

ASUHAN KEBIDANAN PAYA NY "I" HAMIL TRIMESTER III DENGAN KONSTIPASI DI PMB WILAYAH KERJA PUSKESMAS WATAS MARGA TAHUN 2026

By Bintang kejora (Poltekkes Kemenkes Bengkulu)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ketidaknyamanan trimester III selama kehamilan yang sering kali dikeluhkan oleh ibu salah satunya adalah konstipasi. Konstipasi merupakan keluhan sistem *gastrointestinal* yang umum di alami oleh ibu hamil. Konstipasi ini adalah gejala *defikasi* yang tidak memuaskan ditandai dengan ¹¹ buang air besar kurang dari tiga kali dalam satu minggu atau kesulitan dalam saat BAB akibat feses yang keras. Prevalensi konstipasi di Indonesia yaitu 12,9% lebih rendah dibandingkan dengan China dan Korea Selatan (15,2% dan 16,7%) (Anggrahayu & Winarna, 2024). Pada kehamilan, prevalensi konstipasi bervariasi antara 11-44% (Y. Yanti & Chairiyah, 2022).

Hasil penelitian lestari, didapati angka konstipasi pada ibu hamil trimester III di Bengkulu mencapai 13,5% dari total 111 ibu hamil (15 kasus). Prevalensi konstipasi pada trimester III (19,3%) lebih tinggi dibandingkan dengan trimester I (17,3%) dan II (16,4%), konstipasi merupakan keluhan yang umum terjadi pada semua trimester kehamilan yang sebagian besar ditandai dengan konsistensi tinja keras dan mengejan kuat pada lebih dari satu kali dalam, empat kali defikasi selama empat minggu (Asih, 2022).

Konstipasi merupakan keluhan sistem gastrointestinal yang umum dialami oleh ibu hamil. Hal ini didukung dengan perubahan fisiologis khususnya peningkatan hormone kehamilan yaitu progesteron, hormon progesteron bekerja dengan cara mengendurkan otot polos sehingga uterus dalam kondisi tenang dan

kontraksi uterus premature dapat dicegah. Peningkatan hormon progesteron memengaruhi fungsi sfingter anal dan menurunkan motilitas lambung dan usus sehingga waktu pengosongan lambung menjadi lebih lama. Selain itu, efek tekan dari rahim yang membesar seiring pertumbuhan janin menyebabkan sumbatan mekanis pada usus (Y. Yanti & Chairiyah, 2022).

Wanita yang mengonsumsi suplemen zat besi mengalami ⁵3,5 kali lebih banyak mengalami konstipasi dibandingkan yang tidak mengkonsumsinya. Sebanyak 19% wanita mempunyai gejala sindrom iritasi usus besar pada saat kehamilan (Evayanti & Ediyono, 2024). Hasil penelitian (Rosdewati, 2022) didapatkan bahwa ibu yang mengonsumsi tablet fe yang mengalami konstipasi mayoritas sebanyak 27 responden (90%) dan ibu yang mengonsumsi tablet Fe yang tidak mengalami konstipasi minoritas sebanyak 1 responden (10%).

Perubahan hormon akibat kehamilan ⁵atau pola hidup dapat memicu timbulnya konstipasi. Awalnya konstipasi hanya perut menjadi sakit atau kembung, tetapi ⁵jika ini berlangsung lama akan mengganggu metabolisme tubuh dan menimbulkan gangguan tubuh yang lainnya. Jika konstipasi dibiarkan berlangsung terus menerus dapat menyebabkan timbulnya hemoroid akibat terjadinya konstipasi, ibu hamil akan menjadi terlalu sering mengejan ketika buang air besar dan otot-otot pada pembuluh darah di anus melemah akibat keduanya dapat mempertinggi kemungkinan terjadinya hemoroid pada ibu hamil, sehingga menimbulkan kesulitan saat proses persalinan pervagina.

Beberapa upaya untuk mencegah konstipasi terhadap wanita hamil antara lain, harus memperhatikan pola makan seharusnya mengonsumsi sayuran yang

mengandung serat lebih tinggi seperti (bayam, kubis, brokoli), minum air putih minimal 8 gelas dalam sehari dan membiasakan mobilisasi dan olahraga ringan. Jika dengan esensial konstipasi pada ibu hamil masih tidak teratasi dan angka kejadian masih tinggi maka dilakukan terapi nonfarmakologi (Evayanti & Ediyono, 2024).

Mengonsumsi buah pepaya untuk membantu proses pencernaan, karena pepaya adalah sumber yang kaya enzim proteolitik, seperti papain, chymopain, pencernaan secara alami karena kandungan seratnya yang cukup tinggi, sehingga mencukupi kebutuhan serat yang diperlukan oleh ibu hamil. Hasil penelitian (Safitri et al., 2022) menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengalami konstipasi berkurang sebanyak 27 responden (90%) setelah diberikan pepaya. Dan lebih praktis dari pada yogurt yang butuh kulkas dan berisiko laktosa (Wulandari & Wantini, 2021). Dibanding prenatal yoga (20-30 menit/sesi) pepaya memberikan hasil BAB lancar dalam 4-7 hari tanpa latihan fisik yang sulit bagi ibu hamil karena rahim yang semakin membesar seiring usia kehamilan (Y. Yanti & Chairiyah, 2022).

Hasil survei awal yang dilakukan di PMB " R " tahun 2026 didapati dari 10 orang ibu hamil trimester III yang BAB kurang dari 3x, perut begah dan terasa penuh, feses yang keras, dan feses berwarna kecoklatan sebanyak 3 orang ibu hamil sehingga penulis tertarik untuk menyusun laporan akhir dengan judul "Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi di PMB "R" Kabupaten Rejang Lebong 2026 "

¹ B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan masalah yang didapati adanya ibu hamil trimester III yang mengalami masalah konstipasi, sehingga rumusan masalah pada LTA ini adalah. "Bagaimana Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III dengan masalah konstipasi di PMB "R" Kabupaten Rejang lebong 2026"

C. Tujuan

¹ 1. Tujuan umum

Memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah konstipasi di PMB "R" Kabupaten Rejang lebong 2026

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian dengan mengidentifikasi data subjektif dan objektif pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- b. Melakukan interpretasi data meliputi diagnosa, masalah dan kebutuhan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- c. Menentukan diagnosa/masalah potensial pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- d. Menentukan kebutuhan segera pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- e. Menyusun rencana tindakan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- f. Melakukan penatalaksanaan/implementasi asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi

- g. Mengevaluasi asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- h. Mengetahui kesenjangan antara teori dan kasus asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi tenaga Kesehatan khususnya bidan tentang asuhan kebidanan pada ibu hamil yang mengalami konstipasi dengan pemberian buah papaya.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi ¹ masukan dalam mengembangkan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah konstipasi.

b. Bagi Institusi Pendidikan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam melakukan tindakan promotif pada masalah konstipasi.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat menjadi informasi bagi masyarakat terutama bagi ibu hamil dalam mendapatkan pelayanan kesehatan khususnya asuhan kebidanan yang berkaitan dengan masalah konstipasi.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran lokasi

PMB Reni Roniati berada di wilayah Kecamatan Curup selatan, Kabupaten Rejang Lebong. Yang beralamat di Jalan Agus Salim No 199 Rimbo recap. Dengan luas bangunan +/- 100 m2. Secara geografis PMB Reni Roniati mempunyai letak pada alokasi yang cukup strategis karena berada di tengah pemukiman penduduk. PMB reni roniati mempunyai karyawan berjumlah 2 orang karyawan. PMB Reni memiliki 3 ruangan , ruangan tindakan pasien umum, ruangan tindakan persalinan, dan ruangan tindakan BBL.

Hasil survei awal yang dilakukan di PMB " R " data yang di peroleh dari buku register jumlah ibu hamil pada tahun 2025, jumlah K1 102 orang, K6 94 orang. Hasil survei dari 10 orang ibu hamil trimester III yang mengalami BAB kurang dari 3x dalam seminggu, perut begah dan terasa penuh, feses yang keras, dan feses berwarna kecoklatan sebanyak 3 orang ibu hamil sehingga penulis tertarik untuk menyusun **laporan tugas akhir** dengan judul "**Asuhan** kebidanan **pada ibu hamil** trimester **III** dengan konstipasi **di PMB** "R" Kabupaten Rejang lebong 2026 "

Berdasarkan pengalaman penulis yang diperoleh selama mengamati pelayanan di PMB "R", penulis tertarik untuk lebih mendalami dan memantau perkembangan salah seorang ibu hamil dengan konstipasi di PMB " R "

B. Hasil

ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN PADA NY. I DENGAN KONSTIPASI ¹DI PMB R KABUPATEN REJANG LEBONG TAHUN 2026

Hari/Tanggal Pengkajian : Jumat, 27 Maret 2026

Jam Pengkajian : 07.58 WIB

Tempat Pengkajian : PMB "R"

Pengkaji : Bintang Kejora

I. PENGKAJIAN

A. DATA SUBJEKTIF

1. Identitas ibu dan suami

³ Nama ibu	: Ny. I	Nama Suami	: Tn. K
Umur	: 29 Tahun	Umur	: 29 Tahun
Agama	: islam	Agama	: Islam
Suku	: Jawa	Suku	: Jawa
Pendidikan	: SMA	Pendidikan	: SMP
Pekerjaan	: IRT	Pekerjaan	: Petani
Alamat	: Watas Marga	alamat	: Watas Marga

2. Keluhan utama

- Ibu mengatakan ini hamil anak ke dua dan tidak pernah keguguran
- Ibu mengatakan susah buang air besar sejak $\pm$ 10 hari yang lalu
- Ibu mengatakan buang air besar sebanyak 2x dalam satu minggu
- Ibu mengatakan ada rasa tidak tuntas setiap sudah BAB

- e. Ibu mengatakan feses nya keras
- f. Ibu mengatakan perut terasa kembung
- 3. Riwayat kesehatam

- a. Riwayat kesehatan sekarang

Ibu mengatakan tidak sedang menderita penyakit menular seperti TBC, Hepatitis, HIV/AIDS, PMS maupun penyakit keturunan seperti asma, dan kencing manis, hipertensi dan penyakit menahun seperti ¹ginjal dan jantung.

- b. Riwayat kes ehatan yang lalu

Ibu mengatakan tidak sedang menderita penyakit menular seperti TBC, Hepatitis, HIV/AIDS, PMS maupun penyakit keturunan seperti asma, dan kencing manis, hipertensi dan penyakit menahun seperti ginjal dan jantung.

- c. Riwayat kesehatan keluarga

Ibu mengatakan tidak sedang menderita penyakit menular seperti TBC, Hepatitis, HIV/AIDS, PMS maupun penyakit keturunan seperti asma, dan kencing manis, hipertensi dan penyakit menahun seperti ginjal dan jantung.

- 4. Riwayat Menstruasi

Usia Menarche	: ¹ 12 tahun
Siklus	: 30 Hari
Lamanya	: 5-7 hari
Banyaknya	: 3x ganti pembalut/hari

Masalah : tidak ada

5. Riwayat Kehamilan, Persalinan dan Nifas yang Lalu

No	Kehamilan			Persalinan					Bayi		Ket
	UK	ANC	TT	Tahun	Tempat	Penolong	Jenis	Penyulit	JK/ BB	Hidup/ Mati	
1	39 mgg	6 kali	T5	2021	PMB	Bidan	Normal	Tidak ada	LK/ 2.700 gr	Hidup	

6. Riwayat kehamilan sekarang

Hamil : Anak Ke 2

Usia Kehamilan : 37 minggu

a. Trimester I

ANC : 1x (Bidan)

HPHT : 09 Juli 2025

TP : 16 April 2026

Keluhan : Mual

Obat-Obatan : multivitamin, Asam Folat

Status TT : T5

Data Penunjang

Hepatitis B : (-)

HIV : (-)

Sifilis : (-)

Golongan darah : AB

HB : 11,2 gr%

LILA : 22 CM

TB/BB (IMT) : $46/1,49 \text{ m}^2 = 46/2,2201 = 20,7$ (Normal)

b. Trimester II

ANC : 4x (2x Bidan 2x Dokter)

Keluhan : Tidak Ada

Obat-obatan : Fe, Kalsium

Tablet Fe : 40 Butir

USG : Ada

c. Trimester III

ANC : 3x (2x Bidan 1x Dokter)

Keluhan : Konstipasi

Obat-Obatan : Fe, Kalsium

Tablet Fe : 60 butir

USG : Ada

7. Riwayat kontrasepsi

Alat kontrasepsi yang pernah di gunakan : Suntik

Masalah : Tidak Ada

8. Riwayat perkawinan

Pernikahan ke : 1 (Pertama)

Usia Saat Menikah : 23 Tahun

Usia perkawinan : 6 tahun

9. Pemenuhan kebutuhan sehari-hari

a. Pola Nutrisi

Makan : 3x sehari, 1 porsi, dengan menu lauk pauk, sayuran dan buah-buahan

Minum : Ibu minum 8 gelas/hari, jenis air putih

b. Pola eliminasi

BAB : 2x/minggu dengan warna kuning kecoklatan, konsistensi keras, bau khas feses

BAK : 6-8x/hari, warna kuning jernih, bau khas urine

³
c. Istirahat dan tidur

Siang $\pm$ 1 jam, malam 8 jam, dan tidak ada masalah

d. Pola personal hygiene

Mandi 2x sehari, cuci rambut 3-4 kali seminggu, ¹³ ganti pakaian 2x/hari, dan ganti pakaian dalam 2x sehari

e. Pola aktivitas

Kegiatan ibu sehari-hari melakukan pekerjaan rumah seperti (Menyapu, mencuci, memasak), ¹ dan ibu mengatakan tidak ada masalah.

f. Keadaan psikososial dan spiritual

Ibu mengatakan kehamilan ini yang di inginkan dan keluarga menerima kehamilan ini dengan baik, hubungan suami istri baik, hubungan ibu dan keluarga baik, ¹ dan keyakinan terhadap agama ibu taat.

B. DATA OBJEKTIF

¹ 1. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : Composmentis

Tanda-Tanda Vital

Tekanan Darah : 110/70 MmHg

Nadi : 90x/menit

Pernafasan : 20x/menit

¹²
Suhu : 36,5°C

2. Pemeriksaan Antropometri

BB Sebelum hamil : 45 kg

BB setelah Hamil : 55 kg

TB : 149 cm

IMT : 24,8 (Normal)

3. Pemeriksaan fisik

a. Kepala

Simetris, keadaan bersih, ¹warna rambut hitam, distribusi rambut merata, tidak ada kerontokan, tidak ada benjolan, dan tidak ada nyeri tekan

b. Muka

Muka tidak pucat, tidak ada closma gravidarum, tidak ada oedema, tidak ada nyeri tekan

c. Mata

Mata tidak pucat, bersih, konjungtiva an-anemis, sklera an-ikterik, tidak ada kelainan

d. Hidung

Hidung bersih, tidak ada pengeluaran ¹tidak ada polip

e. Mulut

Mukosa lembab, lidah bersih, gigi lengkap, tidak ada caries gigi, tidak ada stomatitis, tidak ada kelainan

f. Leher

Tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak ada pembesaran kelenjar limfe, tidak ada pembesaran kelenjar vena jugularis

g. Payudara

Bentuk simetris, corpus membesar, areola mammae hiperpigmentasi, papilla mammae menonjol, tidak ada benjolan, tidak ada nyeri tekan

h. Abdomen

1) Pembesaran sesuai dengan usia kehamilan, tidak ada bekas operasi, ada striae gravidarum, dan linea nigra

2) Palpasi

Leopold I : TFU 28 cm di bagian atas teraba ¹ bulat, lunak, dan tidak ada lentingan

Leopold II : Di sebelah kanan perut ibu teraba tahanan memanjang dari atas ke bawah (Punggung) janin, bagian kiri perut ibu teraba ¹ bagian-bagian kecil janin

Leopold III : Pada bagian bawah perut ibu teraba bagian bulat, keras dan ada lentingan (masih bisa digoyangkan)

leopod IV : -

Tafsiran Berat Janin (¹⁸ TBJ) : $(29-12) \times 155 = 2.635$ gram

¹ 3) Auskultasi

Puctum Max : 1-2 jari di bawah pusat kanan ibu

DJJ : (+)

Irama : Teratur

Frekuensi : 144x/menit

Intensitas : Kuat

i. Genetalia

1 Tidak ada pengeluaran, tidak ada varises, tidak ada oedema, tidak ada hemoroid

j. Ekstremitas

1) Atas

Bentuk Simetris, keadaan bersih, 1 warna kuku merah muda, tidak ada oedema, tonus otot kuat, tidak ada kelainan

2) Bawah

Bentuk Simetris, keadaan bersih, warna kuku merah muda, tidak ada oedema, tidak ada varises, tonus otot kuat, tidak ada kelainan, reflek patella (+/+)

1 II. INTERPRETASI DATA

A. Diagnosa

Ny "I" Umur 29 Tahun G2P1A0 Umur Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum 1 ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis.

Data subjektif

- Ibu mengatakan ini anak ke dua dan tidak pernah keguguran
- Ibu mengatakan susah buang air besar sejak $\pm$ 7 hari yang lalu
- Ibu mengatakan buang air besar sebanyak 2x dalam satu minggu

- d. Ibu mengatakan ada rasa tidak tuntas setiap sudah BAB
- e. Ibu mengatakan feses nya keras
- f. Ibu mengatakan perut terasa kembung

Objektif

Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : Composmentis

10 Tanda-Tanda Vital

Tekanan Darah : 110/70 MmHg

Nadi : 90x/ menit

Pernafasan : 20x/menit

Suhu : 36,5°C

Pemeriksaan Antropometri

BB Sebelum 14 hamil : 45 kg

BB setelah Hamil : 55 kg

TB : 149 cm

IMT : 24,8 (Normal)

1 B. Masalah

Konstipasi

C. Kebutuhan

1. Informasi tentang hasil pemeriksaan kehamilan
2. Informasi tentang ketidaknyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil TM III

3. Konseling tentang nutrisi dan cairan
4. Konseling tentang personal hygiene
5. Konseling tentang istirahat tidur
6. Konseling tentang kebutuhan nutrisi
7. Konseling tentang mobilisasi
8. Konseling tentang tanda bahaya kehamilan TM III
9. Informasi tentang kunjungan ulang

MASALAH POTENSIAL

Hemoroid

1 TINDAKAN SEGERA

Tidak ada

INTERVENSI

No	Tujuan/Kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
Dx	Tujuan: Kehamilan TM III berlangsung normal sampai aterm dan tidak ada komplikasi. Kriteria: 1. Keadaan umum ibu: baik 2. Kesadaran: composmentis 3. TTVTD : Sistol: 100 Diastol: 70 mmHg -N : 90 kali/menit -RR : 20 kali/menit -T : 36,5°C - 4. Pemantauan kenaikan berat badan ibu $\pm$ 0,5 kg dalam seminggu. 5. Ibu tidur	1. Informasikan hasil pemeriksaan pada ibu dan keluarga. 2. Jelaskan ketidaknyaman-an yang sering terjadi pada ibu hamil TM III seperti: Sering berkemih, konstipasi, insomnia, kram pada kaki, nyeri punggung, keputihan, & edema. 3. Berikan penkes mengenai tablet fe dan kalk sebanyak 90 tablet 1 x 1 setiap hari	1. Pemeriksaan kehamilan bertujuan untuk mengetahui ibu dan janin dalam keadaan baik 2. Dijelaskannya ketidaknyaman-an pada ibu hamil trimester III diharapkan ibu dapat mengerti dan dapat beradaptasi dengan hal-hal yang terjadi akibat dari perubahan anatomi fisiologi selama kehamilan 3. Konsumsi tablet Fe pada ibu hamil sangat penting dalam memenuhi kebutuhan asupan gizi pada janin seperti, mencegah anemia pada ibu hamil, menurunkan resiko

	1 malam ± 8 jam dan tidur/istirahat siang ± 1 jam. 6. Ibu meng- konsumsi Fe 90 butir dan kalsium selama kehamilan. 7. Tinggi Fundus Uteri (TFU): 28cm 8. Denyut jantung janin Frekuensi: 140 x/m Intensitas: kuat Irama: teratur 9. Gerak janin normal rata- rata 3- 4x/jam 10. Kadar Hb ≥11 gr% 11. Protein dan glukosa urine (-) 12. DJJ: 140x/m 13. Presentasi kepala	4. Penkes tentang personal hygiene 5. Anjurkan ibu untuk istirahat tidur dengan cukup 6. Berikan penkes mengenai kebutuhan nutrisi dan cairan. Kebutuhan nutrisi dan cairan (dalam sehari), Kalori 2300 kkal, protein 65 gram (daging, ikan, telur, susu, youghurt, tahu, tempe), karbohidrat (nasi, kentang, ubi, singkong, pasta, tepung- tepungan), lemak (minyak jagung, minyak ikan), asam Folat (jeruk, berry, sayuran hijau, kembang kol, kacang-kacangan),	kematian pada ibu karena perdarahan pasca persalinan. Tablet besi (Fe) atau tablet tambah darah (TTD) merupakan suplemen yang mengandung zat besi dan folat yang diberikan kepada ibu hamil untuk mencegah anemia gizi besi selama masa kehamilan yang berfungsi sebagai pembentuk hemoglobin (Hb) dalam darah (Ariyanti, 2023). 4. Personal hygiene merupakan salah satu upaya preventif (pencegahan) penularan infeksi yang dapat dilakukan oleh ibu hamil. (Rozani et al., 2023). 5. Istirahat/tidur dan bersantai sangat penting bagi wanita hamil dan menyusui karena istirahat dan tidur secara teratur dapat meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani untuk kepentingan perkembangan dan pertumbuhan janin dan juga membantu wanita tetap kuat dan mencegah penyakit (Isnaini et al., 2023). 6. Pemenuhan kebutuhan nutrisi diharapkan dapat menjadi bekal energi yang cukup sebagai cadangan energi untuk persalinan dan berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan janin
--	---	---	--

		kalsium 1 g (ikan atau hasil laut, sayuran berwarna hijau), zat besi (Fe) 17 g (daging merah, hati, ikan, kacang-kacangan, selada air, roti gandum, pisang), Vitamin A 6000 IU (wortel, tomat), Vitamin D 600 IU, Vitamin C 90 mg (jeruk) (Isnaini et al., 2023). 7. Berikan penkes mengenai kebutuhan mobilisasi kepada ibu untuk melakukan olahraga ringan dan rutin seperti jalan kaki selama 20-30 menit 8. Jelaskan tentang tanda bahaya kehamilan TM III antara lain adalah: perdarahan pervaginam, sakit kepala yang hebat, penglihatan kabur bengkak di wajah/tangan janin kurang bergerak, KPD, kejang, selaput ketuban pecah, demam tinggi (Ramadhani et al., 2023). 9. Jadwalkan kunjungan ulang	7. Karena dapat meningkatkan gerakan peristaltik sehingga memperlancar makanan bergerak di dalam saluran pencernaan. 8. Tanda bahaya kehamilan adalah tanda-tanda yang mengindikasikan adanya bahaya yang dapat terjadi selama kehamilan periode antenatal, yang apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu (Ramadhani et al., 2023). 9. Kunjungan ulang berguna untuk mendeteksi dini kelainan pada kehamilan dan menilai kesejahteraan janin
M	Tujuan : Konstipasi pada ibu teratasi Kriteria : - Keadaan umum ibu baik - TTV Tekanan Darah Sistol : 100/70 mmHg N: 90 x/m T: 36,5°C RR: 20 x/m - Kondisi ibu dan janin baik	1. Jelaskan pada ibu bahwa penyebab konstipasi pada ibu hamil III 2. Anjurkan ibu untuk mobilisasi atau olahraga ringan	1. Peningkatan hormon progesteron memengaruhi fungsi sfingter anal dan menurunkan motilitas lambung dan usus sehingga waktu pengosongan lambung menjadi lebih lama. Selain itu, efek tekan dari rahim yang membesar seiring pertumbuhan janin menyebabkan sumbatan mekanis pada usus (Yanti & Chairiyah, 2022). 2. Dengan mobilisasi dan olahraga ringan dapat merangsang kerja

	4. Ibu mengatakan BAB nya sudah lancar 5. Ibu mengatakan perutnya sudah lega dan nyaman	3. Beritahu ibu untuk mengonsumsi air putih minimal 8 gelas perhari. Dan anjurkan mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi akan serat seperti (bayam, kubis, brokoli) (Soputri et al., 2021). 4. Anjurkan ibu tidak menahan BAB 5. Beritahu ibu untuk mengonsumsi potongan buah pepaya 25-30 gr atau setara dengan 1-2 potong perhari pada pagi hari selama 4-7 hari (Wulan et al., 2023). Jika tidak teratasi dalam 7 hari maka akan dilanjutkan karna pepaya selain tinggi akan serat juga mengandung beta karoten, vitamin A, Vitamin B, Vitamin C dan kalium yang dibutuhkan oleh tubuh.	peristaltik pada otot-otot yang lemah memfasilitasi pergerakan hymen sepanjang kolon 3. Mengonsumsi air putih hangat dapat merangsang gerak peristaltis menjadi lebih cepat dan partikel-partikel yang terdapat dalam usus di pecahkan, sehingga dapat menstimulasikan usus halus untuk mendorong sisa makanan ke usus besar, dan melembabkan feses di kolon, dan merangsang untuk BAB. Konsumsi sayuran yang tinggi akan serat seperti, (bayam, kubis, brokoli) memiliki kandungan serat yang cukup tinggi yang dapat menambah volume pada vases dan membantu mempercepat pergerakan makanan melalui saluran pencernaan (Soputri et al., 2021). 4. Menahan BAB dapat membuat pergerakan usus besar melambat, menyebabkan tinja menyerap terlalu banyak air sehingga tinja menjadi keras dan kering sehingga sulit di keluarkan serta memberikan tekanan besar pada pembuluh darah di rektum bawah 5. Dengan mengonsumsi buah pepaya kaya akan enzim papain dan chymopapain. Papain enzim proteolitik yang berfungsi meningkatkan masa tinja dengan air. Tinja menjadi lebih lunak sehingga melancarkan buang air besar. Pepaya juga mengandung karpaina, yaitu suatu alkaloid yang berfungsi
--	---	---	---

			untuk melancarkan saluran pencernaan dan mencegah konstipasi (Yanti & Chairiyah, 2022)
MP	Tujuan: Hemmoroid pada ibu tidak terjadi Kriteria : 1. Keadaan umum ibu baik 2. TTV Tekanan Darah Sistol :100/70 mmHg N:90 x/m T:36,5°C RR:20 x/m 3. Kondisi ibu dan janin baik 4. Ibu mengatakan hemoroid teratasi	1. Jelaskan pada ibu bahwa penyebab hemoroid merupakan hal yang normal pada kehamilan TM III. 2. Anjurkan ibu untuk jangan mengejan terlalu sering dan keras saat BAB 3. Penkes pada ibu tentang terapi sitz bath untuk mengurangi keluhan pada ibu. Sitz Bath dilakukan 2 kali dalam 1 hari	1.Hemoroid biasa terjadi pada wanita hamil pada trimester dua atau ketiga kehamilan. Peningkatan tekanan intra karena pertumbuhan janin serta adanya perubahan hormone progesteron menyebabkan vena hemoroidalis menjadi lebar. Selain itu progesteron juga ikut berkontribusi pada sembelit dengan memperlambat gerakan di usus. Hemoroid kehamilan merupakan hemoroid temporer yang berarti akan hilang beberapa waktu setelah melahirkan. 2.Mengejan terlalu sering dan keras saat BAB menyebabkan otot-otot pada pembuluh darah di anus melemah dan memperburuk keadaan hemoroid pada ibu 3.Terapi Sitz Bath meliputi perendaman daerah perineum dengan manajemen nyeri sebagai metode dalam membersihkan dan menghilangkan rasa sakit pada luka di sfingteanus,meningkatkan aliran darah, dilakukan 2x sehari selama 10 menit (Annisa et al., 2022).

VI. IMPLEMENTASI

HARI/TANGGAL JAM	PENATALAKSANAAN	RESPON
Jumat/ 27 Maret 2026 07.45 WIB	1. Jelaskan ketidaknyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil TM III seperti: Sering berkemih, konstipasi, insomnia, kram pada kaki, nyeri punggung, keputihan, & edema.	1. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan senang kondisi dirinya dan bayi dalam keadaan sehat
07.50 WIB	2. Memberikan penkes mengenai tablet fe dan kalk sebanyak 90 tablet 1 x 1 setiap hari	2. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan.
07.55 WIB	3. Memberikan penkes tentang personal hygiene yaitu menjaga kebersihan diri dan area genitalia yaitu dengan cara mandi 2x sehari dan cebok dari depan ke belakang serta ganti pakaian dalam	3. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan dapat mengulangnya serta akan mengikuti anjuran yang diberikan.
08.00 WIB	4. Menganjurkan ibu untuk istirahat tidur dengan cukup yaitu 8 jam pada malam hari dan 1-2 jam pada siang hari	4. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan
08.05 WIB	5. Memberikan penkes mengenai kebutuhan nutrisi dan cairan. Kebutuhan nutrisi dan cairan (dalam sehari), Kalori 2300 kkal, protein 65 gram (daging, ikan, telur, susu, youghurt, tahu, tempe), karbohidrat (nasi, kentang, ubi, singkong, pasta, tepung-tepungan), lemak (minyak jagung, minyak ikan), asam Folat (jeruk, berry, sayuran hijau, kembang kol, kacang-kacangan), kalsium 1 g (ikan atau hasil laut, sayuran berwarna hijau), zat besi (Fe) 17 g (daging merah, hati, ikan, kacang-kacangan, selada air, roti gandum, pisang), Vitamin A 6000 IU (wortel, tomat), Vitamin D 600 IU, Vitamin C 90 mg (jeruk) (Isnaini et al., 2023). a. Sarapan ± 612 kkal - Nasi putih 2 centong = 150 g - Telur dadar - Tumis bayam jagung 1 mangkok kecil - Susu UHT full cream 250 ml (satu gelas) - Buah pepaya 30 gram - Air putih	5. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan Pada pagi hari Ibu makan sesuai anjuran Pada Siang hari Ibu makan sesuai anjuran Pada Malam hari Ibu makan sesuai anjuran

	Fungsi: Protein, zat besi, kalsium, energi pagi b. Makan Siang ± 750 kkal - Nasi 2 centong = 200 g - Ayam 100 g - Tumis brokoli wortel 1 mangkok - Tahu 2 potong - Kurma 3 butir - Air putih Fungsi: Protein hewani & nabati, kalsium, vitamin A, C, serat c. Selang sore ± 238 kkal - Bakwan jagung 3 potong - Air putih Fungs: lemak, serat, mineral d. Makan Malam ± 700 kkal - Nasi putih 2 centong - Ikan 100 g - Sayur sop bening isi wortel, kentang, buncis - Tempe goreng 2 potong - Air putih Fungsi: Omega-3, protein, mineral Total : 2300 kkal Protein 90-95 g Kalsium 1000 mg Zat besi 28 mg Serat 25-30 g	
08.10 WIB	6. Menjelaskan tentang tanda bahaya kehamilan TM III antara lain adalah: perdarahan pervaginam, sakit kepala yang hebat, penglihatan kabur bengkak di wajah/tangan janin kurang bergerak,KPD,kejang,selaput kelopak mata pucat,demam tinggi (Ramadhani et al., 2023).	6. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan dapat mengulangnya serta akan segera ke tenaga kesehatan jika mendapatkan salah satu tanda bahaya tersebut
08.15 WIB	7. Memberikan penkes mengenai kebutuhan mobilisasi kepada ibu untuk melakukan olahraga ringan dan rutin seperti jalan kaki selama 20-30 menit	7. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan
	8. Memberitahu ibu untuk mengkonsumsi air putih minimal 8 gelas perhari.	8. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan
08.20 WIB	9. Menganjurkan ibu untuk tidak menahan BAB karena dapat membuat pergerakan usus besar melambat, menyebabkan tinja	9. Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan

08.25 WIB	menyerap terlalu banyak air sehingga tinja menjadi keras	
08.30 WIB	10. Mengontrak ibu untuk pemberian buah pepaya 25-30 gr atau setara dengan 1-2 potong perhari. pada pagi hari dan akan langsung diantarkan ke rumah ibu selama 7 hari pemberian	10. Ibu mengerti dan menyetujui akan diberikan buah pepaya selama 7 hari untuk mengatasi kondisi yang dialaminya

VII. EVALUASI

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Jumat/ 27 Maret 2026 08.03 WIB	S: - Ibu mengerti tentang penjelasan yang diberikan bahwa kondisinya dan bayinya dalam keadaan sehat - Ibu mengerti bahwa untuk mengatasi masalah BAB nya dengan cara minum air putih minimal 8 gelas sehari dan melakukan olahraga ringan seperti jalan kaki pada pagi hari - Ibu mengatakan akan mengikuti saran yang diberikan untuk mengonsumsi buah pepaya dalam mengatasi susah bab yang di alaminya O: Keadaan Umum : Baik kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 110/70 mmHg Nadi : 83 kali/menit Pernapasan : 22 kali/menit Suhu : 36,8°C. Abdomen Kandung kemih : kosong DJJ : 144 kali/menit Kembung : Ada A: Ny "I" ¹⁷ Umur 29 Tahun G2P1A0 Umur Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi ¹ kepala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis Masalah : konstipasi P: - Melakukan kontrak waktu dengan ibu untuk pertemuan berikutnya yaitu pemberian buah pepaya yang harus di berikan di pagi hari Evaluasi : ibu mengerti dan menyetujui - Intervensi dilanjutkan	

1
CATATAN PERKEMBANGAN KUNJUNGAN KE I

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Sabtu/ 28 Maret 2026 07.59 WIB	S: - Ibu mengatakan bahwa masih kurang nyaman dengan keadaan saat ini - Ibu mengatakan masih belum BAB - Ibu mengatakan perut terasa kembung O: Keadaan Umum : Baik Gesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 100/80 mmHg Nadi : 80 kali/menit Pernapasan : 23 kali/menit Suhu : 36,5°C. Abdomen Kandung kemih : kosong DJJ : 143 kali/menit Kembung : Ada 1 A: Ny "I" Umur 29 Tahun G2P1A0 Umur Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis Masalah : konstipasi belum teratasi P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Evaluasi : ibu mengetahui hasil dari pemeriksaan yang telah dilakukan dan ibu tidak khawatir dengan keadaannya. - Memberitahu ibu untuk mengonsumsi air putih minimal 8 gelas perhari Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan - Memberikan penkes mengenai kebutuhan mobilisasi kepada ibu untuk melakukan olahraga ringan dan rutin seperti jalan kaki selama 20-30 menit Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan - Menganjurkan mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi akan serat seperti (bayam, kubis, brokoli). Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan - Memberikan ibu buah pepaya sebanyak 30 gr atau 1-2 potong pada pagi hari untuk mengatasi masalah konstipasi	

	Evaluasi : Ibu sudah makan buah pepaya yang diberikan sampai habis	
	6. Intervensi dilanjutkan	

1 CATATAN PERKEMBANGAN KUNJUNGAN KE II

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Minggu/29 maret 2026 07.28 WIB	S: - Ibu mengatakan bahwa masih kurang nyaman dengan keadaan saat ini - Ibu mengatakan belum BAB O: Keadaan Umum : Baik 6-sadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 100/80 mmHg Nadi : 83 kali/menit Pernapasan : 22 kali/menit Suhu : 36,8°C. Abdomen Kandung kemih : kosong DJJ : 148 kali/menit kembung : Tidak ada 1 A: Ny "I" Umur 29 Tahun G2P1A0 Umur Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi 1-pala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis Masalah : konstipasi belum teratasi P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Evaluasi : ibu mengetahui hasil dari pemeriksaan yang telah dilakukan dan ibu tidak khawatir dengan keadaannya. - Memberitahu ibu untuk mengonsumsi air putih minimal 8 gelas perhari Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan - Memberikan penkes mengenai kebutuhan mobilisasi kepada ibu untuk melakukan olahraga ringan dan rutin seperti jalan kaki selama 20-30 menit Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan - Menganjurkan mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi akan serat seperti (bayam, kubis,	

	brokoli). Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan 5. Memberikan ibu buah pepaya sebanyak 30 gr atau 1-2 potong pada pagi hari untuk mengatasi masalah konstipasi Evaluasi : Ibu sudah makan buah pepaya yang diberikan sampai habis 6. Menganjurkan ibu untuk tidak menahan BAB Evaluasi : Ibu mengerti dan anak mengikuti anjuran untuk tidak menahan BAB 7. Intervensi dilanjutkan	
--	---	--

1 CATATAN PERKEMBANGAN KUNJUNGAN KE III

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Senin/ 30 Maret 2026 07.46 WIB	S: - Ibu mengatakan sudah BAB - Ibu mengatakan feses nya keras dan pecah-pecah - Ibu mengatakan masih terasa tidak tuntas setiap sudah BAB O: Keadaan Umum : Baik 2 kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 110/70 mmHg Nadi : 82 kali/menit Pernapasan : 24 kali/menit Suhu : 36,7°C. Abdomen Kandung kemih : kosong DJJ : 135 kali/menit Kembung : Tidak ada 1 A: Ny "I" Umur 29 Tahun G2P1A0 Umur Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi 1 pala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis Masalah : konstipasi teratasi sebagian P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Evaluasi : ibu mengetahui hasil dari pemeriksaan yang telah dilakukan dan ibu tidak khawatir dengan keadaannya. - Memberitahu ibu untuk mengkonsumsi air putih	

	minimal 8 gelas perhari Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan 3. Menganjurkan mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi akan serat seperti (bayam, kubis, brokoli). Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan. Pada hari ini ibu sudah makan sayur bayam 4. Memberikan penkes tentang personal hygiene yaitu menjaga kebersihan diri pada area genitalia yaitu dengan cara cebok dari depan ke belakang serta ganti pakaian dalam Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan 5. Memberikan ibu buah pepaya sebanyak 30 gr atau 1-2 potong pada pagi hari untuk mengatasi masalah konstipasi Evaluasi : Ibu sudah makan buah pepaya yang diberikan sampai habis 6. Menganjurkan ibu untuk tidak menahan BAB Evaluasi : Ibu mengerti dan anak mengikuti anjuran untuk tidak menahan BAB 7. Intervensi dilanjutkan	
--	---	--

CATATAN PERKEMBANGAN KUNJUNGAN KE IV

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf																						
Selasa/ 31 April 2026 07.59 WIB	S: 1. Ibu mengatakan sudah BAB, tetapi masih agak keras 2. Ibu mengatakan masih terasa tidak tuntas setiap sudah BAB O: <table><tr><td>Keadaan Umum</td><td>: Baik</td></tr><tr><td>Kesadaran</td><td>: Composmenthis</td></tr><tr><td>Tanda-tanda Vital</td><td></td></tr><tr><td>Tekanan Darah</td><td>: 110/70 mmHg</td></tr><tr><td>Nadi</td><td>: 90 kali/menit</td></tr><tr><td>Pernapasan</td><td>: 21 kali/menit</td></tr><tr><td>Suhu</td><td>: 36,5°C.</td></tr><tr><td>Abdomen</td><td></td></tr><tr><td>Kandung kemih</td><td>: kosong</td></tr><tr><td>DJJ</td><td>: 133 kali/menit</td></tr><tr><td>kembung</td><td>: Ada</td></tr></table>	Keadaan Umum	: Baik	Kesadaran	: Composmenthis	Tanda-tanda Vital		Tekanan Darah	: 110/70 mmHg	Nadi	: 90 kali/menit	Pernapasan	: 21 kali/menit	Suhu	: 36,5°C.	Abdomen		Kandung kemih	: kosong	DJJ	: 133 kali/menit	kembung	: Ada	
Keadaan Umum	: Baik																							
Kesadaran	: Composmenthis																							
Tanda-tanda Vital																								
Tekanan Darah	: 110/70 mmHg																							
Nadi	: 90 kali/menit																							
Pernapasan	: 21 kali/menit																							
Suhu	: 36,5°C.																							
Abdomen																								
Kandung kemih	: kosong																							
DJJ	: 133 kali/menit																							
kembung	: Ada																							

1
A:

Ny "I" Umur 29 Tahun G2P1A0 Umur Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis masalah : konstipasi teratasi sebagian

P:

1. Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik.
Evaluasi : ibu mengetahui hasil dari pemeriksaan yang telah dilakukan dan ibu tidak khawatir dengan keadaannya.
2. Mengingatkan ibu untuk tetap istirahat tidur dengan cukup Malam: 7-8 jam Siang : 1-2 jam
Evaluasi : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup
3. Memberitahu ibu untuk mengonsumsi air putih minimal 8 gelas perhari
Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan
4. Menganjurkan mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi akan serat seperti (bayam, kubis, brokoli).
Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan
5. Memberikan penkes tentang personal hygiene yaitu menjaga kebersihan diri pada area genitalia yaitu dengan cara cebok dari depan ke belakang serta ganti pakaian dalam
Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan
6. Memberikan ibu buah pepaya sebanyak 30 gr atau 1-2 potong pada pagi hari untuk mengatasi masalah konstipasi
Evaluasi : Ibu sudah makan buah pepaya yang diberikan sampai habis
7. Menganjurkan ibu untuk tidak menahan BAB
Evaluasi : Ibu mengerti dan anak mengikuti anjuran untuk tidak menahan BAB
8. Intervensi dilanjutkan

CATATAN PERKEMBANGAN KUNJUNGAN KE V

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Rabu/ 01 April 2026 07.37 WIB	S: - Ibu mengatakan sudah BAB - Ibu mengatakan feses sudah lebih lunak dari hari sebelumnya O: Keadaan Umum : Baik Gesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 100/70 mmHg Nadi : 89 kali/menit Pernapasan : 22 kali/menit Suhu : 36,9°C. Abdomen Kandung kemih : kosong DJJ : 145 kali/menit kembung : Tidak ada 1 A: Ny "I" Umur 29 Tahun G2P1A0 Umur Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi 1 pala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis Masalah : konstipasi teratasi sebagian P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Evaluasi : ibu mengetahui hasil dari pemeriksaan yang telah dilakukan dan ibu tidak khawatir dengan keadaannya. - Mengingatnkan ibu untuk tetap istirahat tidur dengan cukup Malam: 7-8 jam Siang : 1-2 jam Evaluasi : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup - Menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi air putih minimal 8 gelas perhari Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan - Menganjurkan mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi akan serat seperti (bayam, kubis, brokoli). Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan - Menganjurkan ibu untuk tetap memperhatikan penkes tentang personal hygiene yaitu menjaga kebersihan diri pada area genitalia yaitu dengan cara cebok dari depan ke belakang serta ganti pakaian dalam Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan	

	dan mengikuti anjuran yang diberikan	
	6. Memberikan ibu buah pepaya sebanyak 30 gr atau 1-2 potong pada pagi hari untuk mengatasi masalah konstipasi Evaluasi : Ibu sudah makan buah pepaya yang diberikan sampai habis	
	7. Menganjurkan ibu untuk tidak menahan BAB agar tidak terjadi BAB keras Evaluasi : Ibu mengerti dan anak mengikuti anjuran untuk tidak menahan BAB	
	8. Intervensi dilanjutkan	

CATATAN PERKEMBANGAN KUNJUNGAN KE VI

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Rabu/ 01 April 2026 07.37 WIB	S: - Ibu mengatakan sudah BAB dengan lancar dan terasa tuntas - Ibu mengatakan BAB tidak keras lagi - Ibu mengatakan perutnya sudah nyaman O: Keadaan Umum : Baik 2 kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 110/70 mmHg Nadi : 88 kali/menit Pernapasan : 23 kali/menit Suhu : 36,9°C. Abdomen Kandung kemih : kosong DJJ : 147 kali/menit kembung : Tidak ada 1 A: Ny "I" Umur 29 Tahun G2P1A0 Umur Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi 1 pala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis Masalah : konstipasi teratasi P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Evaluasi : ibu mengetahui hasil dari pemeriksaan yang telah dilakukan dan ibu tidak khawatir dengan keadaannya. - Mengingatkan ibu untuk tetap istirahat tidur dengan cukup Malam: 7-8 jam Siang : 1-2 jam Evaluasi : Ibu mengerti dan akan istirahat dan	

	tidur yang cukup 3. Meningkatkan kembali ibu untuk mengkonsumsi air putih minimal 8 gelas perhari Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan 4. Meningkatkan kembali mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi akan serat seperti (bayam, kubis, brokoli). Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan 5. Mengajukan ibu untuk tetap memperhatikan penkes tentang personal hygiene yaitu menjaga kebersihan diri pada area genitalia yaitu dengan cara cebok dari depan ke belakang serta ganti pakaian dalam Evaluasi : Ibu mengerti atas penjelasan yang diberikan dan mengikuti anjuran yang diberikan 6. Memberikan ibu buah pepaya sebanyak 30 gr atau 1-2 potong pada pagi hari untuk mengatasi masalah konstipasi Evaluasi : Ibu sudah makan buah pepaya yang diberikan sampai habis 7. Mengajukan ibu untuk tidak menahan BAB agar tidak terjadi BAB keras Evaluasi : Ibu mengerti dan anak mengikuti anjuran untuk tidak menahan BAB 8. Intervensi dihentikan	
--	---	--

D. PEMBAHASAN

Pelaksanaan Asuhan kebidanan dalam Laporan Tugas akhir ini telah penulis lakukan dari tanggal 27 Maret 2026 terhadap Ny "I" umur 29 tahun G2P1A0 usia kehamilan 37 minggu kehamilan trimester III fisiologis dengan masalah konstipasi. Penulis akan menguraikan pembahasan berdasarkan pengkajian, interpretasi data, masalah potensial, tindakan segera, intervensi, implementasi dan evaluasi.

1. Pengkajian

Pelaksanaan pengkajian telah dilakukan dari hasil anamnesa dan pemeriksaan fisik pada Ny "I" umur 29 tahun G2P1A0 usia kehamilan 37 minggu, hal ini karena ada kerjasama pada ibu dan bidan.

Sesuai teori (Indrianti & alvina, 2023). Pengkajian yang dilakukan pada ibu hamil meliputi. Data subjektif ibu mengeluh tidak BAB sudah $\pm$ 10 hari, ibu mengatakan feses nya keras dan data objektif meliputi pemeriksaan awal TB: 149 ¹⁶cm, BB: 55 kg, LILA: 26 cm, TFU TM3 28 cm, DJJ: 144x/menit, ibu sudah mendapat imunisasi T5, tablet FE yang diminum pada TM1: 45 butir, pada TM2: 93 butir, dan pada TM3: 55 butir, ibu mengatakan sudah ANC sebanyak 8 kali pada TM 1 satu kali pemeriksaan dilakukan oleh bidan, pada TM2 empat kali pemeriksaan dilakukan oleh bidan 2 kali USG 2 kali dan TM3 tiga kali pemeriksaan dilakukan oleh bidan 2 kali dan USG 1 kali, pada saat dilakukan pemeriksaan terdapat kesenjangan antara teori dan praktek dimana yang seharusnya standar ANC pada TMI dua kali pemeriksaan dilakukan oleh bidan satu kali dan dokter satu kali, akan tetapi ibu ANC pada TMI hanya satu

kali dan dilakukan oleh bidan karena ibu baru mengetahui kehamilannya pada usia 11 minggu

2. Interpretasi data

Berdasarkan data subjektif dan objektif yang diperoleh, ditegakkan diagnosa kebidanan ¹ pada Ny "I" Umur 29 Tahun G2P1A0 usia Kehamilan 37 minggu, intrauteri, ¹ janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ¹ ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis. Dengan masalah konstipasi. Diagnosa ditegakkan sesuai teori yang menyatakan bahwa konstipasi umumnya terjadi pada ibu hamil trimester III dan peningkatan hormon progesteron memengaruhi fungsi sfingter anal serta menurunkan motilitas lambung dan usus sehingga waktu pengosongan lambung menjadi lebih lama. Selain itu, efek tekan dari rahim yang membesar seiring pertumbuhan janin menyebabkan sumbatan mekanis pada usus (Yanti & Chairiyah, 2022), sehingga menyebabkan konstipasi. Dengan demikian tidak terdapat kesenjangan antara teori dan hasil pengkajian kasus.

3. Identifikasi diagnosa / Masalah potensial

Berdasarkan hasil pengkajian ditemukan masalah potensial. Jika konstipasi dibiarkan berlangsung terus menerus dapat menyebabkan timbulnya hemoroid akibat terjadinya konstipasi, ibu hamil akan menjadi terlalu sering mengejan ketika buang air besar dan otot-otot pada pembuluh darah di anus melemah akibat keduanya dapat mempertinggi kemungkinan terjadinya hemoroid pada ibu hamil, sehingga menimbulkan kesulitan saat proses

persalinan pervagina (Evayanti & Ediyono, 2024). Dengan demikian tidak terdapat kesenjangan antara teori dan hasil pengkajian kasus.

4. Tindakan segera

Pada kasus Ny. I tidak ditemukan adanya kegawatdaruratan sehingga tidak memerlukan tindakan segera, keadaan ⁹ tanda-tanda vital ibu dalam keadaan normal dan tidak didapatkan keadaan yang mengancam.

5. Intervensi

Perencanaan asuhan disusun berdasarkan diagnosa dan kebutuhan ibu. Intervensi yang diberikan yaitu, Informasi tentang hasil pemeriksaan kehamilan, Informasi tentang ketidaknyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil TM III, Konseling tentang nutrisi dan cairan, Konseling tentang personal hygiene, Konseling tentang istirahat tidur, Konseling tentang kebutuhan nutrisi, Konseling tentang mobilisasi, Konseling tentang tanda bahaya kehamilan TM III, Informasi tentang kunjungan ulang dan perencanaan asuhan sesuai masalah ibu yaitu, penyebab terjadinya konstipasi, anjurkan ibu mobilisasi atau olahraga ringan, anjurkan minum air putih yang cukup serta makanan yang mengandung serat tinggi, anjurkan tidak menahan BAB, serta beritahu ibu untuk mengonsumsi potongan buah pepaya 25-30 gram atau setara 1-2 potong perhari pada pagi hari selama 4-7 hari (Wulan et al., 2023). Perencanaan telah disusun berdasarkan diagnosa, masalah dan kebutuhan sehingga tidak terdapat kesenjangan antara teori dan hasil kasus.

6.Implementasi

Perencanaan asuhan dilakukan sesuai intervensi yang telah direncanakan yaitu menjelaskan ketidaknyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil TM III, memberikan penkes mengenai tablet FE, memberikan penkes tentang personal hygiene, memberikan penkes tentang istirahat tidur, memberikan penkes tentang kebutuhan nutrisi, memberikan penkes tentang tanda bahaya kehamilan TM III, memberikan penkes mengenai kebutuhan mobilisasi, memberikan penkes tentang cairan, menganjurkan ibu tidak menahan BAB, serta memberi bu untuk mengonsumsi potongan buah pepaya 25-30 gram atau setara 1-2 potong perhari pada pagi hari selama 4-7 hari. Implementasi dapat dilaksanakan dengan baik sesuai dengan apa yang telah direncanakan, dan dengan adanya kerja sama dengan ibu. Dengan demikian tidak terdapat kesenjangan antara teori dan pelaksanaan asuhan kebidanan pada Ny I.

7.Evaluasi

Hasil evaluasi pada tanggal 27 Februari 2026 didapatkan ibu mengerti tentang kondisinya dalam keadaan normal. Dan ibu bersedia untuk dilakukan intervensi dalam mengartasi masalah yang dialami yaitu susah BAB dengan pemberian buah pepaya sebanyak 1-2 potong per hari atau 30 gr yang akan diberikan sampai masalah ibu teratasi.

Tanggal 28 maret 2026 didapatkan kondisi ibu belum BAB dan merasa tidak nyaman dengan keadaannya perut terasa kembung. ¹Asuhan yang di berikan pada ibu sesuai dengan masalah dan kebutuhan yang di alami oleh ibu yaitu memberikan buah pepaya sebanyak 1-2 potong per hari atau 30 gr dan minum

air putih sebanyak 8-10 gelas per hari, dan menganjurkan ibu untuk olahraga ringan seperti berjalan di pagi hari. Masalah konstipasi belum teratasi.

Tanggal 29 maret 2026 didapatkan kondisi ibu belum BAB dan merasa tidak nyaman dengan keadaannya. ¹Asuhan yang di berikan pada ibu sesuai dengan masalah dan kebutuhan yang di alami oleh ibu yaitu memberikan buah pepaya sebanyak 1-2 potong per hari atau 30 gr dan minum air putih sebanyak 8-10 gelas per hari, dan menganjurkan ibu untuk olahraga ringan seperti berjalan di pagi hari. Masalah konstipasi belum teratasi.

Tanggal 30 maret 2026 didapatkan kondisi ibu sudah BAB tetapi BAB masih keras dan pecah-pecah. ¹Asuhan yang di berikan pada ibu sesuai dengan masalah dan kebutuhan yang di alami oleh ibu yaitu memberikan buah pepaya sebanyak 1-2 potong per hari atau 30 gr dan minum air putih sebanyak 8-10 gelas per hari, dan menganjurkan ibu untuk olahraga ringan seperti berjalan di pagi hari. Masalah konstipasi teratasi sebagian.

Tanggal 31 April 2026 didapatkan kondisi ibu sudah BAB tetapi BAB masih agak keras dan terasa tidak tuntas. ¹Asuhan yang di berikan pada ibu sesuai dengan masalah dan kebutuhan yang di alami oleh ibu yaitu memberikan buah pepaya sebanyak 1-2 potong per hari atau 30 gr dan minum air putih sebanyak 8-10 gelas per hari, dan menganjurkan ibu untuk olahraga ringan seperti berjalan di pagi hari. Masalah konstipasi teratasi sebagian.

Tanggal 01 April 2026 didapatkan kondisi ibu sudah BAB dan BAB nya lebih lunak dari hari sebelumnya. Asuhan yang di berikan pada ibu sesuai dengan masalah dan kebutuhan yang di alami oleh ibu yaitu memberikan buah pepaya

sebanyak 1-2 potong per hari atau 30 gr dan minum air putih sebanyak 8-10 gelas per hari, dan menganjurkan ibu untuk olahraga ringan seperti berjalan di pagi hari. Masalah konstipasi teratasi sebagian.

Tanggal 02 April 2026 didapatkan kondisi ibu sudah BAB dengan lancar dan terasa tuntas dan perutnya terasa nyaman. Asuhan yang di berikan mengingatkan kembali ibu untuk mengonsumsi buah pepaya sebanyak 1-2 potong per hari atau 30 gr dan minum air putih sebanyak 8-10 gelas per hari, dan menganjurkan ibu untuk olahraga ringan seperti berjalan di pagi hari. Masalah konstipasi teratasi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penatalaksanaan asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. I dengan konstipasi di PMB “R” dilakukan pada tanggal 27 Maret 2026. Maka penulis menyimpulkan bahwa asuhan kebidanan pada Ny. I hamil TM III, fisiologis. Pada hal ini penulis menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengkajian

Pengkajian dilakukan melalui pengumpulan data subjektif dan objektif. Data subjektif menunjukkan bahwa ibu mengalami konstipasi, sedangkan data objektif menunjukkan bahwa kondisi ibu dan janin berada dalam batas normal dengan. Hal ini menunjukkan bahwa masalah konstipasi yang dialami ibu merupakan kondisi fisiologis yang normal dan sering dialami pada ibu hamil TM III.

2. Interpretasi Data

Setelah menganalisis data berdasarkan data subjektif dan objektif yang diperoleh, ditegakkan diagnosa kebidanan: Ny “I” Umur 29 Tahun G2P1A0 usia Kehamilan 37 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan janin lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, Hamil Trimester III Fisiologis. Dengan masalah konstipasi

3. Identifikasi diagnosa / Masalah potensial

Berdasarkan hasil pengkajian ditemukan masalah potensial. Jika konstipasi dibiarkan berlangsung terus menerus dapat menyebabkan timbulnya hemoroid akibat terjadinya konstipasi. Setelah diberikan asuhan kebidanan masalah potensial tidak terjadi.

4. Tindakan Segera

Pada kasus Ny. I tidak ditemukan adanya kegawatdaruratan sehingga tidak memerlukan tindakan segera, keadaan ⁹ tanda-tanda vital ibu dalam keadaan normal dan tidak didapatkan keadaan yang mengancam.

5. Intervensi

Intervensi yang diberikan, perencanaan asuhan disusun berdasarkan diagnosa dan kebutuhan ibu yaitu tentang hasil pemeriksaan, ketidaknyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil TM III, memberikan penkes mengenai tablet FE, memberikan penkes tentang personal hygiene, memberikan penkes tentang istirahat tidur, memberikan penkes tentang kebutuhan nutrisi, memberikan penkes tentang tanda bahaya kehamilan TM III, memberikan penkes mengenai kebutuhan mobilisasi, memberikan penkes tentang cairan, menganjurkan ibu tidak menahan BAB, serta mengonsumsi buah pepaya 25-30 gram atau setara 1-2 potong perhari pada pagi hari selama 4-7 hari.

6. Implementasi

Perencanaan asuhan dilakukan sesuai intervensi yang telah direncanakan yaitu menjelaskan ketidaknyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil TM III, memberikan penkes mengenai tablet FE, memberikan penkes tentang personal hygiene, memberikan penkes tentang istirahat tidur, memberikan penkes tentang kebutuhan nutrisi, memberikan penkes tentang tanda bahaya kehamilan TM III, memberikan penkes mengenai kebutuhan mobilisasi, memberikan penkes tentang cairan, menganjurkan ibu tidak menahan BAB, serta mengonsumsi buah pepaya untuk mengatasi kondisi konstipasi ibu. Dengan demikian tidak terdapat kesenjangan antara teori dan hasil pengkajian kasus.

7. Evaluasi

Hasil evaluasi menunjukkan ¹ bahwa tanda-tanda vital ibu dalam batas normal dan masalah konstipasi ibu teratasi setelah 6 hari pemberian intervensi serta ibu menjadi lebih tenang dan nyaman dengan kondisinya saat ini.

8. Kesenjangan Antara Teori dan Praktik

Berdasarkan hasil pelayanan, tidak ditemukan perbedaan antara teori dan praktik. Seluruh intervensi sesuai dengan standar pelayanan dengan demikian, pelayanan yang diberikan efektif dalam mengatasi konstipasi pada ibu hamil.

B. Saran

1. Bagi instansi pendidikan

Dengan telah dibuat nya laporan asuhan kebidanan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kemampuan dan keterampilan mahasiswa dalam menerapkan atau mengaplikasikan studi yang didapatkan dalam mendukung pembuatan laporan asuhan kebidanan bagi mahasiswa

2. Bagi klien dan keluarga

Diharapkan klien mendapatkan informasi dan edukasi yang jelas tentang kehamilannya sehingga ¹ asuhan yang sudah penulis berikan dapat di implementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Dan keluarga terutama suami diharapkan dapat membantu klien dalam mengambil keputusan yang berhubungan tentang kesehatannya. Serta memberikan dukungan yang optimal kepada klien dalam melewati masa kehamilannya sehingga proses yang dijalani dapat berjalan secara fisiologis.

¹ 3. Bidan

Diharapkan dalam memberikan asuhan yang diberikan bidan bisa lebih baik lagi, memperhatikan kondisi pasien yang masih belum mengerti tentang kondisi dan masalah yang dialaminya dan mengembangkan serta menerapkan asuhan-asuhan berdasarkan evidence based.

4. Penulis

Diharapkan penulis lebih teliti dan lebih baik lagi dalam melakukan asuhan yang diberikan. Seperti mengingatkan pasien untuk melakukan asuhan-

asuhan secara mandiri dirumah, melakukan evaluasi terhadap kondisi pasien serta keberhasilan asuhan yang diberikan

ASUHAN KEBIDANAN PAYA NY "I" HAMIL TRIMESTER III DENGAN KONSTIPASI DI PMB WILAYAH KERJA PUSKESMAS WATAS MARGA TAHUN 2026

ORIGINALITY REPORT

13%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet	743 words — 10%
2	repository.unjaya.ac.id Internet	47 words — 1%
3	bidan-ema.blogspot.com Internet	37 words — < 1%
4	repository.stikessaptabakti.ac.id Internet	30 words — < 1%
5	Kiki Megasari. "ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL DENGAN KONSTIPASI DI PMB HASNA DEWI PEKANBARU TAHUN 2020", Prosiding Hang Tuah Pekanbaru, 2021 Crossref	24 words — < 1%
6	repository.poltekkeskupang.ac.id Internet	20 words — < 1%
7	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet	18 words — < 1%
8	www.slideshare.net Internet	18 words — < 1%

9	repository.poltekkes-kaltim.ac.id Internet	16 words — < 1 %
10	journal.poltekborneomedistra.ac.id Internet	14 words — < 1 %
11	www.measiamagazine.net Internet	13 words — < 1 %
12	Fera Safitri Fera Safitri, Liva Maita Liva Maita. "ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN ENDORPHIN MASSAGE UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG DI PMB DELIANA SARAGIH KOTA PEKAN BARU TAHUN 2020", Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal), 2021 Crossref	12 words — < 1 %
13	eprints.umpo.ac.id Internet	10 words — < 1 %
14	Santika Sri Dewi, Desi Hidayanti. "Sri Dewi", Jurnal Kesehatan Siliwangi, 2023 Crossref	9 words — < 1 %
15	text-id.123dok.com Internet	9 words — < 1 %
16	Niken Ayu Ningtias, Siti Rohani, Psiari Kusuma Wardani, Linda Puspita. "STUDI KASUS ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF PADA NY.Y DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN RINA APRIYANTI, A.Md.Keb, SKM, MH KECAMATAN PRINGSEWU KABUPATEN PRINGSEWU", Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH), 2023 Crossref	8 words — < 1 %
17	eprints.udb.ac.id Internet	

8 words — < 1%

18 repository.itsk-soepraoen.ac.id
Internet

8 words — < 1%

EXCLUDE QUOTES OFF

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY OFF

EXCLUDE SOURCES OFF

EXCLUDE MATCHES OFF