TUGAS AKHIR

ASUHAN KEBIDANAN BERKESINAMBUNGAN PADA KEHAMILAN DENGAN NYERI PUNGGUNG DI KLINIK ALFA MEDIKA KOTA SURABAYA

OLEH :
'IZZATUL MAR'AH NUR RASYIDAH
NIM 20254665001

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2026

TUGAS AKHIR

ASUHAN KEBIDANAN BERKESINAMBUNGAN PADA KEHAMILAN DENGAN NYERI PUNGGUNG DI KLINIK ALFA MEDIKA KOTA SURABAYA

Uuntuk Memperoleh Gelar Profesi Bidan
Pada Program Studi Pendidikan Profesi Bidan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya

'IZZATUL MAR'AH NUR RASYIDAH
20254665001

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya. Sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang Tugas Akhir pada Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Faklutas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Surabaya, 15 Juli 2026

Menyetujui,

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Dr. Rachmawati Ika S., S.ST., M.Kes	Asta Adyani, S.ST., M.Kes., PhD

Mengetahui
Ketua Program Studi,

Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : 'Izzatul Mar'ah Nur Rasyidah

NIM : 20254665001

Fakultas/ Program Studi : Ilmu Kesehatan / Pendidikan Profesi Bidan

Menyatakan bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 20 Agustus 2026

Yang membuat pernyataan,



'Izzatul Mar'ah Nur Rasyidah

NIM. 20254665001

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya

Pada 15 September 2026

Tanda Tangan

Ketua : Aryunani, S.ST., M.Kes .....

Anggota 1 : Dr. Rachmawati Ika S., S.ST., M.Kes .....

Anggota 2 : Asta Adyani, S.ST., M.Kes., PhD .....

Mengesahkan,
Dekan,

Dr. Ners. Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr.wb

Segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Tugas Akhir dengan judul "Asuhan Kebidanan Berkesinambungan Pada Kehamilan Dengan Nyeri Punggung Di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya" sebagai salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya."

Asuhan Kebidanan Asuhan Kebidanan Berkesinambungan, merupakan Asuhan Kebidanan yang dimulai dari kehamilan dan diikuti perkembangan kesehatannya hingga proses persalinan, nifas dan periode bayi baru lahir.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini tidak luput dari kesalahan dan jauh dari kesempurnaan sehingga kritik dan saran yang bersifat sangat membangun penulis harapkan. Bagaimanapun Tugas Akhir ini, penulis berharap apa yang ada di Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu kebidanan.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Surabaya, 15 Juli 2026

Penulis

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya, sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan. Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Surabaya, tahun 2026 dengan judul "Asuhan Kebidanan Berkesinambungan Pada Kehamilan Dengan Nyeri Punggung Di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya" sebagai salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya."

Dalam penyusunan Tugas Akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, untuk itu perkenankan penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep., FISQua selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Dr. Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
4. Dr. Rachmawati Ika S., S.ST., M.Kes., selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dan saran selama proses penyusunan Tugas Akhir sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
5. Asta Adyani, S.ST., M.Kes., Ph.D., selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dan saran selama proses penyusunan Tugas Akhir sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Aryunani, S.ST., M.Kes selaku ketua penguji yang telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Para dosen dan staf pengajar di Prodi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan yang telah memberikan ilmu, bimbingan dan nasihat selama menempuh pendidikan profesi.

8. Bdn. Muarofah, S.Keb, selaku pemilik klinik yang telah banyak memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya.
9. Kedua orang tua peneliti yang tercinta Bapak Sumardi dan Ibu Samsiati, yang telah memberikan doa, dukungan moral, kasih sayang, dan motivasi yang tiada henti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dan pendidikan dengan baik. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan Ridho-Nya kepada mereka.
10. Kedua saudara kandung peneliti Al Mar'atush Sholihah Nur'arifah, selaku kakak, dan Muhammad Nur Huda Khairurrijaal, selaku adik, yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral, motivasi, dan semangat kepada penulis selama proses penyusunan Tugas Akhir hingga dapat diselesaikan dengan baik.
11. Teman-teman Pendidikan Profesi Bidan yang telah berjuang bersama, saling memberikan semangat, dukungan, doa, dan motivasi selama proses praktik hingga penyusunan Tugas Akhir ini.
12. Serta pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu menyusun dalam Tugas Akhir ini.
13. Terakhir, ucapan terima kasih penulis persembahkan untuk diri sendiri, Izzatul Mar'ah Nur Rasyidah. Terima kasih telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah dalam setiap proses yang dilalui hingga mampu menyelesaikan Tugas Akhir ini. Terima kasih telah terus percaya bahwa setiap usaha, doa, dan ikhtiar tidak akan pernah sia-sia. Semoga pencapaian ini menjadi langkah awal untuk terus berkembang, menggapai cita-cita, serta memberikan manfaat bagi banyak orang. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kemudahan, keberkahan, kesehatan, dan meridhai setiap langkah yang akan ditempuh. Aamiin ya Rabbal 'Alamin.

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Perubahan Tinggi Fundus Uteri (TFU) Pada Masa Nifas ……..	37
Tabel 2. 2	Karakteristik Lochea Pada Masa Nifas ……..	38
Tabel 3. 3	Variabel dan Definisi Operasional …….	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Perubahan Tulang Belakang Sebelum dan Setelah Kehamilan ….. 7
Gambar 2. 2 Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III …… 11
Gambar 2. 3 *Numeric Rating Scale* (NRS) …….. 15

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Melakukan Studi Pendahuluan ……	181
Lampiran 2	Surat Izin Pengambilan Pasien COC ……	182
Lampiran 3	Surat Balasan Izin Penelitian ……...	183
Lampiran 4	*Informed Consent* ……..	184
Lampiran 5	Form Dokumentasi Pengkajian Kasus …….	185
Lampiran 6	Buku KIA …….	193
Lampiran 7	KSPR ……	194
Lampiran 8	Kuesioner …….	195
Lampiran 9	Media Penelitian ……...	197
Lampiran 10	Tingkat Nyeri Punggung Saaat Kehamilan Sebelum dan Sesudah Intervensi ……..	198
Lampiran 11	Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Intervensi ……	199
Lampiran 12	Lembar Penapisan Ibu Bersalin ……...	200
Lampiran 13	Lembar Observasi ……	201
Lampiran 14	Lembar Partograf …….	202
Lampiran 15	Dokumentasi ……	204
Lampiran 16	Bukti Plagiarisme …….	205
Lampiran 17	Lembar Konsultasi ……...	206

DAFTAR SINGKATAN

AIDS : *Acquired Immune Deficiency Syndrome*
ANC : *Antenatal Care*
APN : Asuhan Persalinan Normal
ASI : Air Susu Ibu
BAB : Buang Air Besar
BAK : Buang Air Kecil
BB : Berat Badan
BCG : *Bacillus Calmette-Guérin*
BPD : Biparietal Diameter
DJJ : Denyut Jantung Janin
DM : Diabetes Melitus
EDD : *Estimated Delivery Date*
Hb :Hemoglobin
HBsAg : *Hepatitis B Surface Antigen*
HIV : *Human Immunodeficiency Virus*
HNP : *Hernia Nucleus Pulposus*
HPHT : Hari Pertama Haid Terakhir
IM : Intramuskular
IMD : Inisiasi Menyusu Dini
IMT : Indeks Masa Tubuh
IOM : *Institute of Medicine*
IU : *International Unit*
IUD : *Intrauterine Device*
KB : Kelaurga Berencana
KIA : Kesehatan Ibu dan Anak
KIE : Komunikasi, Informasi, dan Edukasi
KN : Kunjungan neonatal
KSPR : Kartu Skor Poedji Rochjati
LD : Lingkar Dada
LILA : Lingkar Lengan Atas
LK : Lingkar Kepala

LP : Lingkar Perut

MAL : Metode Amenore Laktasi

MAP : *Mean Arterial Pressure*

NAPZA : Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif

NRS : *Numeric Rating Scale*

NSAID : *Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs*

PAP : Pintu Atas Panggul

PB : Panjang Badan

PTT : Penegangan Tali Pusat Terkendali

ROT : Roll Over Test

TBC : tuberkulosis

TBJ : Tafsiran Berat Janin

TD : Tekanan Darah

TFU : Tinggi Fundus Uteri

TM : Trimester

TT : Tetanus Toksoid

USG : Ultrasonografi

UUK : Ubun Ubun Kecil

VAS : *Visual Analog Scale*

VT : *Vaginal Toucher*

ABSTRAK

ASUHAN KEBIDANAN BERKESINAMBUNGAN PADA KEHAMILAN DENGAN NYERI PUNGGUNG DI KLINIK ALFA MEDIKA KOTA SURABAYA

‘Izzatul Mar’ah Nur Rasyidah
Pendidikan Profesi Bidan
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surabaya

Selama kehamilan terjadi perubahan fisik maupun psikologis yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan, salah satunya berupa nyeri punggung. Ketidaknyamanan ini dapat mengganggu aktivitas dan kenyamanan ibu sehingga diperlukan asuhan kebidanan berkesinambungan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus komprehensif atau pada Ny. A selama Februari-Juli 2026. Tujuan dari penelitian ini unuk memberikan asuhan kebidanan berkesinambungan pada Ny. A dengan keluhan nyeri punggung di Klinik Alfa Medika Kota Surabaya sejak kehamilan, persalinan, nifas, hingga bayi baru lahir. Data diperoleh melalui wawancara, pemeriksaan fisik, observasi, pengukuran *Numeric Rating Scale* (NRS), dan dokumentasi SOAP. Didapatkan hasil usia kehamilan 38 minggu dengan nyeri punggung skor awal NRS 6, setelah diberikan intervensi yoga dan pijat skor menjadi 3. Persalinan berlangsung secara spontan dan dilanjutkan dengan masa nifas tanpa komplikasi. Bayi neontatus aterm lahir 3.300 gram. Setelah 3 hari mengalami penurunan <10 dan proses adaptasi bayi berjalan normal. Pemberian asuhan kebidanan berkesinambungan dengan intervensi yoga dan pijat menunjukkan penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu selama kehamilan. Yoga dapat membantu mengurangi ketegangan otot, meningkatkan fleksibilitas tubuh, serta memperbaiki keseimbangan postur, sedangkan pijat dapat mengurangi ketegangan otot, serta memberikan efek relaksasi melalui stimulasi serabut saraf A-beta yang mampu menghambat penghantaran impuls nyeri ke otak. Penurunan berat badan pada neonatus terjadi karena proses adaptasi dengan kehidupan di dunia. Berdasarkan asuhan berkesinambungan yang telah diberikan, dapat disimpulkan bahwa intervensi yoga dan pijat efektif dapat membantu menurunkan intensitas nyeri pada ibu hamil.

Kata Kunci : kehamilan, yoga, pijat, nyeri punggung

ABSTRACT

CONTINUOUS MIDWIFERY CARE FOR PREGNANCY WITH BACK PAIN AT ALFA MEDIKA CLINIC, SURABAYA CITY

‘Izzatul Mar’ah Nur Rasyidah,
Midwifery Professional Education, Faculty of Health Sciences,
Muhammadiyah University of Surabaya

During pregnancy, there are physical and psychological changes that can cause discomfort, one of which is back pain. This discomfort can interfere with the mother’s activities and comfort, necessitating continuous midwifery care. This study uses a qualitative method with a comprehensive case study approach on Mrs. A from February to July 2026. The objective of this research is to provide continuous midwifery care to Ms. A, who has been experiencing back pain at Alfa Medika Clinic in Surabaya City since pregnancy, childbirth, postpartum, and up to the newborn stage. Data were obtained through interviews, physical examinations, observations, Numeric Rating Scale (NRS) measurements, and SOAP documentation. The results showed a gestational age of 38 weeks with an initial NRS score of 6 for back pain, which decreased to 3 after yoga and massage interventions. The delivery occurred spontaneously and was followed by a postpartum period without complications. The term neonate was born weighing 3,300 grams. After 3 days of experiencing a decrease of <10, the baby's adaptation process was normal. Continuous midwifery care with yoga and massage interventions shows a reduction in the intensity of back pain in mothers during pregnancy. Yoga can help reduce muscle tension, improve body flexibility, and enhance postural balance. In contrast, massage can reduce muscle tension and provide a relaxation effect through the stimulation of A-beta nerve fibers that can inhibit the transmission of pain impulses to the brain. Weight loss in neonates occurs due to the process of adapting to life in the world. Based on the continuous care provided, it can be concluded that effective yoga and massage interventions can help reduce the intensity of pain in pregnant women.

Keywords: pregnancy, yoga, massage, back pain

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ……..……. i
LEMBAR PERSETUJUAN ii
PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT iii
LEMBAR PENGESAHAN iv
KATA PENGANTAR v
UCAPAN TERIMAKASIH vi
DAFTAR TABEL viii
DAFTAR GAMBAR ix
DAFTAR LAMPIRAN x
DAFTAR SINGKATAN xi
ABSTRAK xiii
DAFTAR ISI xv
BAB 1 PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 3
1.3 Tujuan Penelitian 3
1.3.1 Tujuan Umum 3
1.3.2 Tujuan Khusus 3
1.4 Manfaat 4
1.4.1 Bagi Pasien 4
1.4.2 Bagi Pelayanan Kesehatan 4
1.4.3 Bagi Peneliti 4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA 5
2.1 Kehamilan dengan Nyeri Punggung 5
2.1.1 Definisi 5
2.1.2 Etiologi 6
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi 7
2.1.4 Patofisiologi 10
2.1.5 Manifestasi Klinis 13
2.1.6 Dampak Nyeri Punggung 13
2.1.7 Skala Pengukuran Nyeri 14
2.1.8 Penatalaksanaan 16
2.1.9 Tanda Bahaya Kehamilan 18
2.2 Persalinan 20
2.2.1 Definisi Persalinan 20
2.2.2 Tanda-Tanda Persalinan 22
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Persalinan 24
2.2.4 Penatalaksanaan Asuhan Persalinan 25
2.3 Nifas 36
2.3.1 Definisi Nifas 36
2.3.2 Tahapan Masa Nifas 36
2.3.3 Perubahan Fisiologis Masa Nifas 37
2.3.4 Proses Adaptasi Psikologis Masa Nifas 43
2.3.5 Kebutuhan Dasar Masa Nifas 44
2.3.6 Tanda Bahaya Masa Nifas 48

2.3.7 Penatalaksanaan Masa Nifas 49
2.4 Bayi Baru Lahir 52
2.4.1 Definisi 52
2.4.2 Ciri-Ciri Bayi Baru Lahir Normal 52
2.4.3 Adaptasi Bayi Baru Lahir Terhadap Kehidupan di Luar Uterus 53
2.4.4 Tanda Bahaya Bayi Baru Lahir 55
2.4.5 Penatalaksanaan Asuhan Bayi Baru Lahir 56
2.4.6 Kunjungan Neonatal 58
2.5 Asuhan Kebidanan 59
BAB 3 METODE PENELITIAN 64
3.1 Desain Penelitian 64
3.2 Unit Analisis 64
3.3 Lokasi Penelitian 64
3.4 Waktu Penelitian 64
3.5 Variabel dan Definisi Operasional 65
3.6 Instrumen Penelitian 66
3.7 Pengumpulan Data 67
3.8 Analisis 68
3.9 Etika Penelitian 68
BAB 4 TINJAUAN KASUS DAN PEMBAHASAN 70
4.1 Tinjauan Kasus 70
4.1.1 Tinjuan Kasus Kehamilan 70
4.1.2 Tinjauan Kasus Persalinan 86
4.1.3 Tinjauan Kasus Nifas dan Bayi Baru Lahir 108
4.2 Pembahasan 141
4.2.1 Kehamilan 141
4.2.2 Persalinan 152
4.2.3 Nifas 160
4.2.4 Bayi Baru Lahir 164
4.3 Keterbatasan Penelitian 168
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN 170
5.1 Kesimpulan 170
5.2 Saran 172
DAFTAR PUSTAKA 174
LAMPIRAN 181

DAFTAR PUSTAKA

Alfanti, D., Utami, I., & Yupita, D. (2024). Penerapan Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Healthy Tadulako Journal*.

Amalia, A. R., Erika, & Dewi, A. P. (2020). Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Journal Of Holistic Nursing And Health Science*, *3*(1), 24–31. Https://Ejournal2.Undip.Ac.Id/Index.Php/Hnhs

Andayani, S. R. D., & Purnomo, R. D. R. (2025). *Prenatal Yoga Dan Hipnoterapi Sebagai Metode Terintegrasi Untuk Manajemen Nyeri Punggung Pada Kehamilan*. Nuansa Fajar Cemerlang.

Angin, S. Y. P., Sihombing, F., Kaban, H., Rhamawan, C., & Sari, E. M. (2024). Sosialisasi Pemberian Informasi Dampak Saraf Kejepit Untuk Ibu Hamil Trimester Iii Di Kelurahan Kemenangan Tani. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, *7*(4), 1408–1414. Https://Doi.Org/10.33024/Jkpm.V7i4.13138

Ardianti, F. K., Sari, R. D. P., & Utama, W. T. (2023). Perdarahan Postpartum Et Causa Atonia Uteri: Literature Review. *Jurnal Kedokteran Unila*.

Arlenti, L., & Zainal, E. (2021). *Manajemen Pelayanan Kebidanan*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti.

Arlym, L. T., & Fauziah, N. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Persiapan Persalinan Dan Keterampilan Mengurangi Nyeri Persalinan Pada Pasangan Hamil. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, *7*(1), 257–266. Https://Doi.Org/10.33024/Jkpm.V7i1.12737

Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii: Literatur Review Factors Affecting Back Pain In Pregnant Trimester Iii : A Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, *9*(1), 14–30.

Aryanti, Fatrin, T., & Sari, Y. (2025). Edukasi Prenatal Massageuntuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Praktik Mandiri Bidan Husniyati Palembang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Abdurahman*, *01*(1), 29–31. Https://Doi.Org/10.4314/Mmj.V31i1.12

Aryati, F. S., & Wirata, I. N. (2025). Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Teknik Akupresur Pada Titik Bl 23 Dan Bl 25. *Jurnal Penelitian Inovatif*, *5*(2), 1979–1984. Https://Doi.Org/10.54082/Jupin.631

Asih, Y., & Risneni. (2021a). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Cv. Trans Info Media.

Asih, Y., & Risneni. (2021b). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Cv. Trans Info Media.

Azizah, N., & Rosyidah, R. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Umsida Press.

Bihalia, S., Zulala, N. N., & Dwihestie, L. K. (2024). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Kehamilan Trimester Ii Dan Iii Di Puskesmas Kasihan I Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, *15*(1), 142. Https://Doi.Org/10.36419/Jki.V15i1.997

Bitara, I. N. W., Pratiwi, W., Rohmini, S., & Pranoto, H. H. (2023). Prenatal Yoga Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Prosidingseminar Nasional Dan Call For Paper Kebidanan*, *2*(1), 2023.

Cahyana, I. G. A. Y. P., Rosidah, N., & Sumiati, I. G. A. N. (2025). Edukasi Dan Penanganan Fisioterapi Nyeri Punggung Bawah Pada Kelompok Ibu Hamil Di Praktek Mandiri Bidan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *01*(04), 145–150.`

Delvina, V., Meilinda, V., & Zulisa, E. (2021). *Teori Konsep Kebidanan* (Novi Wulan Sari, Ed.). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

Febrianti, V., & Andari, F. N. (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Perubahan Fisiologis Pada Masa Kehamilan Dengan Pemberian Pendidikan Kesehatan. *Jurnal Ners Generation*.

Febriati, L. D., Zakiyah, Z., & Ratnaningsih, E. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Adaptasi Perubahan Psikologi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, *14*(2), 48. Https://Doi.Org/10.36419/Jki.V14i2.856

Fitri, E., Andriyani, R., Megasari, M., Kesehatan, F., Hang, U., Pekanbaru, T., & Artikel, H. (2023). Pemberian Konseling Pada Ibu Nifas Hari Ke 29-42 Menggunakan Abpk Di Pmb Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal) 1 Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal*, *03*. Https://Doi.Org/10.25311/Jkt/Vol2.Iss1.308

Gustiani, D., Gunawan, M. R., & Keswara, U. R. (2024). Asuhan Keperawatan Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri Punggung Bawah Melalui Metode Pelvic Rocking Di Klinik Balai Krakatau Kemiling Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, *7*(12), 5318–5330. Https://Doi.Org/10.33024/Jkpm.V7i12.15436

Hardaniyati, Ariendha, D. S. R., & Rohma, S. (2024). Identification Of Physical Insecurity During Third Trimester Pregnancy. *Jurnal Kebidanan Malahayati)*, *10*(11), 1111–1116. Https://Doi.Org/10.33024

Haryanti, A. (2025). Edukasi Pencegahan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Di Praktik Mandiri Bidan Susi Kota Magetan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mentaru*.

Herlinda, A., Anung, F., Ige, A. M., Salju, E., Sawul, A., & Manggul, M. S. (2025). Pameran Poster Edukatif Di Pustu Namut Purang Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Dalam Kehamilan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, *8*(6), 2934–2943. Https://Doi.Org/10.33024/Jkpm.V8i6.19103

Hotmauli, & Indrayani, O. (2025). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Pilis Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru. *Ensiklopedia Of Journal*, *7*(2). Http://Jurnal.Ensiklopediaku.Org

Jannah, S. R. (2024). Kebutuhan Nutrisi Ibu Menyusui Studi Literatur Review. *Jurnal Riset Ilmiah*, *1*(7), 511–521. Https://Doi.Org/10.62335

Jnpk-Kr. (2017). *Asuhan Persalinan Normal Asuhan Esensial Bagi Ibu Bersalin Dan Bayi Baru Lahir Serta Penatalaksanaan Komplikasi Segera Pascapersalinan Dan Nifas*.

Juliani, W. (2023). Asuhan Kebidanan Pada Bayi Baru Lahir Ny.B Di Praktik Mandiri Bidan (Pmb) Nurwati Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris. *Jurnal Kesehatan Terpadu*.

Kurniarum, A. (2016). *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Kementriankesehatanrepublikindonesia.

Kuswardani, Abidin, Z., & Astuti, D. N. (2022). Pkm Pendampingan Bagi Kader Posyandu Dan Ibu Hamil Tentang Sosialisasi Dan Pelatihan Senam Hamil Bagi Ibu Hamil Trimester 2 Dan 3 Di Desa Banjarsari Kecamatan Gajah Kabupaten Demak. *Jurnal Implementasi Pengabdian Masyarakat Kesehatan (Jipmk)*, 15–18.

Lestaluhu, V. (2022). Penatalaksanaan Terapi Komplementer Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Nyeri Punggung. *Jurnal Kebidanan (Jbd)*, *2*(2), 96–103.

Manik, M. R., Lumbantoruan, T., Bugis, H., & Purba, S. W. (2022). Asuhan Kebidanan Bayi Baru Lahir Pada Bayi Ny.M Dengan Perawatan Tali Pusa Di Poliklinik Pt.Serdang Tengah Kec.Galang Kab.Deli Serdang Tahun 2020. *Jurnal Sains Dan Kesehatan (Jusika)*.

Marfuah, S., Kurniati, P. T., & Intarti, W. D. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. K-Media.

Nababan, F., & Mayasari, E. (2024). Asuhan Kebidanan Pada Bayi Baru Lahir Di Pmb N. *Plenaryhealth: Jurnal Kesehatan Paripurna*.

Nasution, N., Endriyanti, A., & Mukhoirotin, D. T. W. (2023). *Asuhan Kebidanan Bayi, Balita, Dan Anak*. Yayasan Kita Menulis.

Ni'amah, S., & Sulistiyaningsih, H. S. (2024). Efektifitas Tehnik Gym Ball Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Kebidanan*, *Xvi*(01). Http://Www.Ejurnal.Stikeseub.Ac.Id

Nilam, N. (2024). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Kehamilan Trimester Iii. *Jurnal Kesehatan*, *12*(1). Https://Doi.Org/10.25047/J-Kes.V12i1.518

Nova, S., & Mardiani, E. (2019). Hubungan Senam Hamil Dengan Persalinan Normal Di Bpm Erita Kota Pekanbaru Tahun 2018. *Al-Insyirahmidwifery*.

Nurseha, Subagio, S. U., & Lintang, S. S. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui* (Achmad Wahdi). Cv. Dewa Publishing.

Oktri, Y., Lestari, C., & Muttaqin, N. A. (2023). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Kehamilan Trimester Iii Di Pmb "N" Kabupaten Bandung. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur*, *16*(1), 2023.

Pisoh, D. W., Karelle, N. T. J., Nchufor, R. N., Ako, T. W., Mforteh, A. A. A., Boten, M., Tameh, T., Mbi-Kobenge, A. F. E., Samje, M., Sama, D. J., & Foumane, P. (2025). Low Back Pain During Pregnancy: Prevalence, Risk Factors And Clinical Profile In The Bamenda Regional Hospital. *Bmc Pregnancy And Childbirth*, *25*(1). Https://Doi.Org/10.1186/S12884-025-07506-2

Pratiwi, D., Hadi, S. P. I., Sari, N., & Okinarum, G. Y. (2021). *Asuhan Kebidanan Komplementer Dalam Mengatasi Nyeri Persalinan*. Pustaka Aksara.

Putri, C. A., Sunarsih, & Ervianasari, N. (2025). *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil*.

Rahayu, M., Fitria, R., & Mundari, R. (2023). Mengurangi Ketidaknyamanan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester Iii: Studi Kasus. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, *10*(12), 2023. Http://Ejurnalmalahayati.Ac.Id/Index.Php/Kesehatan

Sari, N. P. R. P., Suindri, N. N., & Budiani, N. N. (2025). Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Gym Ball. *Jurnal Medika Usada* |, *8*(2), 1.

Sepriyanda, S., Novaria, L., Sari, L., & Kusuma, F. R. (2024). Asuhan Kebidanan Berkelanjutan Dengan Pelaksanaan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Punggung. *Jurnal Maternitas Aisyah (Jaman Aisyah) Universitas Aisyah Pringsewu*. Http://Journal.Aisyahuniversity.Ac.Id/Index.Php/Jaman

Simanjuntak, M. K. (2022). Efektivitas Prenatal Yoga Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Journal Of Advanced Nursing And Health Sciences*, *3*(2), 19–24.

Sitompul, L. H., Pinem, S., Viranty, D., Sagala, R., Ndraha, L., & Febryanti, F. (2024). Asuhan Manajemen Kebidanan Berkelanjutan (Continuity Of Care) Pada Ny. H Di Praktik Mandiri Bidan Roslena Medan Tahun 2024. *Forum Ilmiah Dan Diskusi Mahasiswa*.

Suhaida, Efriana, R., & Sanjaya, R. (2023). Kompres Hangat Pada Ibu Hamil Trimester Iii Untuk Mengurangi Nyeri Punggung. *Jurnal Maternitas Aisyah (Jaman Aisyah) Universitas Aisyah Pringsewu*. Http://Journal.Aisyahuniversity.Ac.Id/Index.Php/Jaman

Sulastri, S., Putri, A., Rahmah, R., & Haryanti, D. (2024). Hubungan Perdarahan Dan Partus Lama Pada Ibu Post Partum Dengan Kejadian Infeksi Pada Masa Nifas. *Trilogi: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, Dan Humaniora*, *5*(3). Https://Doi.Org/10.33650/Trilogi.V5i3.9031

Ulfah, R., Zakiah, M., Asseggaf, S. N. Y. R. S., & Putri, T. H. (2025). Prevalensi Dan Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Depresi Postpartum Di Kota Pontianak. *Ejournal Kedokteran Indonesia*, *13*(1), 52. Https://Doi.Org/10.23886/Ejki.13.949.52

Vitani, R. A. I. (2019). Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa Literature Review: Pain Assessment Tool To Adults Patients. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, *3*(1), 1–7.

Walyani, E. S., & Purwoastuti, T. E. (2020). *Asuhan Kebidanan Dan Bayi Baru Lahir*. Pustakabarupress.

Wati, N. S. S. W., Andarwulan, S., Rihardini, T., & Waroh, Y. K. (2025). Efektivitas Pelvic Tilt Dan Esensial Minyak Mawar Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Ilmu Kebidanan*. Https://Jurnal.Ikta.Ac.Id/Kebidanan

Wijayanti, I. T., Aningsih, B. S. D., & Hesti, N. P. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Persalinan* . K-Media.

Yani, H., & Karo, K. (2021). Dampak Saraf Terjepit Terhadap Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Pera Simalingkar B Medan. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, *6*(1).

Yanti, S. D., & Nurrohmah, A. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Saat Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Semin Ii Kabupaten Gunungkidul. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Dan Kesehatan Alkautsar (Jikka)*.

Yolandini, Y., Purnamasari, K. D., & Fatimah, S. (2024). Gambaran Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dan Iii Di Tpmb Elis Marlina. *Journal Of Midwifery And Public Health*, *6*(1), 35. Https://Doi.Org/10.25157/Jmph.V6i1.16129

Yulizawati, Insani, A. A., Sinta, L. El, & Andriani, F. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Indomedia Pustaka.