

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA**

Laporan Tugas Akhir, Juni 2022

Siska Nur'aini AW

NIM.E1915401013

**ABSTRAK**

**ASUHAN KEBIDANAN PADA KEHAMILAN PENATALAKSANAAN  
SENAM HAMIL UNTUK MENGURANGI INTENSITAS NYERI  
PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRISEMESTER III**

Nyeri Punggung pada ibu hamil trisemester III merupakan kondisi fisiologis yang dialami oleh setiap ibu hamil dan merupakan ketidaknyamanan pada trisemester III. Nyeri punggung diakibatkan oleh pembesaran uterus yang terus bertambah yang mengakibatkan hyperlordosis pada tulang belakang dan adanya rasa sakit. Salah satu solusi untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil yaitu dengan senam hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penatalaksanaan senam hamil untuk mengurangi intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trisemester III. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa senam hamil efektif untuk mengurangi intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trisemester III.

**FACULTY OF HEALTH**  
**MIDWIFERY DIPLOMA III STUDY PROGRAM**  
**MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA UNIVERSITY**  
**The Final Project, June 2022**

Siska Nur'aini AW

NIM.E1915401013

**ABSTRACT**

**OBSTETRIC CARE IN PREGNANCY MANAGEMENT OF PREGNANT  
GYMNASTICS TO REDUCE THE INTENSITY OF BACK PAIN IN  
PREGNANT WOMEN TRISEMESTER III**

Back Pain in pregnant women tricemester III is a physiological condition experienced by every pregnant woman and is an discomfort in tricemester III. Back pain is caused by an ever-increasing enlargement of the uterus which results in hyperlordosis of the spine and the presence of pain. One solution to overcome back pain in pregnant women is with pregnant gymnastics. This study aims to determine the management of pregnant gymnastics to reduce the intensity of back pain in pregnant women with tricemester III. The results of this study revealed that pregnant gymnastics is effective for reducing the intensity of back pain in pregnant women with tricemester III.