

**ASUHAN KEBIDANAN PADA PADA NY “A” UMUR 24
TAHUN G₁P₀A₀ UMUR KEHAMILAN 39 MINGGU DENGAN
MENGUNAKAN SENAM PRENATAL YOGA UNTUK
MEMPERLANCAR PROSES PERSALINAN DAN
KETIDAKNYAMANAN PADA TM III DI PMB ROSITA,
Amd.Keb KOTA BENGKULU TAHUN 2021**

LAPORAN TUGAS AKHIR



Oleh :
DESI NOVITA SARI
NPM : 18240006

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (DIII)
FAKULTAS ILMU KESEHATAN(FIKES)
UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU
TAHUN 2021**

ABSTRAK

ASUHAN KEBIDANAN PADA NY “A” UMUR 24 TAHUN G₁P₀A₀ UMUR KEHAMILAN 39 MINGGU DENGAN MENGGUNAKAN SENAM PRENATAL YOGA UNTUK MEMPERLANCAR PROSES PERSALINAN DAN KETIDAKNYAMANAN PADA TM III DI PMB ROSITA, Amd.Keb KOTA BENGKULU TAHUN 2021

Oleh :

Desi Novita Sari ¹⁾

Liya Lugita Sari ²⁾

Jumita ²⁾

Perubahan fisiologis yang terjadi tidak hanya pada organ reproduksi tetapi juga sistem kardiovaskuler, pernafasan, ginjal, integumen, muskuloskeletal, neurologi, pencernaan dan endokrin. Studi awal yang dilakukan di PMB Bidan Rosita pada tanggal 15 Januari 2021 terhadap 5 ibu hamil trimester III bahwa ibu hamil tersebut mengalami keluhan, sering buang air kecil, sulit tidur, sesak nafas dan sakit pinggang. 2 ibu hamil lainnya, selain mengalami hal tersebut ibu hamil juga mengalami kram kaki yang sering dirasakan pada malam hari.

Mampu melaksanakan asuhan kebidanan dan mendokumentasikan hasil asuhan kebidanan pada Ny. A. umur 24 tahun, G₁P₀A₀ umur kehamilan 39 minggu dengan menggunakan senam prenatal yoga untuk memperlancar proses persalinan dan ketidaknyamanan pada TM III di PMB Rosita, Amd.Keb di Kota Bengkulu Tahun 2021.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus, dimana desain ini digunakan untuk mendeskripsikan atau menguraikan suatu keadaan didalam suatu komunitas atau masyarakat.

Dari pengkajian ditemukan ibu merasa cemas, nyeri pinggang, kurang tidur dan merasa sesak nafas

Dengan adanya penelitian mengenai senam prenatal yoga yang dilakukan selama 5 kali dalam 1 minggu dengan kriteria hasil ibu mengatakan sudah nyenyak tidur, tidak cemas, nyeri pinggang sedikit berkurang, sudah tidak sesak. peneliti berharap senam prenatal yoga dapat diterapkan bukan hanya di PMB bidan Rosita, Amd.Keb akan tetapi dapat diperluas di PMB lainnya, guna memperlancar persalinan dan ketidaknyamanan pada TM III

Kata Kunci: Ibu Hamil, Senam Prenatal Yoga, Ketidaknyamanan

Keterangan:

1. Calon Sarjana Kesehatan
2. Pembimbing

ABSTRACT

A MIDWIFERY CARE FOR MRS. A AGED 24 YEARS G₁P₀A₀ 39 WEEKS GESTATION USING PRENATAL YOGA TO FACILITATE LABOR AND DISCOMFORT IN TM III AT PMB ROSITA, Amd.Keb BENGKULU CITY IN 2021

By :

Desi Novita Sari ¹⁾

Liya Lugita Sari ²⁾

Jumita ²⁾

Physiological changes that occur not only in the reproductive organs but also in the cardiovascular, respiratory, kidney, integumentary, musculoskeletal, neurological, digestive and endocrine systems. An initial study conducted at PMB Midwife Rosita on January 15, 2021 on 5 third trimester pregnant women that the pregnant women experienced complaints, frequent urination, difficulty sleeping, shortness of breath and back pain. 2 other pregnant women, besides experiencing this, pregnant women also experience leg cramps that are often felt at night. This study aims to carry out a midwifery care and document the results of midwifery care to Mrs.A. 24 years old, G₁P₀A₀ 39 weeks gestation by using prenatal yoga to facilitate labor and discomfort in TM III at PMB Rosita, Amd.Keb in Bengkulu City in 2021. The research design used is descriptive research with a case study approach, where this design is used to describe or describe a situation in a community or society. From the assessment, it was found that the mother felt anxious, had low back pain, lacked sleep and felt short of breath. With the research on prenatal yoga exercise carried out for 5 times in 1 week with the criteria the mother said that she had slept well, was not anxious, had slightly reduced back pain, was not short of breath. Researchers hope that prenatal yoga exercises can be applied not only at PMB midwife Rosita, Amd.Keb but can be expanded in other PMBs in order to facilitate labor and discomfort in TM III.

Keywords: *Pregnant Women, Prenatal Yoga, Discomfort*

Information:

1. Student

2. Supervisors