

## **ABSTRAK**

Kehamilan menyebabkan terjadinya perubahan fisiologis. Perubahan tersebut adalah sikap tubuh ibu menjadi lordosis karena perut yang semakin membesar. Keluhan yang sering dialami ibu hamil adalah nyeri punggung. Data awal pada Desember 2013 dari 15 ibu hamil didapatkan 13 ibu hamil mengalami nyeri punggung. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan posisi tidur miring dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Rahman Rahim Sukodono Sidoarjo.

Desain penelitian *analitik* menggunakan pendekatan *cross sectional*, populasi ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Rahman Rahim sebanyak 25 responden, besar sampel 24 responden dengan teknik *simple random sampling*. Variabel independen adalah posisi tidur miring dan variabel dependen adalah nyeri punggung. Instrumen menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan *mann whitney* dengan tingkat kemaknaan ( $\alpha=0,05$ ).

Hasil penelitian sebagian besar (66,7%) ibu hamil tidak teratur melakukan posisi tidur miring dan setengahnya (50%) mengalami tingkat nyeri sedang. Hasil uji *mann whitney* didapatkan  $P=0,000$  artinya ada hubungan antara posisi tidur miring dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Rahman Rahim Sukodono Sidoarjo.

Ketidakteraturan melakukan posisi tidur miring akan menimbulkan nyeri punggung, untuk itu diharapkan ibu hamil melakukan posisi tidur miring secara teratur untuk mencegah dan mengatasi nyeri punggung selama kehamilan.

**Kata kunci** : Posisi tidur miring, nyeri punggung