

**PENERAPAN TERAPI *BIRTHING BALL* TERHADAP NYERI
PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIBEUREUM
KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**VINA YULIANTI
NIM : 10120063**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2023**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2023

Vina Yulianti

Penerapan Terapi *Birthing Ball* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Cibeureum Kota Tasikmalaya

xiii + 109 halaman + 19 tabel + 10 gambar + 14 lampiran

ABSTRAK

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang memberikan perubahan pada ibu hamil. Adanya perubahan baik secara fisik maupun psikis menyebabkan ketidaknyamanan seperti gangguan istirahat tidur, gangguan aktivitas sehari-hari dan nyeri punggung bawah. Penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung bawah salah satunya adalah terapi *birthing ball*. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui penerapan terapi *birthing ball* terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Metodologi studi kasus menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subyek studi kasus sebanyak 2 orang dengan pengambilan data selama 3 hari. Instrumen yang digunakan adalah format asuhan keperawatan pada ibu hamil, SOP terapi *birthing ball*, lembar hasil pemeriksaan biofisiologis, panduan wawancara, dan lembar observasi. Teknik pengambilan data yang digunakan menggunakan video atau rekaman audio, wawancara, observasi dan pengukuran biofisiologis. Hasil studi kasus setelah dilakukan terapi *birthing ball* selama 3 hari terdapat perubahan tingkat nyeri baik secara verbal maupun non-verbal. Sebelum penerapan terapi *birthing ball* kedua subyek mengalami gangguan tidur, tampak meringis, sikap protektif terhadap nyeri, adanya ketegangan otot, dan skala nyeri punggung bawah pada kedua subyek berada di skala 5-6 (nyeri sedang). Sedangkan setelah penerapan terapi *birthing ball* respon non-verbal kedua subyek menurun dan skala nyeri berkurang menjadi skala 2 (nyeri ringan). Kesimpulan studi kasus ini adalah terdapat perubahan tingkat nyeri pada nyeri punggung bawah yang dirasakan oleh subyek baik secara verbal maupun non-verbal. Ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah dianjurkan untuk melakukan terapi *birthing ball* dengan benar sebagai upaya untuk mengurangi nyeri dan memberikan kenyamanan selama kehamilan.

Kata kunci: *Birthing ball*, Kehamilan Trimester III, Nyeri punggung bawah

Daftar Pustaka: 42 buah (2014 – 2023)

**DII NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Diploma Thesis, June 2023

Vina Yulianti

Application of Birthing Ball Therapy for Lower Back Pain in Third Trimester Pregnant Women in the Area of Cibereum Health Center, Tasikmalaya City

xiii + 109 pages + 19 tables + 10 pictures + 14 attachments

ABSTRACT

Pregnancy is a physiological process that gives changes to pregnant women. There are changes both physically and psychologically that cause discomfort such as sleep disturbance, disruption of daily activities and lower back pain. Management to reduce lower back pain is birthing ball therapy. The purpose of this case study was to determine the application of birthing ball therapy to lower back pain in third trimester pregnant women. The case study methodology used a descriptive design with a case study approach. Case study subjects were 2 subjects with a 3-day visit. The instruments used were the format of nursing care for pregnant women, SOP for birthing ball therapy, biophysiological examination results sheets, interview guides, and observation sheets. Data collection techniques used video or audio recordings, interviews, observations and biophysiological measurements. The results of the case study after the birthing ball therapy was carried out for 3 days there were changes in the level of pain both verbally and non-verbally. Prior to the application of the birthing ball therapy, both subjects experienced sleep disturbances, grimaces, a protective attitude towards pain, muscle tension, and the scale of lower back pain in both subjects was on a scale of 5-6 (moderate pain). Meanwhile, after the implementation of the birthing ball therapy, the non-verbal responses of the two subjects decreased and the pain scale was reduced to scale 2 (mild pain). The conclusion of this case study is that there is a change in the level of pain in low back pain felt by the subject both verbally and non-verbally. Third trimester pregnant women who experience lower back pain are advised to do birthing ball therapy properly as an effort to reduce pain and provide comfort during pregnancy.

Keyword: *Birthing ball, Third trimester pregnant woman, Low back pain*

Bibliography: *42 pieces (2014 – 2023)*