

**MULTIPLE CASE STUDY : GAMBARAN PHYSICAL ACTIVITY PADA  
IBU HIGH RISK PREGNANCY**

<sup>1</sup>Fitri Ramalia, <sup>2</sup>Dewi Marfuah

Koresponding Author :

[Fitriramalia6661@gmail.com](mailto:Fitriramalia6661@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Kehamilan risiko tinggi merupakan kehamilan yang menyebabkan risiko dan komplikasi yang lebih besar bagi ibu dan janin dalam kandungan, dan dapat mengakibatkan kematian. *Physical activity* pada ibu hamil adalah gerakan anggota tubuh untuk menjaga kesehatan fisik dan mengurangi terjadinya permasalahan selama kehamilan maupun setelah kehamilan. **Tujuan :** untuk mengetahui gambaran bagaimana *physical activity* pada ibu *high risk pregnancy*. **Metode :** Metode penelitian ini menggunakan kualitatif dengan desain studi *multiple case study*. Teknik pengumpulan data pada peneliti ini dengan menggunakan teknik wawancara 10 pertanyaan mengenai aktifitas fisik yang dilakukan ibu hamil resiko tinggi. Subjek pada penelitian ini adalah ibu hamil resiko tinggi dengan kriteria inklusi ibu hamil trimester 2/3 dengan nilai skor KSPR lebih dari 6-10. **Hasil :** Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 responden didapatkan 7 tema yaitu pemahaman *physical activity* ibu kurang, adanya hambatan beraktivitas saat hamil, *physical activity* ibu yang dilakukan yaitu pekerjaan ibu rumah tangga, *exercise* menjadi aktivitas rutin tambahan, *good nutrition and mentally as power sources for physical activity*, ibu aware akan dirinya as *high risk pregnancy*, kenyamanan ketika melakukan *physical activity*. **Kesimpulan :** Aktivitas fisik yang dilakukan pada ibu hamil dengan resiko tinggi menggambarkan aktivitas yang berlebih, selain itu aktivitas fisik juga dapat mempengaruhi kondisi fisik ibu hamil yang beresiko tinggi tergantung dengan aktivitas yang dilakukan. **Saran :** Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut yang berkaitan dengan aktivitas fisik pada ibu hamil dengan resiko tinggi

**Kata Kunci :** *physical activity, high risk, pregnancy*