HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN *PARITAS* DENGAN KEJADIAN *PELVIC GIRDLE PAIN* (PGP) PADA IBU HAMIL

Farida Hilmi Nur Alimah[1], Rina Sri Widayati[2]
202216013@student.unisa-surakarta.ac.id
Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: *Pelvic Girdle Pain* (PGP) merupakan keluhan *muskuloskeletal* yang sering terjadi pada ibu hamil akibat perubahan hormonal dan biomekanik selama kehamilan. Kondisi ini dapat menimbulkan nyeri pada daerah panggul yang berdampak pada keterbatasan aktivitas sehari-hari dan penurunan kualitas hidup. Aktivitas fisik dan *paritas* diduga berhubungan dengan kejadian PGP, namun hasil penelitian sebelumnya masih menunjukkan temuan yang beragam. **Tujuan:** Mengetahui hubungan aktivitas fisik dan *paritas* dengan kejadian *Pelvic Girdle Pain* (PGP) pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Pucangsawit Surakarta. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian sebanyak 44 ibu hamil trimester III yang dipilih menggunakan teknik *consecutive sampling*. Data aktivitas fisik diperoleh menggunakan *Pregnancy Physical Activity Questionnaire* (PPAQ), sedangkan data *paritas* dan kejadian PGP diperoleh melalui kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Fisher Exact*. **Hasil:** Sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik ringan, termasuk kategori *multipara*, dan lebih dari separuh mengalami PGP. Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik maupun *paritas* dengan kejadian PGP ($p>0,05$). **Kesimpulan:** Aktivitas fisik dan *paritas* tidak berhubungan dengan kejadian PGP pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Pucangsawit Surakarta.

Kata Kunci: aktivitas fisik, *paritas*, *Pelvic Girdle Pain* (PGP) ibu hamil trimester III.