



**Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN PADA NY. A USIA 26 TAHUN
G1P0A0 GRAVIDA (36-37 MINGGU) DENGAN
NYERI PUNGGUNG DAN MEMPERBAIKI
POSTUR TUBUH MELALUI PRENATAL YOGA
DI WILAYAH KERJA UPTD
PUSKESMAS KALIWEDI
KABUPATEN CIREBON**

RUSMIYATI

NIM. P2.06.24.2.22.071

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEBIDANAN CIREBON
JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur bagi Allah SWT, Shalawat serta salam semoga tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan sahabat karena rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny. A 26 Tahun G1P0A0 Gravida (36-37 Minggu) dengan Nyeri Punggung dan Memperbaiki Postur Tubuh Melalui Prenatal Yoga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kaliwedi Kabupaten Cirebon". Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya,
2. Dr. Hj. Yati Budiarti, SST,. M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya,
3. Lia Nurcahyani, SST, MPH selaku Ketua Program Studi D.III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya wilayah Cirebon,
4. Neli Nurlina, SST, MPH selaku Penanggung Jawab Praktik Klinik Kebidanan III,
5. Nina Nirmaya Mariani, SST, M. Keb selaku Wali Kelas 3B-Zamrud,
6. Bdn. Endang Nurrochmi S,SiT., MKM selaku Pembimbing Akademik dan Pembimbing I Laporan Tugas Akhir,
7. Dyah Widiyastuti, S, ST., M. Keb selaku Pembimbing II Laporan Tugas Akhir,
8. H. Sopyan, S. Kep. Ns selaku Kepala UPTD Puskesmas Kaliwedi,
9. Hj. Siti Salamah, S. Tr., Keb selaku Bidan Koordinator sekaligus Pembimbing Lahan Praktik Klinik Kebidanan III,
10. Ny. A dan keluarga yang sudah bersedia menjadi responden dalam proses pemberdayaan yang telah dilakukan oleh penulis,
11. Kepada ibu dari penulis yang bernama ibu Sumiyati, sosok ibu yang sangat sangat penulis sayangi dan cintai. Ibu yang telah banyak mengorbankan tenaga, waktu tidur dan istirahatnya demi mendukung dan memenuhi segala

kebutuhan penulis dari waktu kecil sampai menjadi mahasiswa kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Cirebon, perjuangan ibu berkali-kali lebih besar dan tulus dibandingkan dengan perjuangan penulis, terimakasih sudah melahirkan penulis dari sosok hebat seperti ibu dan berjuang bersama-sama,

12. Kepada Alm. Bapak Warma, sosok orangtua dan cinta pertama yang tak kalah berharga dihidup penulis. Bapak yang selalu mengajarkan dan mengingatkan penulis untuk terus semangat belajar. Selalu menemani bahkan menjadi teman sebangku di masa Sekolah Dasar. Terimakasih bapak sudah setia meluangkan banyak waktu di masa kecil penulis dan memberikan banyak moment terindah yang tak ternilai dalam hidup penulis,
13. Seluruh kakak penulis yang bernama Apid, Aliman, Siti Rahma dan Ningrum yang senantiasa menjadi pendengar dan pemberi masukan kepada penulis juga sudah membantu dalam bentuk material selama penulis menjadi mahasiswa kebidanan,
14. Teman sekaligus sahabat penulis yang bernama Beslita Nurlaila, Daminih, Diah Qirotul Aini, Sofia Annisa dan Uud Mas'udah yang sudah menemani dan mewarnai hari-hari penulis dan mengajarkan arti persahabatan.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membagi sebagian pengetahuannya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir ini. Penulis menyadari, laporan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun diperlukan demi kesempurnaan laporan tugas akhir ini.

Cirebon, Februari 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
LAMPIRAN-LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penyusunan Laporan	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penyusunan Laporan	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN TEORI.....	6
A. Pengertian Kehamilan.....	6
B. Perubahan Fisiologis Trimester 3	6
C. Perubahan Psikologis Trimester 3	8
D. Pemeriksaan Antenatal Care.....	8
E. Kebutuhan Dasar Ibu Hamil	13
F. Persiapan Melahirkan (Bersalin)	16
G. Tanda-tanda Bahaya Dalam Kehamilan	16
H. Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester 3	18
I. Penilaian Skala Nyeri NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>).....	19
J. Prenatal Yoga	20
BAB III METODE PENGAMBILAN DATA	27

A. Metode Pengumpulan Data	27
B. Waktu	28
C. Tempat	28
D. Sasaran.....	28
E. Proses Kegiatan	28
1. Identifikasi kasus	28
2. Analisis kasus	28
3. Penatalaksanaan.....	28
4. Evaluasi	30
BAB IV TINJAUAN KASUS	32
A. KUNJUNGAN PERTAMA	32
B. KUNJUNGAN KEDUA	35
C. KUNJUNGAN KETIGA.....	37
D. KUNJUNGAN KEEMPAT.....	38
E. KUNJUNGAN KELIMA	39
BAB V PEMBAHASAN	41
A. Kunjungan pertama.....	41
B. Kunjungan kedua	45
C. Kunjungan ketiga.....	47
D. Kunjungan keempat.....	49
E. Kunjungan kelima	50
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	52
A. Kesimpulan.....	52
B. Saran	52
1. Bagi lahan praktik	52
2. Bagi tenaga kesehatan	53
3. Bagi instansi pendidikan	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LEMBAR KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR.....	57
LAMPIRAN-LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Usia Kehamilan dan Tinggi Fundus Uteri Menurut Leopold (dalam sentimeter)	9
Tabel 2. Status Imunisasi TT	11
Tabel 3. Gerakan Senam Yoga	24

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Cara Berdiri	14
Gambar 2. Cara Duduk	14
Gambar 3. Posisi Tidur	15
Gambar 4. Cara Mengangkat Barang.....	15
Gambar 5. Numeric Rating Scale (NRS)	19

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1. Dokumentasi Asuhan.....	59
Lampiran 2. Instrumen Penelitian.....	60