



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN PADA NY.N G1P0A0
HAMIL 35-36 MINGGU DENGAN KETIDAKNYAMANAN
MENGUNAKAN *PRENATAL YOGA* DI KELURAHAN
SUKARAJA KABUPATEN TASIKMALAYA**

KARLINA ADHIYANTI
NIM: P20624121015

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEBIDANAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEBIDANAN
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
TAHUN 2024**



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, sehingga atas izin dan ridho-Nya lah penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny.N G1P0A0 hamil 35-36 minggu dengan ketidaknyamanan menggunakan *Prenatal Yoga* di Kelurahan Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya”.

Laporan ini ditulis sebagai salah satu syarat untuk menempuh tugas akhir dalam rangka menyelesaikan pendidikan di Program Studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Penulis menyadari, bahwa dalam penyusunan laporan ini tidak terlepas dari berbagai macam hambatan. Untuk itu, penulis menyampaikan banyak terimakasih dan penghormatan kepada pihak-pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penulisan laporan ini, yaitu :

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Nunung Mulyani, APP., M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Hj. Yulia Herliani, SST., M.Keb selaku Ketua Program Studi D III Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Endang Astiriyani, SST., M.Keb selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan motivasi dan arahan dengan penuh cinta dan kasih sayang selama mengikuti perkuliahan.

5. Dr. Hj. Yati Budiarti, SST., M.Keb selaku Dosen Pembimbing Utama dan Dita Eka M, SST., M.Keb selaku Dosen pembimbing pendamping Laporan Tugas Akhir yang telah membimbing penulis dari awal hingga selesai dengan penuh dedikasi dan kesabaran.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan di Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
7. Ayahanda tercinta Bapak Maksum dan Ibunda tercinta Ibu Tursinah yang selalu setia mendoakan, menguatkan, dan tiada henti memberikan dukungan baik moril maupun materil sehingga penulis dapat bertahan hingga saat ini
8. Rekan-rekan seperjuangan di D III Kebidanan Tasikmalaya angkatan 2021 yang telah memberikan dukungan dan kenangan pahit-manis selama tiga tahun berkuliah bersama.
9. Pemilik NIM P20624121015 yaitu diri saya sendiri yang telah bertahan, bertumbuh, dan berkembang selama tiga tahun menempuh pendidikan di jurusan kebidanan.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kata sempurna, baik dalam isi maupun sistematika penyusunan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaan laporan ini. Semoga laporan tugas akhir ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Tasikmalaya, Januari 2024

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN PERSETUJUAN | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN | ii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | vi |
| DAFTAR GAMBAR | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN | viii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Tujuan Penulisan..... | 4 |
| C. Manfaat Penulisan..... | 5 |
| BAB II TINJAUAN TEORI | 6 |
| A. Kehamilan | 6 |
| B. <i>Prenatal Yoga</i> | 20 |
| C. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil dengan Ketidaknyamanan | 30 |
| BAB III METODE LTA | 34 |
| A. Metode Pengambilan Kasus | 34 |
| B. Tempat dan Waktu | 34 |
| C. Subjek Studi Kasus | 34 |
| D. Metode Pengambilan Data | 35 |
| E. Proses Asuhan Kebidanan..... | 36 |
| F. Etika Pengambilan Kasus..... | 37 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 38 |
| A. Hasil | 38 |
| B. Pembahasan..... | 53 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 64 |
| A. Kesimpulan | 64 |
| B. Saran..... | 65 |
| DAFTAR PUSTAKA | 64 |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 1.2 <i>Numerical Rating Scale</i> | 17 |
| Gambar 2.1 <i>Centering dan Pranayama</i> | 23 |
| Gambar 2.2 <i>Head dan Side Head</i> | 24 |
| Gambar 2.3 <i>Sukhasana in Urdhva Namaskara dan Side Elbow</i> | 25 |
| Gambar 2.4 <i>Janu Sirsana dan Upavista Konasana</i> | 25 |
| Gambar 2.5 <i>Upavista side stretch dan Virasana</i> | 26 |
| Gambar 2.6 <i>Cat cow pose dan Adho Mukha Virasana</i> | 27 |
| Gambar 2.7 <i>Utkatasana dan Virabhadrasana 1</i> | 27 |
| Gambar 2.8 <i>Virabhadrasana 2, Stretch Twist, dan Goddess Pose</i> | 28 |
| Gambar 2.9 <i>Squatting, Release, dan Anantasana</i> | 29 |
| Gambar 2.10 <i>Happy Baby dan Savasana</i> | 30 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|-------------|---|
| Lampiran 1 | Jurnal |
| Lampiran 2 | Surat Permohonan Menjadi Responden |
| Lampiran 3 | Lembar <i>Informed Consent</i> |
| Lampiran 4 | Lembar Kuesioner Studi Pendahuluan |
| Lampiran 5 | Rekapitulasi Kuesioner Studi Pendahuluan |
| Lampiran 6 | Surat Permohonan Izin Pengambilan Data |
| Lampiran 7 | Lembar Kuesioner <i>Pre-test</i> dan <i>Post test</i> |
| Lampiran 8 | Rekapitulasi Kuesioner <i>Pre-test</i> dan <i>Post test</i> |
| Lampiran 9 | Daftar Tilik |
| Lampiran 10 | Jadwal Kegiatan |
| Lampiran 11 | Media Pendidikan Kesehatan <i>Booklet</i> |
| Lampiran 12 | Laporan Bimbingan |
| Lampiran 13 | Dokumentasi Asuhan |
| Lampiran 14 | Daftar Riwayat Hidup Penulis |