

LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DENGAN MASALAH NYERI PUNGGUNG
DI PMB “K” KOTA BENGKULU**



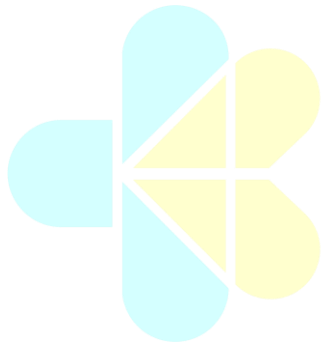
Disusun Oleh:

TRIA MUTIARA SARI
NIM: P01740123047

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

LAPORAN TUGAS AKHIR
ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DENGAN MASALAH NYERI PUNGGUNG
DI PMB “K” KOTA BENGKULU
TAHUN 2026

Laporan Tugas Akhir Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Meraih Gelar Ahli Madya Kebidanan



Disusun Oleh :

TRIA MUTIARA SARI
P01740123047

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU
PROGRAM STUDI KEBIDANAN
PROGRAM DIPLOMA TIGA
BENGKULU
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Laporan Tugas Akhir

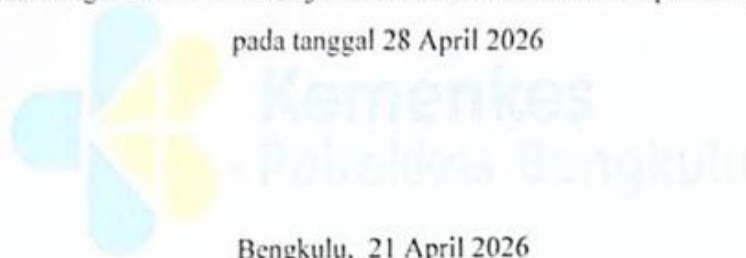
Nama : Tria Mutiara Sari

Tempat, tanggal lahir : Air Dingin Baru, 18 November 2005

NIM : P01740123047

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan
Masalah Nyeri Punggung di PMB "K" Kota Bengkulu Tahun
2026

Laporan Tugas Akhir ini disetujui untuk diseminarkan dihadapan tim penguji
pada tanggal 28 April 2026



Bengkulu, 21 April 2026

Pembimbing

Nispi Yulvana, SST., M.Keb
NIP. 197807212008012022

LEMBAR PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DENGAN MASALAH NYERI PUNGGUNG
DI PMB "K" KOTA BENGKULU**

Disusun Oleh :

Tria Mutiara Sari
P01740123047

Telah di Seminarkan dengan Tim Penguji Seminar Laporan Tugas Akhir
Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Bengkulu
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Pada tanggal, 28 April 2026

Ketua Penguji



Ratna Dewi, SKM., MPH
NIP. 197810142001122001

Penguji I



Khariza Fadhila Syahnaz, S.Tr.Keb., M.Keb
NIP. 199711052025062016

Penguji II



Nispi Yulvana, SST., M.Keb
NIP. 197807212008012022

Mengetahui:

**Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Bengkulu
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



Lela Hartini, SST., M.Kes
NIP. 197710112003122001

BIODATA



Nama : Tria Mutiara Sari

Tempat Tanggal Lahir : Air Dingin Baru, 18 November 2005

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Desa Air Dingin Baru Kec.Tanjung Tebat
Kab.Lahat Prov. Sumatera Selatan

Anak Ke : 3 (Tiga) Dari 3 (Tiga) Bersaudara

Riwayat Pendidikan : 1. Sd Negeri 08 Tanjung Tebat
2. SMP Negeri 01 Tanjung Tebat
3. Man 1 Kota Lahat

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Tria Mutiara Sari

NIM : P01740123047

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester
III Dengan Masalah Nyeri Punggung di PMB
"K" Kota Bengkulu Tahun 2026

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Laporan Tugas Akhir ini adalah betul-betul hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain serta kegiatan yang dilaporkan benar-benar telah dilakukan pada subjek studi kasus.

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti dalam Laporan Tugas akhir ini tidak benar, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 28 April 2026

Y


Tria Mutiara Sari

P01740123047

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

”Takdir Milik Allah, Tapi Usaha Dan Do’a Milik Kita Terus Berdoa Sampai Bismillah

Menjadi Alhamdulillah”

(Qs.Ghafir Ayat 60)

”Ketika kamu ikhlas menerims semua kekecewaan hidup, maka Allah akan membayar tuntas kekecewaan dengan beribu-ribu kebaikan”

(Ali Bin Abi Thalib)

”Aku membahayakan nyawa ibu untuk lahir ke dunia, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya, dan aku membuat ayahku bekerja setiap hari hingga lelah, jadi aku pastikan lelahnya

tidak sia-sia”

(Tria Mutiara Sari)

PERSEMBAHAN

Tiada Lembar Laporan Tugas Akhir Ini Yang Paling Indah Kecuali Lembar Persembahan. *Bismillahirrahmanirrahim* Laporan Tugas Akhir Ini Penulis Persembahkan Untuk:

- Kepada pemilik mutlak seluruh zat dan alam semesta, yang, menguasai, mengatur, dan berkuasa atas segala sesuatu. Allah SWT, Sang Maha Pemilik Arah. Terimakasih telah menjadi satu-satunya rumah tempatku pulang saat dunia terasa begitu kabur dan bising. Terimakasih telah menjaga waras dan langkahku, bahkan di saat penulis hampir lupa alasan untuk tetap hidup.
- Teristimewa dengan penuh cinta kedua orang tua, Ayahanda dan Ibunda, yang dengan ketulusan, kesabaran, dan kasih sayang tak terhitung telah membimbing penulis sejak masa kecil hingga mencapai bangku perguruan tinggi. Terimakasih atas setiap Doa yang dipanjatkan, setiap nasihat yang diberikan, dan setiap pengorbanan yang mengiringi langkah penulis hingga mampu menyelesaikan laporan tugas akhir ini.
- Kepada saudara sedarah Ayukku Yenni Indriani dan Kakakku Jhoni Adi Saputra, yang melalui kebersamaan, perhatian, serta kasih sayang yang tulus telah menghadirkan kekuatan dan keteguhan bagi penulis dalam melewati berbagai proses hingga sampai pada tahap ini.

- Kepada Keluarga Besar, atas doa, dukungan, dan cinta yang senantiasa menguatkan disetiap perjuangan ini. Terimakasih untuk kehangatan dan ketulusannya.
- Kepada dosen pemimbing penulis, Ibu Nispi Yulyana, SST., M.Keb, Terimakasih atas bimbingan, kesabaran, arahan serta ilmu yang berharga selama penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
- Kepada sahabat penulis "Pejuang A.Md.Keb" (Dita Andriani, Inda Apriyanti, dan Tiara Dila Yenita), Perjumpahan kita di bangku perkuliahan merupakan anugrah yang tidak pernah penulis sangka sebelumnya. Kalian bukan sekedar teman seperjalanan, melainkan keluarga yang tumbuh bersama dalam suka dan duka proses akademik maupun kehidupan pribadi.
- Kepada sahabat terbaikku Revalina Marshanda dan Deva Loren, Terimakasih atas bentuk perhatian serta menjadi pendengar yang terbaik walaupun tak sedarah tapi selalu ada untuk saya.
- Kepada Teman-teman seperjuangan DIII Kebidanan Tahun 2023, yang telah kebersamai dalam duka, peluh, dan cerita selama di bangku perkuliahan. Terimakasih atas kebersamaan, kekompakan, dan segala kenangan indah yang tak akan terlupa. Semoga kita semua sukses di jalan masing-masing dan tetap saling mendoakan.
- Kepada Kakak Asuhku, Kak Silvya Maharani, Terimakasih telah membantu dan memimbing dari awal masuk kuliah hingga saat ini, terimakasih juga untuk dukungan yang selalu di berikan.

- Kepada seluruh pihak lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih sudah memberikan dukungan dan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung selama proses penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
- Kepada Divisi kesenian dan Keluarga Besar HMJ Kebidanan, terima kasih atas pengalaman berharga yang telah diberikan selama kita bersama menjalankan program kerja. Terima kasih atas dukungan, doa, serta berbagai pelajaran yang telah dibagikan selama ini. Terima kasih telah menjadi bagian dari keluarga yang penuh kebersamaan. Semoga ke depannya kita semua dapat terus berkembang, meraih kesuksesan, dan menjadi kebanggaan bagi banyak orang.
- Sebagai apresiasi terakhir yang kadang sering terlupakan, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada sosok gadis kecil yang selama ini diam-diam berjuang tanpa henti, perempuan sederhana yang memiliki impian besar. Terimakasih karena tidak menyerah, memilih untuk melangkah meski diselimuti rasa takut dan keraguan dalam diri. Terimakasih karena tetap berjuang bahkan di saat arah terasa kabur dan langkah terasa jauh tertinggal dari yang lain. Kamu tidak memilih untuk berhenti, *and i'm so proud of you*. Teruslah menghargai setiap proses kehidupan, tetap tumbuh menjadi gadis manis, kuat dan berani bermimpi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir dengan judul “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Masalah Nyeri Punggung Di Praktik Bidan Mandiri K Kota Bengkulu Tahun 2026”.

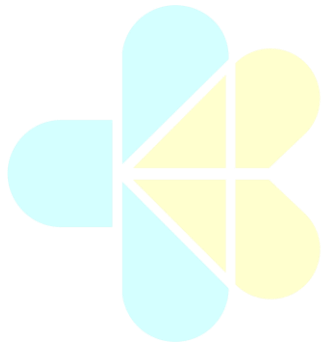
Dalam penyelesaian Laporan Tugas Akhir ini penulis banyak mendapat bantuan baik materil maupun moril dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Linda, SST., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
2. Ibu Elvi Destariyani, SST., M.Kes selaku ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
3. Ibu Lela Hartini, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
4. Ibu Nispi Yulyana, SST., M.Keb selaku pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran ditengah-tengah kesibukkannya untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi motivasi, serta masukkan kepada penulis dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir
5. Ibu Ratna Dewi, SKM., MPH selaku ketua penguji yang telah menguji penulis dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir
6. Ibu Khariza Fadhila Syahnaz, S.Tr.Keb., M.Keb selaku penguji 1 yang telah menguji penulis dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir

DAFTAR ISI

COVER	i
JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
BIODATA	v
SURAT PERNYATAAN	vi
MOTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR BAGAN.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan.....	6
D. Manfaat Penulisan	7
 BAB II TINJAU PUSTAKA	9
A. Konsep Dasar Teori Kehamilan	9
B. Konsep Dasar Teori Nyeri Punggung.....	35
C. Konsep Dasar Senam Hamil.....	43
D. Konsep Dasar Teori Asuhan Kebidanan	56
E. Kerangka Konseptual	68
 BAB III METODE PENELITIAN	69
A. Desain	69
B. Tempat dan Waktu.....	69
C. Subjek	69
D. Instrument Pengumpulan Data	70
E. Teknik Pengumpulan Data	70
F. Alat dan Bahan	70
G. Etika Penelitian.....	71
H. Jadwal Kegiatan.....	72

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	75
A. Gambaran Penelitian.....	75
B. Hasil Penelitian.....	76
C. Pembahasan	99
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 110
A. Kesimpulan.....	110
B. Saran	111
 DAFTAR PUSTAKA	 112



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Besar Tinggi Fundus Uteri Sesuai Usia Kehamilan	15
Tabel 3.1 Jadwal Kegiatan Penelitian	72
Tabel 3.2 Jadwal Kegiatan Selama Studi Kasus	79
Tabel 4.1 Riwayat Kehamilan, Persalinan dan Nifas yang lalu	86
Tabel 4.2 Catatan Perkembangan dengan Metode SOAP	101



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Nyeri NRS	43
Gambar 2.2 Gerakan Pemanasan	53
Gambar 2.3 Memutar Lengan dan Mengencangkan Payudara	53
Gambar 2.4 Gerakan Relaksasi	54
Gambar 2.5 Gerakan Pergelangan kaki dan Mengayuh.....	54
Gambar 2.6 Mengangkat Panggul.....	55
Gambar 2.7 Latihan Meneran	55
Gambar 2.8 Senam Untuk Pinggang (Posisi Merangkak)	56
Gambar 2.9 Forward Bend.....	57
Gambar 2.10 Trunk Twist	57



Kemenkes

Poltekkes Bengkulu

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Konseptual.....	75
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. SOP Senam Hamil
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Kesbangpol
- Lampiran 4. Surat Izin Rekomendasi Dinkes
- Lampiran 5. Surat Pengantar Menjadi Responden
- Lampiran 6. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Informed Consent
- Lampiran 8. Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 9. Lembar Bimbingan Laporan Tugas Akhir
- Lampiran 10. Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 11. Skala Nyeri

