

**ASUHAN KEBIDANAN PADA NY “F” UMUR 23 TAHUN G1P0A0 HAMIL
37 MINGGU DALAM MENGURANGI KECEMASAN DENGAN SENAM
PRENATAL YOGA DI BPM “X”
KOTA BENGKULU
TAHUN 2019**

LAPORAN TUGAS AKHIR



OLEH:

**ARISKA DWI LESTARI
NPM 1624260005DB**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (DIII)
FAKULTAS ILMU KESEHATAN (FIKES)
UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU
TAHUN 2019**

ABSTRAK

ASUHAN KEBIDANAN PADA NY “F” UMUR 23 TAHUN G1P0A0 HAMIL 37 MINGGU DALAM MENGURANGI KECEMASAN DENGAN SENAM *PRENATAL YOGA* DI BPM “X” KOTA BENGKULU TAHUN 2019

Oleh :

Ariska Dwi Lestari¹⁾
Danur Azissah RS²⁾
Ronalen Br Situmorang²⁾

Proporsi pemeriksaan kehamilan (K4) di Indonesia meningkat dari 70% tahun 2013 menjadi 74,1% tahun 2018 dan cakupan Ibu hamil yang melakukan kunjungan ke Puskesmas di Kota Bengkulu sejumlah 7.407 orang. Dari setiap pemeriksaan ibu hamil banyak terjadi keluhan adanya kecemasan bagi ibu terutama pada trimester III dalam persiapannya menghadapi persalinan. Di Bengkulu ibu hamil belum banyak yang melakukan senam prenatal yoga.

Laporan kasus ini adalah untuk melakukan asuhan kebidanan pada Ibu hamil trimester III dalam mengurangi kecemasan dengan senam prenatal yoga di BPM “X” Tahun 2019 sesuai teori manajemen kebidanan yang diaplikasikan dalam asuhan kebidanan.

Dalam penyusunan laporan kasus ini menggunakan metode deskriptif yaitu dengan mengungkap fakta-fakta sesuai dengan data-data yang didapatkan dilapangan.

Dari Asuhan Kebidanan dalam mengurangi kecemasan dengan senam prenatal yoga didapat hasil ibu berhasil mengurangi kecemasannya setelah 5 kali kunjungan baik di praktik bidan maupun dirumah klien dimana tingkat kecemasan ibu menurun sesuai perubahan skor pemeriksaan menggunakan skala HARS dari kunjungan pertama skor 21 poin menjadi skor 6 point pada kunjungan terakhir.

Kesimpulan dari asuhan yang dilakukan adalah setiap langkah asuhan mulai dari pengkajian hingga evaluasi mendapatkan hasil dilapangan yang sesuai dengan teori. Asuhan kebidanan ini di dokumentasikan secara komprehensif mulai dari pengkajian sampai dengan evaluasi dengan menggunakan sistem pendokumentasian secara baik

Kata Kunci : Hamil Trimester III, Mengurangi Kecemasan, Senam *Prenatal Yoga* Keterangan :

1. Calon Ahli Madya Kebidanan
2. Pembimbing

ABSTRACT

MIDWIFERY CARE FOR MRS "F" 23 YEARS OLD G1P0A0 37 WEEKS PREGNANT IN REDUCING ANXIETY WITH YOGA PRENATAL EXERCISE AT "X" BPM KOTA BENGKULU IN 2019

By:

Ariska Dwi Lestari¹⁾

Danur Azissah RS²⁾

Ronalen Br Situmorang²⁾

The proportion of antenatal care (K4) in Indonesia increased from 70% in 2013 to 74.1% in 2018 which covers 7,407 pregnant women visiting the Puskesmas at Kota Bengkulu. From every examination of pregnant women, there are many complaints of anxiety for mothers, especially in the third trimester in preparing for childbirth. In this city, many pregnant women have not do prenatal yoga exercises yet.

This case report is to conduct midwifery care for third trimester pregnant women in reducing anxiety with prenatal yoga exercises at BPM "X" in 2019 based on the theory of midwifery management that is applied in midwifery care.

In preparing this case report, a descriptive method was employed by exploring facts in accordance with the data obtained in the field.

From Midwifery Care, in reducing anxiety with prenatal yoga exercises, the results of the mother succeeded in reducing anxiety after 5 visits both in midwife practice and at home clients. It can be seen from the level of maternal anxiety decreased according to changes in examination scores using the HARS scale from the first visit score of 21 points to a score of 6 points on last visit.

The conclusion is that every step of care from assessment to evaluation gets results in the field in accordance with the theory. This midwifery care is documented comprehensively starting from the assessment to the evaluation using a good documentation system

Keywords: Third Trisemester Pregnancy, Reducing Anxiety, Prenatal *Yoga Exercise*
Information :

1. Prospective Midwifery Expert
2. Supervisor