

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN METRO

Laporan Tugas Akhir,

Salsabila Lokahita : 2215471077

Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Ketidaknyamanan Akibat Insomnia Ringan di TPMB Kiswari Metro Pusat.

xv + 57 halaman + 8 tabel + 9 gambar + 6 lampiran

RINGKASAN

Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester tiga dengan ketidaknyamanan akibat insomnia dilakukan pada Ny. A yang berusia 26 tahun di TPMB Kiswari Metro Pusat mulai pada tanggal 20 – 24 Mei 2025 ada 20% dari 25 orang ibu hamil trimester III dan Ny. A merupakan salah satunya. Hasil pengkajian, diperoleh data subjektif : ibu mengatakan ibu kesulitan untuk memulai tidur. Ibu tidur selama 4 – 5 jam dalam dan sering terbangun di malam hari lalu melalui pengkajian menggunakan lembar kuesioner ISI menunjukkan skor 10. Data objektif : hasil pemeriksaan fisik yaitu terdapat lingkaran hitam dibawah mata, wajah tampak lesu, tinggi fundus uteri teraba 3 jari dibawah prosesus xipodeus, dan Mc Donald 30 cm. Berdasarkan hasil pengkajian Ny A ditetapkan diagnosa G₁P₀A₀ usia kehamilan 34 minggu dengan ketidaknyamanan akibat insomnia ringan. Rencana asuhan yang akan diberikan adalah senam hamil selama 4 hari berturut – turut dengan durasi 30 menit serta memberikan asuhan kebidanan sesuai dengan standar pelayanan kebidanan pada ibu hamil di trimester III.

Pelaksanaan asuhan pada Ny. A dilakukan melalui 4 kali kunjungan rumah, yang dicatat dalam catatan perkembangan dari tanggal 20 – 24 Mei 2025. Pada pertemuan pertama pada tanggal 20 Mei 2025 dilakukannya informed consent dan konseling di TPMB. Pada kunjungan rumah yang pertama pada tanggal 21 Mei 2025 dilakukannya pengisian kuisisioner ISI didapatkan skor 10, konseling, dan senam hamil selama 30 menit. Pada kunjungan rumah yang kedua pada tanggal 22 Mei 2025 dilakukannya pengisian kuisisioner ISI dengan skor 9 dan senam hamil. Pada kunjungan rumah yang ketiga pada tanggal 23 Mei 2025 dilakukannya pengisian kuisisioner ISI dengan skor 8, konseling, dan senam hamil. Pada kunjungan rumah yang keempat pada tanggal 24 Mei 2025 dilakukannya pengisian lembar kuisisioner ISI dengan skor 8, konseling, senam hamil dan mengevaluasi asuhan.

Evaluasi hasil asuhan kebidanan pada Ny. A yang telah dilakukan 5 kali dari tanggal 20 – 24 Mei 2025, menunjukkan terjadinya perubahan serta peningkatan kualitas tidur Ny. A diketahui dengan pengisian lembar kuisisioner ISI kuisisioner ISI dengan skor 10 menjadi 08, penurunan frekuensi ibu terbangun dari tidurnya dan peningkatan durasi tidur ibu.

Simpulan yang di dapatkan yaitu bahwa asuhan senam hamil selama 4 hari dapat menurunkan skor Insomnia Severity Index sebanyak 2 poin dan dapat meningkatkan kualitas tidur pada ibu hamil. Penulis memberikan saran agar ibu dapat melakukan senam hamil secara mandiri dan tetap menjaga pola istirahat dan tidur yang sehat.

Kata kunci : Kehamilan, Insomnia Ringan

Daftar bacaan : 29 (2004 – 2024)