

**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADYAH  
TASIKMALAYA  
LAPORAN TUGAS AKHIR, AGUSTUS 2017**

**DESI SULASTRI  
E.15401.14.005**

**PENATALAKSANAAN POSISI TIDUR MIRING UNTUK  
MENURUNKAN NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER III**

xiii, 31 halaman, 4 tabel, 5 lampiran

**ABSTRAK**

Pada kehamilan memungkinkan terjadinya perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan-perubahan tersebut menyebabkan ibu hamil mengalami ketidaknyamanan. Salah satu ketidaknyamanan yang sering timbul adalah nyeri punggung. Nyeri punggung adalah otot abdomen meregang sehingga dapat menyebabkan ketidakseimbangan otot disekitar pelvis atau panggul, dan tegangan dapat dirasakan diatas ligament tersebut. Nyeri punggung saat kehamilan apabila tidak segera di tangani dengan baik dapat menyebabkan Ibu hamil akan kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Tujuan asuhan ini adalah untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Setelah dilakukan asuhan kebidanan penatalaksanaan posisi tidur miring di Kel. Karikil Kec. Mangkubumi periode Juni –Juli 2017 dengan waktu yang berbeda pada setiap responden. Pengukuran nyeri digunakan skala numerik dengan diberikan kusioner deskripsi skala nyeri. Objek asuhan yaitu 10 ibu hamil trimester III, karakteristik nya 1 *primigravida* 9 *multigravida*, dan 1 ibu hamil sebagai karyawan 9 ibu hamil sebagai ibu rumah tangga, rata-rata mengalami penurunan nyeri skala 1 dalam waktu 3 hari. Dari Hasil asuhan ini dapat disimpulkan menunjukkan posisi tidur miring dapat menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Saran, setelah dilakukan asuhan di harapkan dapat memeberikan informasi kepada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung dengan posisi tidur miring sehingga nyeri punggung dapat teratasi.

Kata kunci : Kehamilan, nyeri punggung, posisi tidur miring, trimester III

Kepustakaan : 16 Buku (2006-2017)