

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG PROGRAM STUDI  
DIPLOMA DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG**

*Laporan Tugas Akhir, Mei 2024*

*Agil Saputri  
2115401044*

***Penatalaksanaan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan  
Melakukan Teknik Pelvic Rocking Pada Ny. D Di PMB Chatarina Erna Purwati***

***XVI+76 Halaman, 1 Tabel, 3 Gambar, 9 Lampiran***

**RINGKASAN**

Permasalahan yang sering muncul pada kehamilan salah satunya adalah nyeri pinggang, dimana nyeri pinggang merupakan salah satu ketidaknyamanan ibu hamil trimester III yang dapat mengganggu aktifitas, dimana nyeri pinggang merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik. *Pelvic rocking* salah satu teknik untuk menurunkan intensitas nyeri pinggang. Tujuan melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil terhadap Ny. D G1P0A0 untuk mengetahui pemberian *pelvic rocking* terhadap penurunan nyeri pinggang.

Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan menggunakan 7 langkah Varney dan asuhan kebidanan kehamilan dengan penatalaksanaan pemberian teknik *pelvic rocking* untuk menurunkan rasa nyeri pinggang pada Ny. D umur 24 tahun G1P0A0. Teknik *pelvic rocking* di lakukan sebanyak 3x dalam seminggu dengan durasi 10-15 menit selama kurang lebih 3 minggu.

Berdasarkan hasil asuhan yang diberikan, penatalaksanaan nyeri pinggang dengan melakukan teknik *pelvic rocking* kepada Ny. D 24 tahun G1P0A0 sebanyak 3x dalam seminggu pada ibu hamil yang mengalami nyeri pinggang. Pertemuan minggu ke-1 didapatkan hasil skala 4 / nyeri sedang. Pertemuan minggu ke-2 didapatkan hasil skala 2 / nyeri ringan. Dapat diatasi pada kunjungan minggu ke-3 didapatkan hasil skala 0 / penurunan rasa nyeri pinggang.

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa *pelvic rocking* terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri pinggang pada ibu hamil. Atas dasar tersebut penulis menyarankan kepada tenaga kesehatan khususnya bidan agar *pelvic rocking* dimanfaatkan untuk menurunkan intensitas nyeri pinggang.

Kata Kunci : *Pelvic Rocking*, Nyeri Pinggang, Ibu Hamil  
Kata Kunci : 13(2015-2023)

**TANJUNG KARANG HEALTH POLYTECHNIC TANJUNG KARANG  
DIPLOMA III MIDWIFERY STUDY PROGRAM**

*Final Project Report, May 2024*

Agil Saputri  
2115401044

***Management of low back pain in third trimester pregnant women by using the pelvic rocking technique on Mrs. D at PMB Chatarina Erna Purwati***

***XVI+76 Pages, 1 Table, 3 Pictures, 9 Attachments***

**ABSTRACT**

*One of the problems that often arises during pregnancy is low back pain. Where low back pain is one of the discomforts of pregnant women in the third trimester which can interfere with activities, where low back pain is one of the musculoskeletal disorders caused by poor body activity. Pelvic rocking is a technique to reduce the intensity of low back pain. The aim of providing midwifery care to pregnant women for Mrs. D G1P0A0 to pelvic rocking on reducing the intensity of low back pain.*

*The method used is a case study using Varney's 7 steps and midwifery care for pregnancy with the management of the pelvic rocking technique to reduce low back pain to Mrs. D years old G1P0A0. The pelvic rocking technique is carried out 3 times for a duration of 10-15 minutes for approximately 3 weeks.*

*Based on the result of the care provided, management of low back pain was done by using the pelvic rocking technique for Mrs. D 24 years G1P0A0 3 times a week in pregnant women who experience low back pain. At the 1st week meeting, results were obtained on a scale of 4/moderate pain. At the second week's meeting, results were obtained on a scale of 2/mild pain. It can be resolved at the 3rd week visit, with a scale result of 0/decreased low back pain.*

*Based on the research result, it can be concluded that pelvic rocking has been proven to reduce the intensity of low back pain in pregnant women. On this basis the author suggests to health workers especially midwives that pelvic rocking be used to reduce the intensity of low back pain.*

**Keywords** : Pelvic Rocking, Low Back Pain, Pregnant Mother  
**Reading List** : 13 (2015-2023)