

## ABSTRAK

Disfungsi simfisis pubis adalah nyeri pada tulang kemaluan akibat peregangan sendi simfisis pubis karena penurunan kepala janin ke panggul yang menyebabkan ketidaknyamanan di area panggul, selangkangan, dan punggung bawah, serta mengganggu aktivitas dan istirahat ibu hamil.

Studi ini bertujuan mengidentifikasi multigravida trimester III dengan disfungsi simfisis pubis, menggunakan *multiple case design* dengan dua subjek hamil trimester III. Data diambil di wilayah kerja Puskesmas Tongguh melalui studi dokumentasi dan wawancara kuesioner yang mengkaji faktor resiko, masalah serta penanganan. Data dianalisa secara deskriptif.

Hasil menunjukkan subjek A (usia kehamilan 38 minggu, gravida keempat) bekerja sebagai pegawai kantor dengan bantuan asisten dan mengalami gangguan tidur, serta melakukan penanganan awal mandiri dan menerima pendidikan kesehatan. Subjek B (usia kehamilan 35 minggu, gravida ketiga) memiliki aktivitas padat sebagai ibu rumah tangga tanpa gangguan tidur. Penggunaan stagen yang benar, pendidikan kesehatan, dan terapi yoga rutin mampu mengurangi nyeri. Disfungsi simfisis pubis pada kedua subjek dipengaruhi oleh usia kehamilan tua, kehamilan berulang, dan aktivitas padat.

Kesimpulan, usia kehamilan yang lebih tua dan jumlah kehamilan yang lebih banyak meningkatkan resiko disfungsi simfisis pubis, dan aktivitas fisik yang padat menyebabkan nyeri lebih parah. Pengetahuan awal tentang penanganan nyeri, penggunaan alat bantu, pendidikan kesehatan tentang modifikasi aktivitas, dan terapi komplementer seperti yoga dapat membantu mengurangi keluhan. Disarankan agar bidan lebih mendalami masalah ibu hamil serta mendeteksi dini disfungsi simfisis pubis. Pasien disarankan menggunakan alat bantu untuk mengurangi nyeri serta melakukan terapi yoga sesuai rekomendasi tenaga kesehatan.

Kata Kunci: Disfungsi Simfisis Pubis, Multigravida, Trimester III

## ABSTRACT

*Pubic symphysis dysfunction is characterized by pain in the pubic bone due to the stretching of the pubic symphysis joint as the fetal head descends into the pelvis. This condition causes discomfort in the pelvic area, groin, and lower back, impacting the activities and rest of pregnant women.*

*This study aims to identify third trimester multigravida with pubic symphysis dysfunction using a multiple case design involving two pregnant subjects. Data were collected at Puskesmas Tongguh through documentation studies and questionnaire interviews focusing on risk factors, problems, and treatments, and analyzed descriptively.*

*The results showed that subject A (38 weeks gestation, fourth gravida), an office employee assisted by an aide, experienced sleep disturbances and performed initial self-treatment along with receiving health education. Subject B (35 weeks gestation, third gravida), a busy housewife, did not experience sleep disturbances. Proper use of stagen, health education, and regular yoga therapy reduced pain in both subjects. Pubic symphysis dysfunction in both cases was influenced by advanced gestational age, repeated pregnancies, and heavy physical activities.*

*In conclusions, older gestational age and a higher number of pregnancies increase the risk of pubic symphysis dysfunction, while strenuous physical activity exacerbates the pain. Early awareness of pain management, use of assistive devices, health education on activity modification, and complementary therapies like yoga can alleviate symptoms. Midwives should proactively identify and address pubic symphysis dysfunction in pregnant women. Patients are advised to use assistive devices to mitigate pain and engage in yoga therapy as recommended by health professionals.*

*Keywords: Symphysis Pubis Dysfunction, Multigravida, Third Trimester*