



LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN PADA NY. W USIA 35 TAHUN
G3P2A0 HAMIL 28 MINGGU 4 HARI DENGAN GANGGUAN
KUALITAS TIDUR DI WILAYAH KELURAHAN SUKAHURIP
KECAMATAN TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA**

**Rara Daniswara
NIM. P2.06.24.1.23.029**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEBIDANAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat, strategi, dan ketenangan yang diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul **“Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny. W Usia 35 Tahun G3P2A0 Hamil 28 Minggu 4 Hari dengan Gangguan Kualitas Tidur di Wilayah Kelurahan Sukahurip Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya Tahun 2026”** tepat pada waktunya.

Laporan ini disusun sebagai peta jalan sekaligus tahap awal bagi penulis untuk berkontribusi secara akademis. Penulis menyadari bahwa ide yang tertuang dalam Laporan Tugas Akhir ini sebuah awal yang masih membutuhkan banyak bimbingan. Dalam proses penyusunan, penulis mendapatkan banyak semangat dan arahan dari berbagai pihak. Rasa hormat dan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ibu Dr. Hj. Yati Budiarti, SST., M.Keb., selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Hj. Yulia Herliani, SST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Diploma – III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Laila Putri S, SST., M.Keb., selaku Pembimbing Akademik dan Pembimbing II.
5. Ibu Sri Gustini, SST., M.Keb., selaku Pembimbing I yang telah memvalidasi ide – ide penulis dan memberikan arahan yang visioner.

6. Kepada Bapak Endang Zaenudin dan Mama Yuyum Suamiati, terima kasih atas segala doa yang tidak pernah putus, kasih sayang tanpa batas, perjuangan, pengorbanan, serta kepercayaan yang selalu diberikan kepada penulis. Laporan ini mungkin hanya sebuah karya sederhana, tetapi didalamnya ada banyak harapan dan perjuangan yang lahir dari cinta kalian.
7. Kepada A Yuda Sudrajat dan De Fahri Taufik Asshafar , terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan ini. Terima kasih atas dukungan, candaan, semangat, dan momen-momen sederhana yang tanpa sadar menjadi penyemangat besar di tengah tekanan dunia perkuliahan.
8. Kepada seseorang yang tidak dapat disebutkan namanya, kehadirannya telah menjadi bagian dari proses belajar, bertumbuh, dan pendewasaan penulis. Untuk segala pelajaran, dukungan, dan kenangan yang pernah hadir, penulis mengucapkan terima kasih.
9. Kepada para sahabat seperjuangan, terima kasih karena sudah kebersamaan penulis di fase hidup yang tidak selalu mudah ini. Terima kasih untuk setiap obrolan larut malam, support tanpa diminta, bantuan di saat panik, sampai *healing* dadakan, Kalian adalah bukti bahwa pertemanan di masa kuliah bukan hanya tentang kebersamaan, tetapi juga tentang saling menguatkan untuk bertahan.
10. Kepada teman-teman lainnya yang tidak bisa disebutkan satu per satu, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan ini, sekecil apa pun perannya. Setiap bantuan, dukungan, motivasi, dan kebaikan yang diberikan akan selalu memiliki tempat tersendiri bagi penulis.

11. Penulis mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang hingga sampai di titik ini. Terima kasih karena tetap memilih bangkit setiap kali merasa lelah, tetap bertahan di tengah banyaknya revisi, serta terus percaya bahwa semua proses akan menemukan akhirnya. *No one sees the behind the scenes, but this achievement is proof that every effort was worth it.* Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa versi terbaik dari diri sendiri selalu lahir dari proses yang tidak mudah
12. Kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas doa, bantuan, dan energi baik yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga segala kebaikan dibalas dengan hal-hal terbaik oleh Tuhan Yang Maha Esa.

Penulis menyadari bahwa Laporan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis sangat terbuka terhadap segala saran, kritik dan masukan yang membangun dalam seminar proposal ini. Besar harapan penulis agar proposal ini dapat memberikan kontribusi nyata, referensi yang relevan serta membawa manfaat bagi perkembangan Ilmu Kebidanan di masa depan.

Tasikmalaya, Januari 2026

Penulis

**ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN PADA NY. W USIA 35 TAHUN
G3P2A0 HAMIL 28 MINGGU 4 HARI DENGAN GANGGUAN
KUALITAS TIDUR DI WILAYAH KELURAHAN SUKAHURIP
KECAMATAN TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA**

ABSTRAK

Kehamilan merupakan fase fisiologis yang dapat menimbulkan berbagai ketidaknyamanan, salah satunya gangguan kualitas tidur terutama pada trimester III akibat perubahan hormonal, peningkatan frekuensi BAK, dan aktivitas yang padat. Gangguan kualitas tidur yang tidak ditangani dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Studi kasus ini bertujuan melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan gangguan kualitas tidur melalui pengkajian, analisa data, penatalaksanaan, dan pendokumentasian SOAP. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan manajemen asuhan kebidanan 7 langkah Varney pada Ny. W usia 35 tahun G3P2A0 hamil 28 minggu 4 hari di Kelurahan Sukahurip Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya pada tanggal 16 Februari – 07 Maret 2026. Hasil pengkajian menunjukkan ibu mengalami tidur malam hanya 4–5 jam, sering terbangun karena BAK, dan merasa lelah saat bangun pagi. Asuhan yang diberikan berupa edukasi sleep hygiene seperti mengatur jadwal tidur, tidur miring ke kiri, mengurangi konsumsi kopi, penggunaan gadget sebelum tidur, dan membatasi minum menjelang tidur. Setelah dilakukan asuhan selama tiga kali kunjungan, kualitas tidur ibu membaik dengan durasi tidur meningkat menjadi 7–8 jam per malam dan frekuensi terbangun berkurang menjadi 1–2 kali. Kesimpulan studi kasus ini menunjukkan bahwa penerapan sleep hygiene efektif membantu meningkatkan kualitas tidur ibu hamil trimester III sehingga kondisi ibu dan janin tetap fisiologis tanpa komplikasi.

Kata Kunci: Kehamilan, Gangguan Kualitas Tidur, Sleep Hygiene, Asuhan Kebidanan, Trimester III

**MIDWIFERY CARE FOR PREGNANCY IN MS. W, AGE 35, G3P2A0,
28 WEEKS AND 4 DAYS PREGNANT, WITH SLEEP QUALITY
DISORDERS IN THE SUKAHURIP VILLAGE, TAMANSARI
DISTRICT, TASIKMALAYA CITY**

ABSTRACT

Pregnancy is a physiological phase that can cause various discomforts, one of which is sleep quality disturbance, particularly in the third trimester due to hormonal changes, increased urinary frequency, and a busy schedule. Untreated sleep quality disturbances can impact the health of both the mother and the fetus. This case study aims to provide midwifery care for a pregnant woman with sleep quality disturbances through assessment, data analysis, management, and SOAP documentation. The method used was a case study employing the 7-step Varney midwifery care management approach for Mrs. W, a 35-year-old G3P2A0 woman at 28 weeks and 4 days of gestation, residing in Sukahurip Village, Tamansari District, Tasikmalaya City, from February 16 to March 7, 2026. The assessment results showed that the mother slept only 4–5 hours at night, frequently woke up to urinate, and felt tired upon waking in the morning. The care provided consisted of sleep hygiene education, such as establishing a sleep schedule, sleeping on the left side, reducing coffee consumption, avoiding gadget use before bed, and limiting fluid intake before sleep. After receiving care over three visits, the mother's sleep quality improved, with sleep duration increasing to 7–8 hours per night and the frequency of waking up decreasing to 1–2 times. The conclusion of this case study indicates that the implementation of sleep hygiene is effective in improving the sleep quality of women in their third trimester of pregnancy, thereby ensuring that both the mother and fetus remain in a healthy physiological state without complications.

Keywords: Pregnancy, Sleep Quality Disorders, Sleep Hygiene, Midwifery Care, Third Trimester

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penulisan LTA.....	3
C. Manfaat Penulisan LTA.....	4
BAB II TINJAUAN TEORI	5
A. Kehamilan.....	5
B. Ketidaknyamanan dalam Kehamilan.....	6
C. Kehamilan dengan Gangguan Kualitas Tidur	8
D. Aspek Legal Asuhan Kebidanan Kehamilan dengan Gangguan Kualitas Tidur	12
E. Metode Nonfarmakologi.....	13
a. Manajemen Asuhan Kebidanan.....	16
b. Pemberdayaan Perempuan dan Keluarga	18
BAB III METODE LAPORAN TUGAS AKHIR.....	22
A. Metode Pengambilan Kasus.....	22
B. Tempat dan Waktu	22
C. Subjek/ Partisipan.....	22
D. Metode Pengumpulan Data.....	22
E. Prosedur Pengambilan Kasus.....	23
F. Etika Studi Kasus	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	25

A. Tinjauan Kasus	25
B. Pembahasan	36
BAB V PENUTUP	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Bimbingan Laporan Tugas Akhir.....	51
Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Permintaan Data Dinkes.....	53
Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Permintaan Data Puskesmas.....	55
Lampiran 4 Format Pendokumentasian SOAP.....	57
Lampiran 5 Surat Permohonan Kaji Etik Penelitian Kesehatan.....	59
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Klien	60
Lampiran 7 Kuisioner Kualitas Tidur.....	61
Lampiran 8 Dokumentasi Asuhan.....	62