

ABSTRAK

Ibu hamil saat kehamilan biasanya sering mengeluh ketidaknyamanan yaitu salah satunya nyeri pinggang, nyeri pinggang yang tidak teratasi menyebabkan peningkatan intensitas nyeri setelah ibu melahirkan bayinya, sehingga perlu dilakukan upaya penanganan secara non farmakologis dengan pemakaian *bellywrap*. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pemakaian *bellywrap* terhadap perubahan tingkat nyeri pinggang pada ibu hamil di Desa hulaan Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik.

Metode penelitian menggunakan desain *one group pre-test* dan *post-test*, populasi sebesar 55 ibu hamil dan jumlah sampel 48 ibu hamil, dengan teknik *random sampling (Probability sampling)*. *Variable independent* pemakaian *bellywrap* dan variabel *dependent* perubahan tingkat nyeri pinggang pada ibu hamil. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi skala nyeri (NRS). Pemakaian *bellywrap* dilakukan selama 3 minggu dengan waktu 2 jam sehari. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test*.

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari hampir seluruhnya (85,4%) mengalami perubahan tingkat nyeri pinggang dengan kategori ringan. Hasil analisa data dengan uji *Wilcoxon*, didapatkan hasil bahwa $p(0,00) < \alpha(0,05)$ bahwa terdapat pengaruh pemakaian *bellywrap* terhadap perubahan tingkat nyeri pinggang pada ibu hamil di Desa Hulaan Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik.

Simpulan dari penelitian ini adalah pemakaian *bellywrap* dapat menurunkan tingkat nyeri pinggang pada ibu hamil sehingga pemakaian *bellywrap* dapat dijadikan sebagai salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan ibu hamil dalam menurunkan nyeri pinggang.

Kata kunci: *Bellywrap*, Tingkat Nyeri Pinggang, Ibu Hamil