

## **LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS**

Dengan ini saya menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir (Studi Kasus) ini adalah hasil karya saya sendiri dan sepengetahuan saya tidak terdapat karya yang diterbitkan oleh orang lain, dan semua sumber yang saya kutip secar langsung maupun tidak langsung ataupun yang dirujuk adalah benar.

Jambi, 2025

Era Puspita  
PO.71.24.0.22.0059

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Era Puspita  
Tempat Dan Tanggal Lahir : Pematang Raman, 08 Mei 2004  
Agama : Islam  
Status : Belum menikah  
Nama Ayah : Abdul Muthalib  
Nama Ibu : Almh. Zaitun  
Alamat : Rt. 01 Desa Pematang Raman, Kec. Kumpeh, Kab. Muaro Jambi

### Riwayat Pendidikan

Tahun 2010-2015 : SD N 21/IX Pematang Raman  
Tahun 2016-2018 : MTS N 5 Muaro Jambi  
Tahun 2020-2022 : SMK N 5 Muaro Jambi  
Tahun 2022-Sekarang : Poltekes Kemenkes Jambi Jurusan Kebidanan Program studi Diploma III

## PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur serta ucapan terimakasih kepada Allah SWT atas Kasih karunia dan cinta kasih sayangmu yang telah memberikanku kekuatan, kesehatan, membekaliku dengan akal dan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta kasih. Engkau telah menyiapkan sebuah rencana yang terindah didalam hidupku dan tidak meninggalkanku dikala aku susah, atas berkat dan muzijat yang engkau berikan akhirnya laporan tugas akhir ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Sebuah langkah usai sudah telah kugapai namun itu bukan akhir dari perjalanan melainkan awal dari perjuangan, kupersembahkan karya sederhana ini sebagai bakti, hormat dan rasa terimakasih yang tiada terhingga kepada orang yang sangat Kukasihi, Kusayangi, dan Kucintai.

1. Cinta pertamaku, Ayahanda Abdul Muthalib. Terima kasih telah menjadi bagian dari setiap langkah awal hingga akhir perjalanan kuliah. Beliau memang tidak sempat merasakan menempuh bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidikku, memberikan semangat dan motivasi tiada henti hingga aku mampu menyelesaikan studinya. Terima kasih untuk semua yang telah diberikan kepadaku, *I love you more more and more*.
2. Pintu surgaku. Ibunda Almarhumah Zaitun. Terima kasih telah menjadi bagian dari langkah awal perjalanan perkuliahan ini, dari semester pertama hingga semester empat, meski kini beliau sudah tidak bisa dipeluk, setiap kenangan bersamanya tetap hidup dalam hati dan menjadi sumber kekuatan yang tidak pernah padam. Terima kasih sebesar-besarnya atas segala semangat dan doa yang diberikan selama ini. Terima kasih atas nasihat yang diberikan meski

terkadang pikiran kita tidak sejalan. Terima kasih atas kesabaran dan kebesaran hati menghadapiku yang keras kepala, *I love you more more and more.*

3. Kepada cinta kasih kakak dan kakak iparku terima kasih banyak atas dukungannya baik secara moril maupun materi, terima kasih juga atas segala motivasi dan dukungannya yang diberikan kepadaku sehingga mampu menyelesaikan studinya.
4. Kepada keponakan-keponakan tercintaku, terimakasih atas kelucuan-kelucuan kalian yang membuat penulis semangat dalam menyelesaikan studinya.
5. Kepada Ibu Bdn. Dewi Nopiska Lilis, M.Keb selaku pembimbing I dan Ibu Nurmisih, S.Pd, M.Kes selaku pembimbing II, Terima kasih banyak Ibu atas waktu, membimbing aku dengan baik, sabar dan ikhlas. Ibu Nuraidah, S.Pd, M.Kes selaku penguji yang telah bersedia memberikan masukan sehingga laporan tugas akhir ini dapat terselesaikan tepat waktu. Kepada Ibu Bdn. Netti Herawati, S.SiT, M.Pd selaku wali kelas tingkat yang selama ini memberikan motivasi, mendidik selama kurang lebih tiga tahun, Ibu Bdn. Ika Murtiyarini, SST, M.Keb selaku ketua program studi D-III kebidanan yang selalu meluangkan waktu untuk memberikan informasi, bantuan kepada mahasiswi, serta semangat yang bersifat membangun.
6. Sahabat-sahabatku tercinta dan tersayang yaitu Wida Rahtanti, Ririn Marsyanda, Silvia, Hena febrianti, Nur Hassanah, Karines Aneka Sinian, Aknes Zesica Rosari N dan Tiara Anggraeni yang telah membantu, mendukung, menghibur dalam kesedihan, mendengarkan segala keluh kesah yang dirasa dan tak lupa memberika semangat kepadaku selama perkuliahan hingga waktu penlisan tugas akhir. Terima kasih sudah menjadi tempat untukku pulang *and I love you more.*

7. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank my self* yang telah mampu kuat berjuang dan bertahan sampai detik ini. Sudah banyak perjalanan dan pencapaian yang telah dilalui dengan baik, dan mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar dan tak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri. Bismillah untuk memulai petualangan selanjutnya untuk menjemput kesuksesan yang diridhoi Allah SWT.

### **MOTTO**

*“ Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi dua kali Allah berjanji bahwa: fa inna ma ‘al- ‘usri yusra, inna ma ‘-al ‘usri yusra ”*

**(QS. Al- Insyirah 94:5-6)**

*“ Perang telah usai, aku bisa pulang kubaringkan  
panah dan berteriak MENANG!!!!*

**~Nadin Amizah~**

*“Setiap harapan pasti ada halangan, setiap tujuan pasti ada ujian,  
ini hanya tidak mudah bukan tidak mungkin ”*

**~Penulis~**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES JAMBI**  
**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN**

Laporan Tugas Akhir, Juli 2025

**ERA PUSPITA**

**ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN PADA IBU HAMIL NY.G TRIMESTER  
III DENGAN GANGGUAN TIDUR DI TPMB NIDA AIGUS TAHUN 2025**

xiv + 85 Halaman + 1 Bagan + 8 Daftar Lampiran

**SINOPSIS**

Kehamilan trimester ketiga, yang berlangsung dari 27 hingga 40 minggu, ditandai dengan perubahan fisiologis yang signifikan yang sering menyebabkan ketidaknyamanan fisik dan gangguan tidur, termasuk insomnia. Ketidaknyamanan ini, seperti peningkatan kadar estrogen dan progesteron, rahim yang membesar, sering buang air kecil, sakit punggung, sembelit, dan varises, dapat secara signifikan mengganggu kualitas tidur. Kualitas tidur yang buruk pada wanita hamil telah dikaitkan dengan peningkatan respons inflamasi, berpotensi mempengaruhi sirkulasi plasenta dan meningkatkan risiko kelahiran prematur.

Tujuan umum dari laporan tugas akhir ini adalah untuk memperoleh gambaran hasil asuhan kebidanan kehamilan pada ibu hamil Ny. G trimester III dengan gangguan tidur menggunakan kerangka pikir manajemen kebidanan varney. Metode penerapan ini menggunakan studi kasus deskriptif. Subjek studi kasus ini adalah Ny. G yang mengalami gangguan tidur. Asuhan kebidanan dilakukan di TPMB Nida Aigus di Aurduri, dari Februari 2025 hingga Juni 2025. Pengumpulan data dilakukan dengan Teknik wawancara dan pemeriksaan fisik.

Asuhan kebidanan pada Ny. G dilakukan sebanyak 6 kali kunjungan, pada kunjungan pertama hasil pemeriksaan Ny. G menunjukkan kondisi umum baik dengan tanda-tanda vital dalam batas normal. Hasil pengukuran PSQI dengan skor 13 menunjukkan kualitas tidur buruk, hasil PSQI pada kunjungan ke 6 menjadi skor 4 menunjukkan kualitas tidur baik dan tidak ditemukan masalah potensial yang memerlukan tindakan segera.

Kesimpulan yang diperoleh yaitu senam hamil efektif untuk meningkatkan kualitas tidur ibu hamil trimester III. Diharapkan hasil asuhan ini dapat digunakan sebagai studi kasus dan untuk menambah referensi, bahan informasi dan bacaan dalam pemberian asuhan serta dapat di berikan untuk pasien yang mengalami penurunan kualitas tidur.

Daftar Bacaan : 26 (2005-2023)

**JAMBI MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC OF HEALTH  
D-III MIDWIFERY STUDY PROGRAM**

Final Project Report, July 2025

**ERA PUSPITA**

**MIDWIFERY CARE FOR PREGNANT WOMAN Mrs. G IN THE THIRTY-THREE TRIMESTER WITH SLEEP DISORDERS AT TPMB NIDA AIGUS IN 2025**

xiv + 85 Page + 1 Chart + 8 List of Attachments

**SYNOPSIS**

The third trimester of pregnancy, which lasts from 27 to 40 weeks, is characterized by significant physiological changes that often cause physical discomfort and sleep disturbances, including insomnia. These discomforts, such as increased estrogen and progesterone levels, an enlarged uterus, frequent urination, back pain, constipation, and varicose veins, can significantly impair sleep quality. Poor sleep quality in pregnant women has been linked to an increased inflammatory response, potentially affecting placental circulation and increasing the risk of preterm birth.

The general objective of this final project report is to obtain an overview of the results of midwifery care for Mrs. G, a pregnant woman in her third trimester with sleep disorders, using the Varney midwifery management framework. This application method uses a descriptive case study. The subject of this case study is Mrs. G, who experienced sleep disorders. Midwifery care was provided at the Nida Aigus TPMB in Aurduri, from February 2025 to June 2025. Data collection was conducted using interview techniques and physical examinations.

Mrs. G's midwifery care was provided over six visits. At the first visit, Mrs. G's examination results indicated a good general condition with vital signs within normal limits. The PSQI measurement results, with a score of 13 indicating poor sleep quality, improved to a score of 4 at the sixth visit, indicating good sleep quality and no potential problems requiring immediate intervention.

The conclusion is that prenatal exercise is effective in improving sleep quality for pregnant women in their third trimester. It is hoped that the results of this study can be used as a case study and as additional references, information, and reading material in providing care, as well as being provided to patients experiencing decreased sleep quality.

Reading List: 26 (2005-2023)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segenap rahmat dan karuni-nya terutama kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan studi kasus yang berjudul ***"Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri Tahun 2025"***. Studi kasus ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Jambi.

Penulis dalam penyusunan studi kasus ini, telah banyak mendapat bantuan, bimbingan pengarahan serta motivasi dari berbagai pihak, oleh karena itu dengan segala hormat dan kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih yang sebesarbesarnya Kepada Yth:

1. Bapak Dr.Rusmimpung, S.Pd, M.Kes selaku direktur Poltekkes kemenkes Jambi
2. Ibu Yuli Suryanti, S.Si.T, M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jambi.
3. Ibu Bdn. Ika Murtiyarini, SST, M.Keb selaku Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jambi.
4. Ibu Bdn. Dewi Nopiska Lilis, M.Keb selaku Pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, memberi saran dan masukan yang membangun semangat, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan studi kasus ini.
5. Ibu Nurmisih, S.Pd, M.Kes selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, memberi saran dan masukan yang membangun semangat, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan studi ini.

6. Ibu Nuraidah, S.Pd, M.Kes selaku Penguji yang telah memberikan masukan, kritik, saran dalam menyusun Laporan Tugas Akhir ini hingga menjadi lebih baik.
7. Bdn. Nida Aigus selaku pemilik TPMB yang telah memberikan tempat untuk melakukan asuhan.
8. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Abdul Mutalib, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberi dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya.
9. Pintu surgaku, Ibunda Almh.Zaitun, beliau sangat berperan penting dalam penyelesaian program studi penulis, beliau juga memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai di bangku perkuliahan, tapi semangat motivasi serta doa yang selalu beliau berikan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya.
10. Kepada Kakak dan kakak iparku terimakasih banyak atas dukungannya baik secara moril maupun materi, terimakasih juga atas segala motivasi dan dukungannya yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya.
11. Serta teman-teman Program Diploma III Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Jambi Angkatan 2022 yang telah memberikan dukungan dan kerjasama selama ini.

Penulis menyadari laporan kasus ini jauh dari kesempurnaan. Untuk itu penulis mengharapkam kritik dan saran yang sangat berguna untuk perbaikan dimasa yang akan datang. Akhir kata semoga laporan ini dapat diterima dan dimanfaatkan bagi banyak pihak. Semoga Allah SWT memberikan taufik dan hidayahnya kepada kita semua, amin.

Jambi, 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                             |              |
|-------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>                             | <b>ii</b>    |
| <b>LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>                 | <b>iv</b>    |
| <b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>                            | <b>v</b>     |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                                 | <b>xi</b>    |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                      | <b>xiv</b>   |
| <b>DAFTAR BAGAN.....</b>                                    | <b>xvi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                   | <b>xvii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                | <b>xviii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                              | <b>1</b>     |
| A. Latar Belakang .....                                     | 1            |
| B. Batasan Masalah.....                                     | 4            |
| C. Tujuan Penulisan.....                                    | 5            |
| D. Manfaat Penulisan .....                                  | 6            |
| E. Ruang Lingkup .....                                      | 7            |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                         | <b>8</b>     |
| A. Konsep Dasar Kehamilan.....                              | 8            |
| B. Konsep Gangguan Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III ..... | 17           |
| C. Konsep Manajemen Kebidanan dan SOAP .....                | 39           |
| D. Evidence Based Midwifery (EBM) .....                     | 46           |
| <b>BAB III METODE KASUS.....</b>                            | <b>49</b>    |
| A. Desain Kasus .....                                       | 49           |
| B. Tempat dan Waktu Pemberian Asuhan .....                  | 49           |
| C. Subjek kasus.....                                        | 49           |
| D. Teknik Pengumpulan Data .....                            | 50           |
| <b>BAB IV TINJAUAN KASUS .....</b>                          | <b>51</b>    |
| A. Kunjungan Pertama .....                                  | 51           |
| B. Kunjungan Kedua.....                                     | 56           |
| C. Kunjungan Ketiga .....                                   | 58           |
| D. Kunjungan Keempat.....                                   | 61           |

|                                                                   |           |
|-------------------------------------------------------------------|-----------|
| E. Kunjungan Kelima .....                                         | 65        |
| F. Kunjungan Keenam.....                                          | 67        |
| <b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>                                     | <b>72</b> |
| A. Pengkajian Data Dasar .....                                    | 72        |
| B. Interpretasi Data Dasar .....                                  | 74        |
| C. Identifikasi Diagnosa Dan Masalah Potensial .....              | 75        |
| D. Identifikasi Kebutuhan Yang Memerlukan Penanganan Segera ..... | 75        |
| E. Perencanaan.....                                               | 76        |
| F. Pelaksanaan .....                                              | 78        |
| G. Evaluasi .....                                                 | 82        |
| <b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                          | <b>83</b> |
| A. Kesimpulan.....                                                | 83        |
| B. Saran.....                                                     | 85        |

## **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR BAGAN

| Nomor bagan                         | Halaman |
|-------------------------------------|---------|
| 2.1 Kerangka manajemen varney ..... | 42      |

## DAFTAR GAMBAR

| Nomor Gambar                                  | Halaman |
|-----------------------------------------------|---------|
| 2.1 Gerakan Menengok .....                    | 30      |
| 2.2 Gerakan Mendekatkan Kepala Ke Bahu.....   | 31      |
| 2.3 Gerakan Memutar Bahu Ke Depan.....        | 31      |
| 2.4 Gerakan Memutar Bahu Ke Belakang.....     | 32      |
| 2.5 Gerakan Mendorong Ke Depan.....           | 33      |
| 2.6 Gerakan Mendorong Ke Samping .....        | 33      |
| 2.7 Gerakan Mendorong Ke Atas .....           | 34      |
| 2.8 Posisi Latihan Fisik Untuk Kaki.....      | 35      |
| 2.9 Posisi Merangkak Pada Latihan Fisik.....  | 35      |
| 2.10 Posisi Telentang Pada Latihan Fisik..... | 36      |
| 2.11 Posisi Dengan Duduk Bersila.....         | 36      |
| 2.12 Senam Dengan Dua Lutut.....              | 37      |
| 2.13 Senam Dengan Satu Lutut .....            | 37      |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Nomor Lampiran

1. Lembar Kuisisioner PSQI Pra-Observasi
2. Lembar Kuisisioner PSQI Minggu Pertama Asuhan
3. Lembar Kuisisioner PSQI Minggu Ketiga Asuhan
4. Lembar Penilaian PSQI
5. SOP Senam Hamil
6. Surat Keterangan Selesai Pemberian Asuhan
7. Surat Keterangan Informend Consent
8. Dokumentasi Pemberian Asuhan