



ARTIKEL

**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL FISILOGI PADA
TRIMESTER III DI PMB FATMAH BARADJA PRINGAPUS**

**OLEH :
RIZQIYA KHOLIFATIN
040116A024**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
UNGARAN
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Berjudul :
**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL FISILOGI PADA
TRIMESTER III DI PMB FATMAH BARADJA PRINGAPUS**

Disusun oleh :

RIZQIYA KHOLIFATIN

040116A024

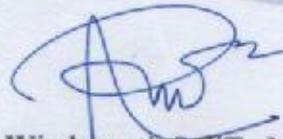
PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah diperkenankan
untuk diujikan.

Ungaran, Juli 2019

Pembimbing I

Pembimbing II



Hapsari Windayanti, S.SiT., M.Keb
NIDN 0628018401



Puji Lestari S.SiT., M.Kes
NIDN.0606048902

ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL FISILOGI PADA TRIMESTER III DI PMB FATMAH BARADJA PRINGAPUS

Oleh: Rizqiya Kholifatin

Program studi DIII Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo

Rizqiyakholidatin2712@gmail.com

Latar belakang : Kehamilan trimester III yaitu periode 3 bulan terakhir kehamilan yang di mulai pada minggu ke 28 sampai minggu ke 40. Fisiologis adalah ilmu yang meneliti cara makhluk hidup mampu berfungsi agar dapat bertahan hidup dan berkembang biak.

Tujuan : melaksanakan Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Fisiologi Pada Trimester III Di PMB Fatmah Baradja Amd.Keb Pringapus pada Ny.U umur 25 tahun G1 A0 P0 umur kehamilan 38 minggu 6 hari dengan asuhan penkes cara mengatasi ketidaknyamanan trimester III dan latihan fisik ringan berupa yoga trimester III yaitu tehnik postur berjongkok dan postur berdiri untuk mengurangi kram pada kaki dengan menggunakan pendekatan menejemen varney .

Asuhan : laporan study kasus ini digunakan untuk memberikan Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Fisiologi Pada Trimester III Di PMB Fatmah Baradja Amd.Keb Pringapus , studi kasus ini dilakukan pada tanggal 27 Mei 2019 , 19 Juni 2019 dan 25 Juni 2019 asuhan dilakukan penkes cara mengatasi ketidaknyamanan trimester III dan latihan fisik ringan berupa yoga trimester III yaitu tehnik postur berjongkok dan postur berdiri.

Hasil : Setelah dilakukan asuhan kebidanan selama 3 hari didapat hasil sebelum pemberian mengalami kram pada kaki setiap selesai kegiatan atau aktifitas dan penurunan frekuensi kram pada kaki, keadaan umum, kesadaran composmentis, TTV: TD: 120/80 mmHg , Nadi: 80 x/menit, Respirasi: 22 x/menit, Suhu: 36,7 C.

Kesimpulan : Asuhan pemberian lifleat penkes cara mengatasi ketidaknyamanan trimester III latihan fisik ringan berupa yoga trimester III yaitu tehnik postur berjongkok dan postur berdiri, dan melakukan yoga selama pemberian asuhan dan dilakukan berturut turut setiap hari pada ibu hamil dengan hasil masalah kram kaki menurun dan teratasi.

Saran : diharapkan bidan terus meningkatkan dalam pemantauan ibu hamil, serta menjalankan perannya sebagai pemberi pelayanan khususnya dalam penanganan kram pada kaki ibu hamil trimester III.

Kata kunci : hamil fisiologi trimester III, kram pada kaki, yoga pada trimester III.

Kepustakaan : 20 (2009-2018)

ABSTRACT

Background: The third trimester of pregnancy is the period of the last 3 months of pregnancy which starts at week 28 to week 40. Physiology is the science that examines the way living things are able to function in order to survive and reproduce.

Objective: to carry out midwifery care for the physiological trimester in the third trimester at PMB Fatmah Baradja Amd. Feb Pringapus at the age of 25 years old G1 A0 P0 38 weeks 6 days of pregnancy with the care of health professionals how to deal with third trimester discomfort and mild physical exercise such as yoga the third trimester is the technique of squatting posture and standing posture to reduce cramps in the legs using the varney management approach.

Care: this case study report was used to provide Midwifery Care in Physiology in the 3rd Trimester of Pregnant Women at PMB Fatmah Baradja Amd. Keb Pringapus, this case study was conducted on May 27, 2019, June 19 2019 and June 25, 2019 care was taken by the health center on how to deal with discomfort Third trimester and mild physical exercise in the form of yoga trimester III, namely the technique of squatting posture and standing posture.

Results: After 3 days of midwifery care, results were obtained before the application experienced cramps in the legs after each activity or activity and decreased frequency of cramps in the legs, general condition, awareness of composmentis, TTV: TD: 120/80 mmHg, Pulse: 80 x / minute Respiration: 22 x / minute, Temperature: 36.7 C.

Conclusion: Care for giving lifleat penkes how to overcome the third trimester discomfort of mild physical exercise in the form of yoga trimester III, namely techniques of squatting posture and standing posture, and doing yoga during care and carried out consecutively every day for pregnant women with decreased leg cramps and resolved.

Suggestion: It is expected that midwives continue to improve in monitoring pregnant women, and carry out their role as providers of services, especially in the treatment of cramps in the legs of third trimester pregnant women.

Keywords : pregnant third trimester physiology, leg cramps, yoga in the trimester III.

Pendahuluan

Kehamilan didefinisikan sebagai *fertilisasi* atau penyatuan dari *spermatozoa* dan *ovum* dan dilanjutkan dengan *nidasi* atau *implantasi*. Bila dihitung dari saat *fertilisasi* hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender *Internasional*. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40) (Prawirohardjo, 2010).

Kehamilan trimester III adalah kehamilan dengan usia 27-40 minggu, masa ini merupakan suatu yang lebih berorientasi pada realitas untuk menjadi orang tua yang menanti kelahiran anak dimana ikatan antara orang tua dan janin yang berkembang pada trimester ini (Mochtar, 2012).

Kram kaki merupakan keluhan yang normal atau fisiologis pada trimester II dan trimester III yang merupakan akibat terhimpitnya saraf-saraf di luar tulang dan sendi akibat pembesaran tubuh. Berat tubuh yang semakin bertambah akan membuat kaki semakin berat, sementara aliran darah menuju ke kaki akan melambat dan mengakibatkan kram pada kaki (Lusiana,dkk,2013).

Melakukan latihan fisik ringan berupa yoga pada trimester III yaitu tehnik postur berjongkok dan tehnik postur berdiri untuk melancarkan sirkulasi darah dikaki (pujiastuti sindu,2009)

Menurut Mediarti dan Fauziah (2016), latihan fisik ringan berupa yoga pada trimester III yakni prenatal yoga pada primigravida dapat mengurangi kram pada kaki karena gerakan-gerakan yang ada pada prenatal yoga dapat merilekskan otot-otot dan memperlancar sirkulasi darah, sehingga saluran peredaran darah tidak akan tersumbat, peredaran darah akan lancar sehingga kram kaki akan berkurang

Masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimanakah Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Fisiologi Pada Trimester III Di PMB Fatmah Baradja Pringapus dengan pendekatan Manajemen 7 langkah Varney” .

Pendekatan karya tulis ilmiah ini mempunyai tujuan yaitu melaksanakan asuhan kebidanan pada ibu hamil fisiologi trimester III dengan menggunakan metode pendekatan 7 langkah Varney dan mahasiswa mampu melakukan pengkajian pada ibu hamil fisiologi pada trimester III terdiri dari data subyektif dan data obyektif, menginterpretasikan data yang timbul meliputi diagnosa kebidanan, masalah dan kebutuhan pada ibu hamil fisiologi trimester III dengan ketidaknyamanan pada trimester III dalam kram kaki, menentukan diagnosa potensial pada ibu hamil trimester III dengan ketidaknyamanan pada trimester III dalam kram kaki, mengantisipasi penanganan atau tindakan segera terhadap diagnosa potensial yang muncul pada ibu hamil pada trimester III dengan ketidaknyamanan pada trimester III dalam kram kaki, menyusun rencana asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III, melaksanakan rencana tindakan yang telah disusun pada ibu hamil trimester III, dan mengevaluasi hasil asuhan kebidanan yang telah diberikan pada ibu hamil trimester III .

Metode

Karya tulis ilmiah ini menggunakan metode studi kasus dengan memberikan asuhan secara kontinyu pada ibu hamil fisiologi trimester III Ny.U dengan ketidaknyamanan trimester III dalam kram kaki, subjek penelitian adalah ibu hamil fisiologi pada trimester III pada kriteria frekuensi kram kaki pada Ny.U mengalami penurunan atau tidak. Pada evaluasi setelah dilakukan asuhan kebidanan frekuensi kram kaki ibu hamil fisiologi trimester III pada Ny.U berkurang dari frekuensi kram kaki sebelumnya menjadi ringan.

Hasil dan Pembahasan

Pada pengkajian asuhan kebidanan pada ibu hamil fisiologi trimester III dengan kram pada kaki dilaksanakan pengumpulan data dasar yaitu data subyektif dan data obyektif, data subyektif meliputi: ibu hamil fisiologi trimester III mengatakan bernama Ny.U umur 25 tahun, Ny.U mengatakan ini hamil pertama belum pernah melahirkan dan belum pernah keguguran, Ny.U mengatakan sedang kram pada kaki setiap selesai aktifitas. Ny.U mengatakan haid pertama haid terakhir pada tanggal 26 september 2018.

Data obyektif meliputi: pada pemeriksaan umum didapatkan keadaan umum: baik, kesadaran: composmentis, TD: 120/80 mmHg, S: 36 °C, N: 80x/menit, Rr: 22x/menit, LILA: 24,5 cm, TB: 160 cm, Payudara: puting susu menonjol, aerola menghitam, abdomen teraba Leopold I: fundus teraba dipertengahan antara prosesus xipoides dan pusat, teraba bulat, lunak, tidak melenting, Leopold II: bagian kiri teraba keras, memanjang seperti papan, bagian kanan teraba bagian kecil-kecil janin, Leopold III: teraba bulat, keras, dan melenting masih dapat di goyang, Leopold IV: bagian terendah janin belum masuk PAP, konvergen.

Diagnosa potensial pada Ny.U diagnosa potensial tidak terjadi karena kasus yang didapat berdasarkan pengkajian bukan masalah – masalah lain yang dapat menghambat kehamilan dan dapat ditangani segera.

Namun pasien kram pada kaki fisiologis saat kehamilan maka tidak terdapat diagnosa potensial yang akan muncul pada ibu. Karena jika mengalami kram pada kaki yang secara terus – menerus bisa disebut ketidaknyamanan fisiologi pada trimester III. Tahap identifikasi tindakan segera dilakukan oleh bidan dengan melakukan identifikasi dan menentukan beberapa kebutuhan setelah diagnose dan masalah ditegakkan. Kegiatan bidan pada tahap ini adalah konsultasi, kolaborasi dan melakukan rujukan (Sari,2012).

Rencana asuhan yang menyeluruh tidak hanya meliputi apa yang sudah teridentifikasi dari pasien, atau dari setiap masalah yang berkaitan tetapi dari kerangka pedoman antisipasi terhadap perempuan tersebut (Arsinah,2011).

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang penulis dapatkan dalam pengelolaan kasus Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Fisiologi Pada Trimester III Di PMB Fatmah Baradja Pringapus dengan ketidaknyamanan trimester III dalam kram kaki maka penulis mengambil kesimpulan setelah dilakukan pembahasan dan mempelajarinya, penulis dapat menyimpulkan bahwa pada pengkajian Ny.U dengan ketidaknyamanan trimester III dalam kram kaki yang dilakukan pada tanggal 27 Mei 2019 ditemukan data subyektif ibu mengatakan Ny.U mengatakan kram pada kaki setiap selesai aktivitas. Data obyektif frekuensi kram pada kaki yaitu 9 kali. Hasil pemeriksaan fisik dalam batas normal, Abdomen: tidak ada luka bekas operasi, terdapat linea nigra, tidak terdapat striae gravidarum, Genitalia: tidak ada cairan abnormal, kolostrum belum keluar, palpasi payudara: kolostrum belum keluar, Abdomen: Leopold I: fundus teraba dipertengahan antara prosesus xipoides dan pusat, teraba bulat, lunak tidak

melenting (bokong), Leopold II: kanan: teraba keras, panjang, keras seperti papan (punggung) kiri: teraba kecil kecil janin (ekstremitas janin), Leopold III: teraba bulat, keras, dapat digoyangkan (kepala) , Leopold IV: bagian terendah janin belum masuk PAP, konvergen , DJJ: 140x/menit , teratur letak kiri bawah pusat, TFU: 30 cm, TBJ: (30-12) x155 = 2790 gram . pada tanggal 19 mei 2019 dilakukan pemeriksaan HB dengan hasil 12,00 g/dl.

Pada Ny.U rencana yang diberikan secara menyeluruh sesuai dengan keluhan dan kebutuhan ibu yaitu pendidikan kesehatan ketidak nyamanan pada ibu hamil trimester III, latihan fisik ringan berupa yoga pada trimester III, pendidikan kesehatan tentang persiapan persalinan, pendidikan kesehatan tentang kebutuhan nutrisi pada trimester III, pendidikan kesehatan pentingnya istirahat pada trimester III, dan dilakukan pada kunjungan awal sampai kunjungan ketiga.

Evaluasi pada kasus Ny.U dilakukan secara bertahap dan penulis melakukan pengkajian sejak tanggal 27 Mei 2019 sampai tanggal 25 Juni 2019. Hasil evaluasi didapatkan pada Ny.U kram pada kaki berkurang menjadi ringan dan tidak terdapat kesenjangan antara teori dan praktik dilahan praktik pelaksanaan dilapangan

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat dikemukakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran adalah:

1. Bagi Masyarakat
Diharapkan masyarakat dapat mengetahui tentang asuhan yang diberikan terhadap ibu hamil fisiologi trimester III untuk melakukan latihan fisik ringan berupa yoga pada trimester III guna mengurangi kram pada kaki
2. Bagi unit pelayanan kesehatan
Diharapkan bidan dapat meningkatkan pemantauan dan pelayanan pada ibu hamil fisiologi trimester III, serta dapat memberikan pendidikan kepada para kader maupun ibu hamil fisiologi trimester III untuk melakukan yoga pada trimester III untuk mengurangi kram pada kaki ibu hamil fisiologi trimester III.
3. Bagi institusi pendidikan
Meningkatkan fasilitas dengan referensi jurnal dan buku untuk melakukan asuhan ibu hamil fisiologi trimester III terutama yoga pada ibu hamil trimester III untuk mengurangi kram pada kaki.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoreyo, Freddy, and Leonard Obika, *Thirst Perception And Fluid Intake In Pregnant Female Humans In The Three Trimesters Of Pregnancy*, European Journal of Biology and Medical Science Research, Vol.5, No.4, pp.33-48, June 2017.
- Agrippina, Selly Yunia, dkk. 2017. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Anisah Desa Denanyar Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang*. Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol 3 No 2.
- Ambarwati. 2010. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendikia.

- Anna, Lusiana Kus.2014. *Kepuasan Kerja Tak Jamin Loyalitas Karyawan*.
<http://female.kompas.com/read/2014/03/07/1123159/Kepuasan.Kerja.Tak.Jamin.Loyalitas.Karyawan>. Diakses pada 10 januari 2016 pukul 12.30
- Damayanti, L. D., Suwena, K. R., & Haris, I. A. 2017. *Analisis Kepuasan Masyarakat Terhadap Pelayanan Publik Berdasarkan Indeks Kepuasan Masyarakat (IKM) Kantor Kecamatan Sawan Kabupaten Buleleng*. Jurnal Jurusan Pendidikan Ekonomi Volume 2.
- Depkes RI. 2010. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Depkes RI.
- Dewi, Vivian Nanny Lia dan Tria Sunarsih. 2011. *Asuhan Kehamilan untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayah, Fathatul, 2017, *Keefektifan Senam Pilates Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*, Prosding Seminar Nasional Kebidanan dan Call for Paper, Akademi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo.
- Ikhtiarini, Ritma. 2015. *Asuhan Kebidanan Ibu Hamil Trimester III dengan Kehamilan Normal di BPS Pipin Heriyanti*. Jurnal Studi Kebidanan Jenjang Diploma III Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Jannah, Nurul. 2012. *Buku Ajar Asuhan kebidanan: Kehamilan*, Yogyakarta: Andi.
- Kemenkes RI. 2013. *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Ibu di Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan 1st ed*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015, *Rencana Strategis Kementrian Kesehatan Tahun 2015-2019*, Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/Menkes/53/2015.
- 1 Konsep Dasar Asuhan Kehamilan*, Yogyakarta: Muha Medika.
- Rosinta Romauli Situmeang. 2017. *Pengaruh Pengawasan dan Pengalan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Mitra Karya Anugrah*. Journal Asian Journal of Innovation and Entrepreneurship.