pinggang

Kata Kunci : Senam Hamil Pada Masa Kehamilan

Daftar Bacaan : 9 (2010-2018)

TANJUNGGARANG HEALTH POLITECHNIC
STUDY PROGRAM D III MIDWIFERY TANJUNGGARANG
Final Project Report, April 2020
Tiana Febrida Cahya
1715401034

Application of pregnant effects in reducing waist pain in pregnant mother trimester III at PMB Elfi Yanti, Amd. Keb Lampung Selatan, 2020.

xvii + 61 Pages, 1 Table, 22 Images, 4 Attachments

ABSTRACT

Low back pain in pregnant women causes mothers to be disrupted through normal activities. Low back pain that can not be treated immediately can cause long-term pain, increasing the tendency of low back pain during post partum and chronic low back pain that is difficult to treat. The purpose of this case study is to carry out midwifery care with pregnancy exercises for the management of low back pain in third trimester pregnant women in PMB Elfi yanti, South Lampung in 2020.

The method used is a case study. Beginning with determining the location and time of implementation, collecting data through interviews and direct observation of Mrs. R. after the subject is determined, a case study with varney management is carried out and the SOAP method is documented.

After handling pingang pain with applied pregnancy exercises obtained results that low back pain in pregnant women began to decrease from a scale of 5 to scale 3.

Based on a typical study conducted, applied pregnancy exercises can reduce low back pain in pregnant women. After doing this typical stadi, it is expected that pregnancy exercises can be applied at PMB as one of the midwifery care of pregnant women with low back pain.

Keywords : Pregnancy Exercise During Pregnancy

Reading List : 9 (2010-2018)

