

P01740223021_HILDA_DAMAIYANTI_D3_Kebidanan_Curup_...

 Boğaziçi Üniversitesi

Document Details

Submission ID

trn:oid::3117:613735912

Submission Date

Aug 11, 2026, 11:09 PM GMT+7

Download Date

Aug 11, 2026, 11:11 PM GMT+7

File Name

P01740223021_HILDA_DAMAIYANTI_D3_Kebidanan_Curup_2026-08-11.pdf

File Size

2.1 MB

45 Pages

8,219 Words

54,975 Characters

2% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Small Matches (less than 8 words)

Top Sources

- 2%  Internet sources
- 0%  Publications
- 0%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

2%	 Internet sources
0%	 Publications
0%	 Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repository.poltekkesbengkulu.ac.id	1%
2	Internet	repository.poltekkeskupang.ac.id	<1%
3	Internet	www.scribd.com	<1%
4	Internet	estervhyrien14.blogspot.com	<1%
5	Internet	juliantiyadihalah.blogspot.com	<1%

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Kehamilan adalah suatu keadaan dimana diawali dengan terjadinya konsepsi sampai lahirnya bayi dari dalam kandungan, lamanya kehamilan normal yaitu 280 hari (40 minggu/ 9 bulan 7 hari) yang dihitung dari hari pertama haid terakhir. (Subagio Sri Utami 2025) Selama kehamilan, seorang ibu mengalami Perubahan psikologis yang paling umum adalah kecemasan, kegelisahan, ketakutan, dan delusi.(Zakiyah imrona 2024)

Menurut SDKI 2019 dalam (Febrina dkk 2025) di dapati kejadian insomnia di indonesia pada ibu hamil trimester 3 sebanyak 78% , umumnya kebutuhan ibu orang dewasa yakni selama 7-8 jam, untuk ibu hamil bisa mencapai 10 jam

Kondisi yang menyebabkan gangguan tidur pada wanita hamil adalah perubahan fisik dan emosi selama kehamilan. Perubahan fisik yang terjadi seperti rasa mual dan muntah dipagi hari, meningkatnya frekuensi buang air kecil, pembesaran uterus, nyeri punggung dan pergerakan janin. Sedangkan perubahan emosi meliputi kecemasan, rasa takut dan depresi. Rasa tidak nyaman selama kehamilan dan kecemasan menghadapi persalinan menyebabkan gangguan pola tidur pada wanita hamil. (Mu & Tri Purnani, 2022).

Kurangnya kualitas tidur pada ibu hamil berdampak terhadap proses persalinan, menurunkan interaksi antara ibu dan bayi,atau ibu dan

keluarga, juga berdampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi. Kualitas tidur yang baik akan menjaga kesehatan ibu selama hamil serta memberikan kesehatan ibu dengan memberikan cukup energi saat persalinan. Solusi untuk memperbaiki kualitas tidur ibu bisa dilakukan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Beberapa cara non farmakologi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur ibu hamil adalah prenatal yoga, relaksasi, aroma terapi, sleep hygiene ataupun back massage. (Zakiyah et al., n.d.)

Kualitas tidur yang buruk memiliki dampak yang langsung terjadi terhadap kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya. Jika waktu tidur ibu hamil rata-rata setiap malamnya hanya 3-4 jam bahkan kurang, maka hal tersebut dapat menurunkan sistem kekebalan tubuh dan mudah mengalami stress. Selain itu apabila kualitas tidur tidak terpenuhi, hal tersebut dapat mengakibatkan ibu hamil mengalami preeklamia atau hipertensi, pertumbuhan janin intrauteri terhambat, serta perubahan psikologis. Terganggunya tidur, seperti waktu tidur yang pendek merupakan penentu utama kesehatan metabolic, meningkatnya berat badan yang signifikan, serta dapat beresiko mengalami diabetes gestasional. Oleh karena itu, perlu adanya upaya untuk meningkatkan kualitas tidur pada ibu hamil trimester ketiga (Nailul Aliyyati et al., 2024)

Hasil penelitian Aliyyati (2024), Didapatkan bahwa aromaterapi lavender mempunyai potensi untuk membantu dalam memperbaiki kualitas tidur ibu hamil (Nailul Aliyyati et al., 2024). Aromaterapi merupakan salah

satu terapi penyembuhan yang melibatkan pemakaian minyak atsiri murni yang disuling dari berbagai bagian tanaman, bunga, maupun pohon yang masing-masing mengandung sifat terapi yang berlainan. Minyak esensial dari ekstrak bungalavender adalah sebagai aromaterapi yang memberi efek relaksasi, anti-neurodepressive dan sedasi untuk orang yang mengalami insomnia serta memperbaiki mood seseorang, menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan tingkat kewaspadaan. Senyawa polifenol yang terdapat dalam bunga lavender memiliki potensi sebagai antioksidan, menghambat aktivitas radikal bebas, anti-terbakar, antivirus, anti kanker, dan penyakit yang berhubungan dengan jantung dimana kandungan terbanyak adalah linalyl asetat dan linalool yang dapat memberikan efek rileksasi (Sinulingga et al., 2023)

Hal tersebut membuktikan bahwa Penggunaan aromaterapi lavender dapat membantu mengurangi ibu hamil trimester III yang mengalami insomnia karena dapat memberikan ketenangan dan relaksasi pada saraf dan otot-otot yang tegang dan hal ini akan membantu ibu hamil untuk meningkatkan kualitas dan lama tidurnya. Pemberian aromaterapi lebih aman pada ibu hamil daripada pemakaian obat tidur yang tidak diperbolehkan pada ibu hamil. Pemberian aromaterapi dengan cara inhalasi lebih cepat diabsorpsi dibandingkan dengan pemberian obat oral, karena proses inhalasi melewati saluran nafas dan epitel paru-paru dan hanya memerlukan waktu beberapa detik untuk sampai ke dalam sistem peredaran darah. (Mu & Tri Purnani, 2022)

Hasil penelitian Iswara 2021, di dapatkan ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur ibu hamil trimester III, Pemberian aromaterapi lavender sebanyak 5 tetes pada difusser ultrasonic aroma ruangan selama 15 menit, terjadi peningkatan durasi dan kualitas,

Pada PMB "TW" didapatkan data bahwa ibu hamil TM III yang datang untuk melakukan pemeriksaan sebanyak 10 orang dan terdapat 3 orang mengeluh sulit tidur pada malam hari. Berdasarkan data diatas, bahwa masih terdapat ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan sulit tidur (insomnia), sehingga penulis tertarik untuk mengambil kasus tersebut sebagai laporan tugas akhir.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik mengambil judul LTA yaitu: Asuhan kebidanan pada ibu hamil Trimester III dengan gangguan kualitas tidur di PMB"... Tahun 2026

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka yang menjadi rumusan masalah pada kasus ini yaitu: "Bagaimana asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur di PMB "...Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026?"

C. Tujuan

1) Tujuan umum

Memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah gangguan kualitas tidur di PMB “...” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026

2) Tujuan khusus

- a. Melakukan pengakajian dengan mengidentifikasi data subjektif dan objektif pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur
- b. Melakukan interpretasi meliputi diagnosa, masalah dan kebutuhan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur
- c. Menentukan diagnosa/masalah potensial pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur
- d. Menentukan kebutuhan segera pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur
- e. Menyusun rencana tindakan kebidanan asuhan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur
- f. Memberikan tindakan/implementasi asuhan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur
- g. Mengevaluasi asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur
- h. Mengetahui kesenjangan antara teori dan kasus kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Hasil studi kasus asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan menambah ilmu pengetahuan penanganan masalah gangguan tidur pada ibu hamil.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi tenaga kesehatan

Hasil penulisan LTA ini dapat dimanfaatkan sebagai masukan dalam pemberian asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan peningkatan kualitas tidur.

b. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penulisan LTA ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi untuk penulisan laporan selanjutnya dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah gangguan kualitas tidur.

c. Bagi Masyarakat

Agar masyarakat sekitar dapat melakukan deteksi dini yang mungkin timbul pada ibu hamil trimester III dengan gangguan kualitas tidur, sehingga dapat memungkinkan segera akan mencari pertolongan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di PMB Bdn. Tri Wilaida, SST yang beralamat di Jl. Penelitian ini dilaksanakan di PMB Bdn. Tri Wilaida, SST yang beralamat di Jl. Madrasah No.07, Sukaraja, Kecamatan Curup Timur, Kabupaten Rejang Lebong, Bengkulu 39119. PMB tersebut berada di kawasan pemukiman warga sehingga masyarakat dapat dengan mudah menjangkau fasilitas pelayanan kesehatan ini. Lokasi PMB tersebut termasuk ke dalam wilayah kerja Puskesmas Curup Timur dengan luas wilayah sekitar 812 hektar. Letaknya yang cukup strategis menjadikan pelayanan kesehatan lebih mudah diakses oleh masyarakat sekitar.

Kecamatan Curup Timur memiliki posisi wilayah yang mendukung terselenggaranya pelayanan kesehatan masyarakat, khususnya pelayanan kebidanan dan kesehatan ibu serta anak. Dengan akses yang cukup baik dan berada di lingkungan yang ramai penduduk, keberadaan PMB ini sangat membantu masyarakat dalam memperoleh pelayanan kesehatan dasar maupun lanjutan.

Survey awal yang dilakukan di PMB “TW” di wilayah kerja Puskesmas Curup Timur dari bulan Januari – Juli 2026 terdapat ibu hamil trimester 3 sebanyak 100 orang. Studi pendahuluan yang dilakukan di PMB “TW”, peneliti melakukan wawancara kepada ibu hamil mengalami insomnia, diketahui dari 10 ibu hamil terdapat 7 ibu hamil yang mengalami insomnia. Hal ini disebabkan karena di malam hari belum bisa memulai tidurnya. dilakukan di PMB “TW”, peneliti melakukan wawancara kepada ibu hamil mengenai tentang insomnia, diketahui dari 10 ibu hamil terdapat 7 ibu hamil yang mengalami insomnia.

B. Hasil

1. Manajemen Asuhan Kebidanan Kehamilan

ASUHAN KEBIDANAN IBU HAMIL TRIMSTER III PADA NY "N" UMUR 28 TAHUN G1P0A0 DENGAN INSOMNIA DI PMB "TW" WILAYAH KERJA PUSKESMAS CURUP TIMUR KABUPATEN REJANG LEBONG TAHUN 2026

Hari/tanggal pengkajian : Selasa, 07 Juli 2026
Jam pengkajian : 18.19 WIB
Tempat pengkajian : Rumah Ny. N
Pengkaji : Hilda Damaiyanti

I. PENGKAJIAN

A. Data Subjektif

Biodata ibu dan suami

Nama Ibu	: Ny. N	Nama Suami	: Tn. I
Umur	: 28 Tahun	Umur	: 26 Tahun
Agama	: Islam	Agama	: Islam
Pendidikan	: S1	Pendidikan	: SMA
Pekerjaan	: PNS	Pekerjaan	: Wiraswasta
Alamat	: Tempel Rejo	Alamat	: Tempel Rejo

1. Keluhan utama

Ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya, ibu mengatakan ini kehamilan ke 1, ibu mengatakan tidak pernah

keguguran sebelumnya.ibu mengatakan HPHT nya tanggal 19 november 2025,ibu mengatakan merasakan gerakan janinnya , tidak ada nyeri bagian perut saat janin bergerak dan ibu mengeluh susah memulai tidur pada malam hari kehamilan Trimester III.

2. Riwayat Kesehatan

a. Riwayat kesehatan sekarang

Ibu mengatakan tidak sedang menderita penyakit menular seperti TBC hepatitis, penyakit keturunan seperti jantung, asma, hipertensi dan lainnya.

b. Riwayat kesehatan yang lalu

Ibu mengatakan tidak pernah menderita penyakit menular seperti TBC hepatitis, penyakit keturunan seperti jantung, asma, hipertensi dan lainnya.

c. Riwayat kesehatan keluarga

Ibu mengatakan didalam keluarganya tidak ada yang menderita penyakit menular maupun penyakit keturunan.

3. Riwayat pernikahan

Pernikahan ke : 1

Lama pernikahan : 1 tahun

Status pernikahan : Sah

4. Riwayat menstruasi

Menarche : 13 tahun

Siklus : 28 hari

Pola : teratur

Lamanya : 7 hari

Banyaknya : 3 kali ganti pembalut

Masalah : Tidak ada

5. Riwayat kehamilan, persalinan dan nifas yang lalu

N O	Kehamilan			Persalinan						bayi	ke t
	UK	ANC	TT	Tgl	Temp at	Penol ong	Penyulit	Jenis	Jk/ BB	Hidup/ Mati	

6. Riwayat kehamilan sekarang

Hamil anak ke : G1P0A0

Umur kehamilan : 33 Minggu

HPHT : 19 November 2025

TP : 24 Agustus 2026

Status TT : T4

ANC

Trimester 1 : 1×(bidan), 3x dokter

Keluhan : Mual muntah

Obat-obatan : kalsium dan Fe

FE : 30 butir

TB : 149 cm

BB sebelum hamil : 68 kg

IMT : 30,62 (obesitas)

LILA	: 32 cm
Trimester II	: 1× (bidan), 1x (dokter)
Keluhan	: tidak ada
Obat-obatan	: Vit C, Fe, dan kalsium
FE	: 30 butir
BB naik	: 7 kg
Data penunjang	
USG	: dilakukan
Malaria	: Tidak di daerah endemis
Trimester III	: (4× bidan dan 2× dokter)
Keluhan	: susah untuk memulai tidur di malam hari
Obat-obatan	: Multivitamin, Fe, kalsium
Fe	: 90 butir
USG	: dilakukan
BB naik	: 5 Kg
Data penunjang	
Urin protein	: (-)
Hepatitis B	: NR
HIV	: NR
Sifilis	: NR
Golongan darah	: O

HB : 11 gr% Dilakukan pada 07
Juli 2026

7. Riwayat kontrasepsi

Alat kontrasepsi : tidak ada

Lama pemakaian : tidak ada

Masalah : Tidak ada

8. Pemenuhan kebutuhan sehari-hari (selama kehamilan)

a. Nutrisi

1) Makan

Pola : 3 kali sehari

Jenis : pagi : nasi uduk 2 centong berserta
lauknya dan minum air putih

Siang : nasi putih 2 centong, ayam
goreng sedang 1, semangkuk
kecil sayur asam dan 1 buah
jeruk

Malam : nasi putih 2 centong, telur
ayam kampung 2 butir,
semangkuk kecil sayur
asam dan 1 buah jeruk

2) Minum

Frekuensi : 8 gelas sehari

Jenis : air putih

b. Eliminasi

1) BAB

Frekuensi : 2 kali sehari

Warna : kuning kecoklatan

Konsistensi : lembek

Bau : Khas feses

Masalah : Tidak ada

2) BAK

Frekuensi : 6 kali sehari

Warna : kuning jernih

Bau : khas urine

Masalah : Tidak ada

c. Istirahat dan tidur

Tidur Siang : 1 jam

Tidur Malam : 5 jam

Masalah : susah memulai tidur di malam hari

d. Pola personal hygiene

Mandi : 2 kali sehari

Cuci rambut : 4 kali seminggu

Gosok gigi : 3 kali sehari

Ganti pakaian dalam : 3 kali sehari

e. Aktivitas

Jenis Aktivitas : aktifitas bekerja di kantor

Masalah : Tidak ada

f. Hubungan seksual

Frekuensi : 1 kali/ minggu

Masalah : Tidak ada

g. Keadaan psikososial dan spiritual

Hubungan suami dengan istri : Baik

Hubungan istri dengan keluarga : Baik

Kehamilan yang direncanakan : Ya

Keyakinan Terhadap agama : Taat

B. DATA OBJEKTIF

1. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : composmentis

TTV

Tekanan darah : 120/80 mmhg

Nadi : 85x/menit

Pernapasan : 22 x/menit

Suhu : 36,5 °C

BB sekarang : 78 Kg (kenaikan BB 10 kg)

Golongan Darah : O

2. Pemeriksaan fisik

a. Kepala

Bentuk simetris, keadaan bersih, warna rambut hitam, distribusi rambut merata, tidak ada kerontokan, tidak ada benjolan, tidak ada nyeri tekan

b. Muka

Keadaan tidak pucat, tidak ada cloasma gravidarum, tidak ada oedema, tidak ada nyeri tekan

c. Mata

Bentuk simetris, keadaan bersih, konjungtiva an-anemis, sclera an- ikterik, tidak ada kelainan

d. Hidung

Keadaan bersih, tidak ada pengeluaran, tidak ada polip, tidak ada nyeri tekan

e. Mulut dan gigi

Bersih, mukosa bibir lembab, lidah bersih, gigi lengkap, tidak ada caries, tidak ada stomatitis, tidak ada kelainan

f. Leher

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

g. Payudara

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

tidak ada nyeri tekan, pengeluaran colostrum (+)

h. Abdomen

1) Inspeksi

Pembesaran : Sesuai usia kehamilan

Bekas operasi : Tidak ada

Striae gravidarum : Tidak ada

Linea nigra : Ada

2) Palpasi

Leopold I : Tinggi fundus uteri 31 cm atau 3 jari di bawah PX dan bagian fundus ibu teraba bulat lunak tidak ada lentingan kemungkinan bokong

Leopold II : Bagian kanan perut ibu teraba bagian keras tahanan memanjang memungkinkan punggung dan bagian kiri perut ibu teraba bagian kecil janin kemungkinan ekstermitas bayi

Leopold III : Pada bagian bawah perut ibu teraba bagian bulat, keras, dan ada lentingan. Bagian terbawah janin masih bisa di goyangkan (belum masuk PAP)

Leopold IV : Tidak dilakukan

2

TBJ (Tafsiran Berat Janin)

TBJ belum masuk PAP : (TFU-12) X 155

(31-12) X 155 = 2.945 gram

3) Auskultasi

Puctum maksimum : 1-2 jari dibawah pusat

DJJ : (+)

Irama : Teratur

Intensitas : Kuat

Frekuensi : 142 x/menit (PUKA)

i. Punggung

Tidak ada kelainan tulang, tidak ada pembengkaan, CVA :(-)

j. Ekstermitas atas dan bawah

Ekstermitas atas : bersih, warna kuku tidak pucat, tidak ada oedema, dan tidak ada kelainan.

Ekstermitas bawah : bersih, warna kuku tidak pucat, tidak ada oedema, tidak ada varices, reflek patela(+2) dan tidak ada kelainan

3. Pemeriksaan penunjang

HB : 11 gr/dl (07 juli 2026)

Golongan darah : O

II. INTERPRETASI DATA

A. Diagnosa

Ny "N" umur 28 tahun, G1P0A0 umur kehamilan (UK) 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis

Data subjektif:

Ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya, ibu mengatakan ini kehamilan ke 1, ibu mengatakan tidak pernah keguguran sebelumnya. ibu mengatakan HPHT nya tanggal 19 November 2025, Ibu mengatakan merasakan gerakan janinnya , tidak ada nyeri bagian perut saat janin bergerak dan ibu mengeluh susah memulai tidur pada malam hari kehamilan Trimester III.

Data objektif:

Pemeriksaan Umum

Keadaan umum	: baik
Kesadaran	: Composmentis
TD	: 115/80mmhg
Nadi	: 85 x/menit
RR	: 22 x/menit
T	: 36,5 C
LILA	: 33,5 cm
BB sekarang	: 78 kg

Palpasi

Leopold I : Tinggi fundus uteri 31 cm atau 3 jari di bawah
PX dan bagian fundus ibu teraba bulat lunak
tidak ada lentingan kemungkinan bokong

Leopold II : Bagian kanan perut ibu teraba bagian keras
tahanan memanjang memungkinkan punggung
dan bagian kiri perut ibu teraba bagian kecil janin
kemungkinan ekstermitas bayi

Leopold III : Bagian kanan perut ibu teraba bagian keras
tahanan memanjang memungkinkan punggung
dan bagian kiri perut ibu teraba bagian kecil janin
kemungkinan ekstermitas bayi (belum masuk
PAP)

Leopold IV : tidak dilakukan

TBJ (Tafsiran Berat Janin)

TBJ belum masuk PAP : $(TFU-12) \times 155$

$$(31-12) \times 155 = 2.945 \text{ gram}$$

B. Masalah

Insomnia Ringan

C. Kebutuhan

1. Informasikan hasil pemeriksaan
2. Penkes tentang kebutuhan nutrisi
3. Penkes pemenuhan cairan

4. Dukungan dan support mental
5. Penkes tentang personal hygiene
6. Penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur
7. Penkes tentang mobilisasi
8. Penkes tentang ketidaknyamanan ibu hamil trimester III
9. Beritahu tentang tanda bahaya trimester III
10. Penkes tentang persiapan persalinan
11. Penkes tablet FE dan kalk
12. Penkes tentang cara mengatasi insomnia
13. Melakukan jadwal kunjungan ulang

III. MASALAH POTENSIAL

Insomnia Sedang

IV. TINDAKAN SEGERA

Tidak ada

V. INTERVENSI

No	Tujuan\ kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
Dx	Tujuan: Kehamilan ibu TM III berjalan normal tanpa ada penyulit Kriteria: 1. Keadaan umum baik 2. TTV dalam batas normal TD Sistol:100-130 mmHg Diastol:60-90 mmHg Nadi: 60-100 x/menit RR: 20-24	1. Informasikan hasil pemeriksaan 2. Penkes tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil trimester III berapa kalorinya (...kalori) dalam 1 hari dan contohnya seperti apa Proteinnya berapa: daging, ikan, telur, susu, dan kacang-kacangan Asam folat: bayam kacang merah, kacang kedelai, alpukat dan	1. menginformasikan hasil pemeriksaan kepada ibu bertujuan agar ibu dapat mengetahui keadaan dirinya beserta janinnya 2. dengan diberikan penkes tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil TM III bertujuan untuk ibu dapat mengetahui makanan yang sehat dan bergizi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dirinya dan

	x\menit T: 36,5-37,5°C Djj: 120-160 x\menit BB: ... kg 3. TFU ibu normal 4. Kebutuhan nutrisi ibu terpenuhi 5. Ibu dapat menjaga kebersihan dirinya 6. Ibu mengetahui apa saja yang dipersiapkan menjelang persalinan	wortel. Karbo: nasi roti kentang dan sereal Vitamin dan mineral: sayur-sayuran, buah-buahan, dan susu. 3. Memberikan penkes tentang kebutuhan cairan yang harus di konsumsi yaitu 10-12 gelas/hari 4. beritahu suami dan keluarga untuk memberikan dukungan, semangat dan perhatian untuk ibu hamil. 5. Penkes tentang personal hygiene pada ibu yaitu dengan mandi, cuci rambut, gosok gigi, menjaga kebersihan payudara, mengganti celana dalam minimal dua kali sehari. 6. Penkes tentang pola aktivitas seperti menganjurkan ibu untuk tidak melakukan aktifitas yang berat dan mengajurkan ibu untuk tetap menjaga kualitas tidur yaitu tidur malam $\pm 7-8$ jam dan tidur siang ± 1 jam per hari 7. Penkes tentang mobilisasi dengan cara : Menganjurkan untuk melakukan kegiatan fisik ringan seperti aktivitas kerja rumah tangga, dan jalan santai di pagi hari, Tidak mengangkat beban berat, Menghindari tidur terlentang, Pada saat dari	janinnya. 3. dengan diberikan penkes tentang kebutuhan cairan ibu hamil TM III bertujuan untuk mengetahui berapa banyak cairan yang ibu konsumsi dalam seharinya 4. suami dan keluarga memberikan dukungan kepada ibu hamil bertujuan agar ibu hamil merasa tenang dan nyaman dengan adanya dukungan dan perhatian dari orang-orang terdekat. 5. Dengan diberikan penkes personal hygiene pada ibu hamil bertujuan untuk mencegah terjadinya infeksi, dan penyakit, sehingga ibu hamil dapat menjalani kehamilannya dengan nyaman. 6. Dengan diberikan penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur bertujuan untuk membuat tubuh ibu menjadi lebih relaks, bugar dan sehat. 7. Dengan di berikan penkes tentang mobilisasi bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah, mencegah kekakuan otot.
--	--	---	---

		berbaring dan ingin bangun, miringkan terlebih dahulu badan sebelah kiri dan menganjurkan ibu melakukan senam hamil 8. Penkes tentang ketidaknyamanan ibu hamil TM III yaitu: - Sering BAK - Nyeri punggung - konstipasi - odema - Kram kaki - Insomnia - Kecemasan 9. penkes tentang tanda bahaya kehamilan TM III, yaitu: - KPD - Penglihatan kabur - Odema - Gerakan janin berkurang 10. Penkes tentang persiapan persalinan - Mengetahui tanggal perkiraan persalinan. - Suami & keluarga mendampingi ibu saat bersalin. - biaya persalinan. - Persiapan kendaraan - Memilih penolong persalinan - Menyiapkan orang yang bersedia menjadi donor darah rencana pembuatan keputusan jika terjadi kegawatdaruratan. 11. Penkes tentang pemberian tablet FE. Tablet Fe (Zat Besi) adalah suplemen mineral yang sangat krusial bagi ibu hamil. Selama kehamilan, volume darah ibu meningkat hingga 50% untuk menyuplai oksigen dan nutrisi ke janin. Zat besi	8. penkes ketidaknyamanan ibu hamil TM III bertujuan untuk mengetahui keluhan yang biasanya dialami pada ibu hamil selama kehamilan TM III dan cara untuk mengatasinya 9. penkes tentang tanda bahaya TM III pada ibu hamil bertujuan untuk mengetahui tanda bahaya pada ibu dan janin, dan jika ibu mengalaminya maka bisa segera menghubungi tenaga kesehatan. 10. Persiapan persalinan bertujuan untuk menyiapkan seluruh kebutuhan selama kehamilan maupun proses persalinan 11. Penkes pemberian tablet FE bertujuan untuk membentuk hemoglobin (HB), mencegah pendarahan saat melahirkan, menjaga stamina dan imunitas. Bagi janin yang di kandung:
--	--	---	---

		adalah komponen utama untuk membentuk hemoglobin (sel darah merah) yang membawa oksigen tersebut.pemberian tablet FE minimal 90 tablet selama masa kehamilan (1 tablet setiap hari)	mencegah BBLR, mencegah kelahiran prematur, mencegah kematian janin di dalam kandungan, dan mencegah stunting dan membantu perkembangan otak
		12. Penkes tentang cara mengatasi insomnia . Insomnia pada ibu hamil adalah kondisi ketika wanita yang sedang mengandung mengalami kesulitan untuk tidur, sering terbangun di malam hari, atau bangun terlalu awal dan tidak bisa tidur kembali.cara mengatasi insomnia yaitu menggunakan aromaterapi lavender. Lavender dikenal memiliki sifat relaksasi yang dapat menenangkan sistem saraf, mengurangi kecemasan, dan membantu tubuh lebih mudah tertidur. Dilakukan menggunakan difusser dengan tetes oil sebanyak 2- 3 tetes lalu di hirup selama kurang lebih 10-15 menit dengan jarak 1- 2 meter	12. Penkes tentang dan cara mengatasi insomnia bertujuan untuk menjelaskan penyebab insomnia secara medis, membantu mengenali gejala insomnia.
		13. Beritahu tentang kuesioner insomnia. Kuesioner insomnia digunakan sebagai alat skrining awal dan evaluasi klinis untuk mengukur tingkat keparahan, pola, serta dampak gangguan tidur yang dialami seseorang. Alat instrumen ini berbentuk rangkaian pertanyaan terstruktur yang harus dijawab oleh pasien. - Mengukur tingkat keparahan insomnia - Mendeteksi pola dan jenis gangguan tidur - Menilai dampak terhadap kualitas hidup - Evaluasi keberhasilan	13. Pemberian kuesioner ibu hamil bertujuan untuk membedakan gangguan tidur wajar/tidak, deteksi dini risiko gangguan mental perinatal, menceah komplikasi kehamilan dan persalinan, menentukan solusi yang aman tanpa obat, dan memantau kesiapan fisik ibu menjelag persalinan

		terapi atau pengobatan - Alat deteksi dini di fasilitas kesehatan 14. Melakukan jadwal kunjungan ulang	14. Anjurkan kunjungan ulang kembali bila insomnia belum teratasi
M1	Tujuan: insomnia pada ibu hamil dapat teratasi Kriteria : 1. Ibu mengatakan bisa tidur cepat pada malam hari 2. Ibu mengatakan dapat beraktivitas dengan nyaman	1. Penkes tentang penyebab insomnia faktor penyebab dari insomnia yaitu kesulitan untuk memulai tidur, sering terbangundi malam hari, sulit untuk tidur kembali, terbangun terlalu pagi, dan tubuh terasa lelah saat bangun. 2. Penkes tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil trimester III seperti Kalorinya 3.000 kal per hari: nasi kentang gandum Zat besi 35 mg per hari: daging, susu, dan biji-bijian Protein: daging, ikan, telur, susu, dan kacang-kacangan Asam folat: bayam kacang merah, kacang kedelai, alpukat dan wortel. Karbo: nasi roti kentang dan sereal Vitamin dan mineral: sayur-sayuran, buah-buahan, dan susu. 3. Anjurkan ibu untuk menggunakan aromaterapi lavender. Lavender dikenal memiliki sifat relaksasi yang dapat menenangkan sistem saraf, mengurangi kecemasan, dan membantu tubuh lebih mudah tertidur. Dilakukan menggunakan difuser dengan tetes oil sebanyak 2- 3 tetes dengan air 130 ml lalu di hirup selama kurang lebih 10-15 menit dengan jarak 1-2 meter	1. penkes tentang penyebab insomnia bertujuan agar ibu mengetahui penyebab insomnia yang terjadi pada masa kehamilan 2. penkes tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil TM III bertujuan untuk ibu dapat mengetahui makanan yang baik untuk dirinya dan janinnya. 3. kandungan dari aromaterapi lavender yaitu kandungan linalool: mestimulasi sistem saraf pusat untuk memberikan efek penenang (sedatif) kandungan linalyl asetat: berfungsi merelaksasi otot-otot yang tegang dan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis (yang memicu stres/waspada)

VI. IMPLEMENTASI

Hari/tgl/jam	Penatalaksanaan	Respon	Paraf
Selasa, 07 Juli 2026 18.19 WIB	1. Menjelaskan hasil pemeriksaan fisik kepada ibu dan keluarga tentang hasil pemeriksaan bahwa keadaan ibu dan janinnya baik, Kesadaran composmentis dan TTV dalam batas normal, TD: 115/80 mmHg, N : 85 kali/menit, RR : 22 kali/menit, T : 36,5°C, TB 149 cm, BB sebelum hamil 68 kg, BB saat hamil 78 kg, dengan kenaikan 10 kg LILA 33,5 cm, saat dilakukan palpasi Leopold I Tinggi Fundus Uteri (TFU) 31 cm presentasi bokong, Leopold II PUKA, Leopold III Presentasi punngung dan belum masuk PAP, Leopold IV tidak dilakukan , dan semua pemeriksaan fisik ibu normal serta keadaan janin baik, DJJ 142x/m.	1. Ibu dan suami mengetahui keadaan ibu dalam batas normal	
18.26 WIB	2. Memberikan penkes ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang kaya akan protein, asam folat, zat besi, kalk (daging, susu, kacang-kacangan, ikan, telur, unggas, sayur sayuran, umbi-umbian) Contoh menuanya yaitu: a. Sarapan: 1 piring sedang nasi merah (sekitar 150 gra) atau 2 lembar roti gandum panggang' 1 butir telur rebus, 1 mangkuk kecil tumis bayam dan 1 gelas air putih atau jus jeruk b. Cemilan pagi: 1 mangkuk kecil yoghurt plain (sekitar 150 gram) dan buah potong segar seperti apel dan stroberi c. Makan siang: 1 piring sedang nasi putih (150-200 gram), 1 potong besar ikan (seperti salmon, nila) ukuran sedang 100 gram di goreng maupun di	2. Ibu mengatakan sudah menerapkan makan makanan yang sehat dan bergizi seperti, ikan, daging, telur, tempe/tahu, buah-buahan	

	bakar, 1 mangkuk kecil sayur bening katuk dan 1 potong besar buah papaya atau semangka. d. Cemilan sore: 1 mangkuk kecil kacang-kacangan rebus (kacang tanah/kacang hijau) e. Makan malam: 1 piring sedang nasi putih (150 gram), 1 potong besar ayam bagian dada 100 gram bias di panggang atau di sajikan sop ayam.		
18.32 WIB	3. Memberikan penkes tentang kebutuhan cairan yang harus di konsumsi yaitu 10-12 gelas/hari	3. Ibu mau mengikuti anjuran petugas untuk memenuhi kebutuhan cairan yang di anjurkan 10/12 gelas/hari	
18.35 WIB	4. Mengajukan suami dan keluarga untuk memberikan dukungan, semangat, dan perhatian untuk ibu	4. Suami sudah memberikan dukungan, semangat dan selalu mendampingi ibu selama kehamilan	
18.38 WIB	5. Memberikan penkes cara menjaga personal hygiene ibu yaitu dengan mandi, cuci rambut, gosok gigi, menjaga kebersihan payudara, mengganti celana dalam minimal sehari dua kali sangat dianjurkan untuk ibu yang bertujuan untuk mencegah kuman sebagai sumber terjadinya infeksi, sehingga ibu dapat menjalani kehamilannya dengan nyaman	5. Ibu mengatakan sudah menjaga kebersihan dirinya dan merasa nyaman	
18.42 WIB	6. Memberikan penkes kebutuhan tentang pola aktivitas dan istirahat tidur pada ibu yaitu tidur malam ± 8 jam dan tidur siang ± 1 jam per hari yang bertujuan untuk membuat tubuh ibu menjadi lebih relaks, bugar dan sehat.	6. Ibu mengatakan akan melakukan anjuran yang diberikan.	
18.45 WIB	7. Mengajukan ibu untuk mobilisasi dengan cara : Mengajukan untuk melakukan kegiatan fisik ringan seperti aktivitas kerja	7. Ibu mengerti mobilitas yang di anjurkan dan akan mengikuti anjuran yang di sarankan	

	rumah tangga, dan jalan santai di pagi hari, Tidak mengangkat beban berat, Menghindari tidur terlentang, Pada saat dari berbaring dan ingin bangun, miringkan terlebih dahulu badan kesebelah kiri.		
18.50 WIB	8. Memberikan penkes ketidaknyamanan pada kehamilan TM III salah satunya yaitu insomnia. Insomnia adalah kesulitan untuk memulai tidur, sering terbangun di malam hari, atau bangun terlalu awal sehingga kualitas tidur berkurang. Pada trimester 3, hal ini sangat umum terjadi karena perubahan fisik dan hormonal.	8. Ibu mengerti tentang ketidak nyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil TM III dan dapat beradaptasi dengan hal-hal yang terjadi.	
19.00 WIB	9. Memberikan penkes tanda bahaya pada kehamilam TM III yaitu: Adanya perdarahan, Muntah yang berlebihan, Nyeri perut bagian bawah, Sakit kepala yang hebat, penglihatan rabun	9. Ibu mengerti dan mampu mengulangi informasi yang di sampaikan seta ibu akan mewaspadaai jika terjadi tanda tanda tersebut.	
19.05 WIB	10. Memberikan penkes persiapan persalinan, yaitu: a. Mengetahui tanggal perkiraan persalinan(TP) b. Persiapan pendamping persalinan Suami atau keluarga. c. biaya persalinan. d. Persiapan keperluan pakaian e. Persiapan kendaraan f. Memilih penolong persalinan g. Menyiapkan orang yang bersedia menjadi donor darah h. rencana pembuatan keputusan jika terjadi kegawatdaruratan.	10. Ibu mengatakan sudah menyiapkan semua persiapan persalinan, seperti - Ibu telah mengetahui TP - Ibu mengatakan saat bersalin akan di dampingi oleh suami - Ibu mengatakan telah menyiapkan biaya persalinan - Ibu mengatakn telah menyiapkan baju ganti, pakaian dalam, handuk, kain panjang, dan perlengkapan bayi sudah di masukkan ke dalam tas - Ibu mengatakan telah menyiapkan kendaraan mobil pribadi - Ibu memilih PMB "E"	

19.15 WIB	11. Menganjurkan ibu untuk tetap mengkonsumsi tablet FE dan kalk untuk asupan nutrisi pada janin, mencegah anemia dan mencegah perdarahan pada masa persalinan	sebagai penolong bersalin - Ibu mengatakan telah menyiapkan pendonor darah - Ibu mengatakan keputusan di ambil oleh ibu dan suami	
19.20 WIB	12. Menjelaskan tentang cara mengatasi keluhan insomnia dengan menggunakan aromaterapi lavender. Lavender dikenal memiliki sifat relaksasi yang dapat menenangkan sistem saraf, mengurangi kecemasan, dan membantu tubuh lebih mudah tertidur. Dilakukan menggunakan difuser dengan tetes oil sebanyak 2- 3 tetes dengan air 130 ml lalu di hirup selama kurang lebih 10-15 menit.	11. Ibu mau mengikuti anjuran yang di berikan oleh bidan dan akan tetap mengkonsumsi tablet FE dan kalk	
19.25 WIB	13. Menjelaskan kepada ibu akan dilakukan kunjungan ulang tanggal 08 juli 2026 atau jika ada keluhan agar dapat dikonsultasikan pada tenaga kesehatan	12. Ibu mau mengikuti anjuran dari bidan untuk menghirup uap aromaterapi yang di berikan sepanjang tidur malam.	
		13. Ibu mengetahui akan ada kunjungan ulang	

VII. EVALUASI

HARI/TANGGAL	EVALUASI	PARAF
Selasa, 07 Juli 2026	S: - Ibu mengatakan mengerti penjelasan yang diberikan oleh bidan - Ibu sudah bersedia dilakukan asuhan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari berturut turut O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 115/80 mmHg Nadi : 85 kali/menit Pernapasan : 22 kali/menit Suhu : 36,5°C. DJJ : 142 kali/menit A: Ny "N" umur 28 tahun G1P0A0 usia kehamilan 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis Masalah: insomnia belum teratasi P: Melakukan kontrak untuk kunjungan berikutnya Respon: ibu bersedia untuk kunjungan ulang	

CATATAN PERKEMBANGAN II

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Rabu, 08 Juli 2026	S: - Ibu mengatakan tidur malam sekitar 5 jam dan tidur siang $\pm$ 1 jam. - Ibu mengatakan sudah makan nasi 2 centong, 1 buah apel, 1 potong kecil ayam bakar, 1 mangkuk kecil tumis toge, tempe 2 potong kecil. - Ibu mengatakan sudah mengosumsi tablet Fe kemarin malam - Ibu mengatakan sudah mengosumsi tablet Fe kemarin malam O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 110/80 mmHg Nadi : 90 kali/menit Pernapasan : 22 kali/menit Suhu : 36,9°C.	

	A: Ny "N" umur 28 tahun G1P0A0 usia kehamilan 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis Masalah: Insomnia belum teratasi P: 1. Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Respon : 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 Respon : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup 3. Mengingatkan ibu untuk terus minum tablet Fe dan kalsium. Fe dikonsumsi 1x1 pada malam hari sebelum tidur dan kalsium 1x1 pada pagi hari. Tablet Fe berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan asam folat serta mencegah anemia dan perdarahan saat persalinan, kalsium berfungsi untuk pembentukan tulang pada janin. Respon : ibu mengerti dan akan minum tablet fe dan kalsium sesuai intruksi. 4. Mengingatkan ibu untuk tidak melakukan aktivitas yang berat Respon : ibu mengerti dengan penjelasan yang diberikan dan tidak melakukan aktivitas yang berat 5. Mengingatkan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan dengan menjaga pola makan. Respon : ibu mengerti dan akan menjaga pola makannya 6. Melakukan intervensi penatalaksanaan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari untuk mengatasi insomnia Respon : Ibu bersedia dilakukan penatalaksanaan berupa pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari 7. Intervensi dilanjutkan dihari ke 3	
--	---	--

CATATAN PERKEMBANGAN III

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Kamis, 09 Juli 2026	S: - Ibu mengatakan tidur malam sekitar 5 jam dan tidur siang $\pm$ 1 jam. - Ibu mengatakan sudah makan 2 centong nasi, 1 potong ikan tongkol berukuran sedang, 2 potong tempe goreng dan 3 potong buah pepaya - Ibu mengatakan sudah mengosumsi tablet Fe kemarin malam - Ibu mengatakan sudah melakukan anjuran yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi pada malam hari. O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 120/70 mmHg Nadi : 80 kali/menit Pernapasan : 20 kali/menit Suhu : 36,3°C. A: Ny "N" umur 28 tahun G1P0A0 usia kehamilan 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis Masalah: Insomnia belum teratasi P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Respon : 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 Respon : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup - Mengingatkan ibu untuk tidak melakukan aktivitas yang berat Respon : ibu mengerti dengan penjelasan yang diberikan dan tidak melakukan aktivitas yang berat - Mengingatkan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan dengan menjaga pola makan Respon : ibu mengerti dan akan menjaga pola makannya - Mengingatkan ibu untuk terus meminum tablet Fe dan kalsium. Fe dikonsumsi 1x1 pada malam hari	

	sebelum tidur dan kalsium 1x1 pada pagi hari. Tablet Fe berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan asam folat serta mencegah anemia dan perdarahan saat persalinan, kalsium berfungsi untuk pembentukan tulang pada janin. Respon : ibu mengerti dan akan minum tablet fe dan kalsium sesuai intruksi. 6. Melanjutkan intervensi penatalaksanaan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari untuk mengatasi insomnia Respon : Ibu bersedia dilakukan penatalaksanaan berupa pemberian aromaterapi lavender dan udah merasa nyaman setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender. 7. Intervensi dilanjutkan ke 4	
--	--	--

CATATAN PERKEMBANGAN IV

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Jumat, 10 Juli 2026	S: - Ibu mengatakan tidak melakukan aktivitas yang berat - Ibu mengatakan sudah tidur malam sekitar ± 5 jam dan tidur siang ± 1 jam. - Ibu mengatakan sudah makan 2 centong nasi, 1 mangkuk kecil tumis bayam, 1 telur dadar dan 1 buah jambu biji - Ibu mengatakan sudah mengonsumsi tablet Fe kemarin malam - Ibu mengatakan sudah melakukan anjuran yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi pada malam hari. O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 115/80 mmHg Nadi : 82 kali/menit Pernapasan : 21 kali/menit Suhu : 36,7°C. A: Ny "N" umur 28 tahun G1P0A0 usia kehamilan 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis Masalah: Insomnia teratasi sebagian P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik.	

	Respon : 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 Respon : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup 3. Mengingatkan ibu untuk tidak melakukan aktivitas yang berat Respon : ibu mengerti dengan penjelasan yang diberikan dan tidak melakukan aktivitas yang berat 4. Mengingatkan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan dengan menjaga pola makan Respon : ibu mengerti dan akan menjaga pola makannya 5. Mengingatkan ibu untuk terus meminum tablet Fe dan kalsium. Fe dikonsumsi 1x1 pada malam hari sebelum tidur dan kalsium 1x1 pada pagi hari. Tablet Fe berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan asam folat serta mencegah anemia dan perdarahan saat persalinan, kalsium berfungsi untuk pembentukan tulang pada janin. Respon : ibu mengerti dan akan meminum tablet fe dan kalsium sesuai intruksi. 6. Melanjutkan intervensi penatalaksanaan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari untuk mengatasi insomnia Respon : Ibu bersedia dilakukan penatalaksanaan berupa pemberian aromaterapi lavender dan udah merasa nyaman setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender. 7. Intervensi dilanjutkan dihari ke 5	
--	--	--

CATATAN PERKEMBANGAN V

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Sabtu, 11 Juli 2026	S: - Ibu mengatakan sudah tidur malam sekitar ± 6 jam dan tidur siang 2 jam. - Ibu mengatakan sudah makan 2 centong nasi, 1 magkuk sedang sop ayam dan 1 buah pisang. - Ibu mengatakan sudah mengosumsi tablet Fe kemarin malam - Ibu mengatakan sudah melakukan anjuran yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi pada malam hari.	

	O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 115/70 mmHg Nadi : 87 kali/menit Pernapasan : 21 kali/menit Suhu : 36,8°C. A: Ny "N" umur 28 tahun G1P0A0 usia kehamilan 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis Masalah: Insomnia teratasi sebagian P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Respon : 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 Respon : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup - Mengingatkan ibu untuk tidak melakukan aktivitas yang berat Respon : ibu mengerti dengan penjelasan yang diberikan dan tidak melakukan aktivitas yang berat - Mengingatkan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan dengan menjaga pola makan Respon : ibu mengerti dan akan menjaga pola makannya - Mengingatkan ibu untuk terus meminum tablet Fe dan kalsium. Fe dikonsumsi 1x1 pada malam hari sebelum tidur dan kalsium 1x1 pada pagi hari. Tablet Fe berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan asam folat serta mencegah anemia dan perdarahan saat persalinan, kalsium berfungsi untuk pembentukan tulang pada janin. Respon : ibu mengerti dan akan meminum tablet fe dan kalsium sesuai intruksi. - Melanjutkan intervensi penatalaksanaan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari untuk mengatasi insomnia Respon : Ibu bersedia dilakukan penatalaksanaan berupa pemberian aromaterapi lavender dan udah	
--	--	--

	merasa nyaman setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender.	
	7. Intervensi dilanjutkan dihari ke 6	

CATATAN PERKEMBANGAN VI

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Minggu, 12 Juli 2026	S: - Ibu mengatakan sudah tidur malam ± 6 jam dan tidur siang 2 jam - Ibu mengatakan sudah makan 2 centong nasi, 1 mangkuk kecil tumis kangkung, 1 potong sedang ayam kecap dan 1 buah jeruk - Ibu mengatakan sudah mengonsumsi tablet Fe kemarin malam - Ibu mengatakan sudah melakukan anjuran yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi pada malam hari. O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 110/70 mmHg Nadi : 85 kali/menit Pernapasan : 22 kali/menit Suhu : 36,8°C. A: Ny "N" umur 28 tahun G1P0A0 usia kehamilan 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis Masalah: Insomnia teratasi sebagian P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Respon : 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 Respon : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup - Mengingatkan ibu untuk tidak melakukan aktivitas yang berat Respon : ibu mengerti dengan penjelasan yang diberikan dan tidak melakukan aktivitas yang berat - Mengingatkan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan dengan menjaga pola	

	makan Respon : ibu mengerti dan akan menjaga pola makannya 5. Mengingatkan ibu untuk terus meminum tablet Fe dan kalsium. Fe dikonsumsi 1x1 pada malam hari sebelum tidur dan kalsium 1x1 pada pagi hari. Tablet Fe berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan asam folat serta mencegah anemia dan perdarahan saat persalinan, kalsium berfungsi untuk pembentukan tulang pada janin. Respon : ibu mengerti dan akan meminum tablet fe dan kalsium sesuai intruksi. 6. Melanjutkan intervensi penatalaksanaan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari untuk mengatasi insomnia Respon : Ibu bersedia dilakukan penatalaksanaan berupa pemberian aromaterapi lavender dan udah merasa nyaman setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender. 7. Intervensi dilanjutkan dihari ke 7	
--	--	--

CATATAN PERKEMBANGAN VII

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Senin, 13 Juli 2026	S: - Ibu mengatakan sudah tidur malam ± 7 jam dan tidur siang 2 jam - Ibu mengatakan sudah makan 2 centong nasi, 1 mangkuk kecil tumis bayam, dan 1 buah jeruk - Ibu mengatakan sudah mengonsumsi tablet Fe kemarin malam - Ibu mengatakan sudah melakukan anjuran yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi pada malam hari. O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 110/70 mmHg Nadi : 85 kali/menit Pernapasan : 21 kali/menit Suhu : 36,8°C. A: Ny "N" umur 28 tahun G1P0A0 usia kehamilan 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis Masalah: Insomnia teratasi sebagian	

	P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Respon : 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 Respon : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup - Mengingatkan ibu untuk tidak melakukan aktivitas yang berat Respon : ibu mengerti dengan penjelasan yang diberikan dan tidak melakukan aktivitas yang berat - Mengingatkan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan dengan menjaga pola makan Respon : ibu mengerti dan akan menjaga pola makannya - Mengingatkan ibu untuk terus meminum tablet Fe dan kalsium. Fe dikonsumsi 1x1 pada malam hari sebelum tidur dan kalsium 1x1 pada pagi hari. Tablet Fe berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan asam folat serta mencegah anemia dan perdarahan saat persalinan, kalsium berfungsi untuk pembentukan tulang pada janin. Respon : ibu mengerti dan akan meminum tablet fe dan kalsium sesuai intruksi. - Melanjutkan intervensi penatalaksanaan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari untuk mengatasi insomnia Respon : Ibu bersedia dilakukan penatalaksanaan berupa pemberian aromaterapi lavender dan udah merasa nyaman setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender. - Intervensi dilanjutkan dihari ke 8	
--	---	--

CATATAN PERKEMBANGAN VIII

Hari/ Tanggal	SOAP	Paraf
Selasa, 14 Juli 2026	S: - Ibu mengatakan sudah tidur malam 8 jam dan tidur siang 2 jam - Ibu mengatakan sudah makan 2 centong nasi, 1 potong sayap ayam goreng, 2 buah tahu dan 1	

	buah apel - Ibu mengatakan sudah mengosumsi tablet Fe kemarin malam - Ibu mengatakan sudah mengosumsi tablet Fe kemarin malam - Ibu mengatakan sudah melakukan anjuran yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi pada malam hari. O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmenthis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah : 110/70 mmHg Nadi : 85 kali/menit Pernapasan : 20 kali/menit Suhu : 36,8°C A: Ny "N" umur 28 tahun G1P0A0 usia kehamilan 33 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, presentasi kepala, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis Masalah: insomnia teratasi P: - Menginformasikan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, keadaan umum ibu dan janin baik. Respon : 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 Respon : Ibu mengerti dan akan istirahat dan tidur yang cukup - Mengingatkan ibu untuk tidak melakukan aktivitas yang berat Respon : ibu mengerti dengan penjelasan yang diberikan dan tidak melakukan aktivitas yang berat - Mengingatkan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan dengan menjaga pola makan Respon : ibu mengerti dan akan menjaga pola makannya - Mengingatkan ibu untuk terus meminum tablet Fe dan kalsium. Fe dikonsumsi 1x1 pada malam hari sebelum tidur dan kalsium 1x1 pada pagi hari. Tablet Fe berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan asam folat serta mencegah anemia dan perdarahan saat persalinan, kalsium berfungsi untuk pembentukan tulang pada janin. Respon : ibu mengerti dan akan meminum tablet	
--	--	--

	fe dan kalsium sesuai intruksi.	
	6. Melanjutkan intervensi penatalaksanaan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari untuk mengatasi insomnia Respon : Ibu sudah dilakukan pemberian aromaterapi lavender, ibu merasa nyaman dan bisa memulai tidurnya pada malam hari	
	7. Intervensi dihentikan	

3. Keterbatasan Penelitian

- a. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus (*Case Study*) pada satu subjek yaitu Ny. N sehingga hasil yang diperoleh tidak dapat digeneralisasikan untuk seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami insomnia
- b. Evaluasi insomnia sebagian besar didasarkan pada pengamatan klinis dan laporan ibu, peneliti tidak melakukan pengukuran insomnia secara objektifitas menggunakan alat ukur.

C. PEMBAHASAN

Dalam bab ini penulis membahas manajemen asuhan kebidanan yang telah dilakukan pada Ny. "N" mulai pada masa kehamilan trimester 3, Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada Ny. "N" (tanggal 07 juli 2026) didapatkan data subjektif ibu mengatakan namanya Ny. N umur 28 tahun hamil anak kedua dan tidak pernah keguguran usia kehamilan 33 minggu, ibu mengeluh susah memulai tidur di malam hari.

Keluhan insomnia yang dialami ibu tersebut merupakan hal yang normal dirasakan oleh ibu hamil pada trimester III sesuai dengan teori. maka kebutuhan yang diberikan pada Ny. N disesuaikan dengan masalah yang dihadapi seperti menganjurkan ibu untuk mengurangi aktivitas yang berat, dan tidak mengangkat beban berat, Serta memberikan asuhan komplementer dengan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari.

Dari hasil pengkajian data subjektif yang didapatkan maka penulis dapat menyimpulkan bahwa tidak ada kesenjangan antara teori dan kasus dimana saat praktek asuhan pada Ny "N" dengan keluhan insomnia intervensi asuhan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari sesuai pada teori dilakukan selama 7 hari. Pemeriksaan umum dan pemeriksaan fisik tidak ditemukan suatu masalah maupun kelainan dari hasil pemeriksaan umum pada keadaan umum dan kesadaran tidak terdapat masalah begitu pula dengan hasil pemeriksaan tanda-tanda vital dalam batas normal. Hal ini dikarenakan Ibu mau bekerja sama sehingga data yang diinginkan penelitian dapat diperoleh.

Penatalaksanaan Asuhan kebidanan kehamilan ini dimulai pada tanggal 07 Juli 2026 sampai 14 Juli 2026. Catatan perkembangan II didapatkan bahwa, ibu sudah mengurangi aktivitas yang berat. Ibu mengatakan tidur malam 5 jam dan tidur siang ± 1 jam. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan pemeriksaan KU baik, kesadaran composmentis, TTV dalam batas normal. Asuhan yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari.

Catatan perkembangan III didapatkan bahwa, ibu sudah mengurangi aktivitas yang berat. ibu mengatakan tidur malam sekitar 5 jam dan tidur siang ± 1 jam. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan pemeriksaan KU baik, kesadaran composmentis, TTV dalam batas normal. Asuhan yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari.

Catatan perkembangan IV didapatkan bahwa, ibu sudah mengurangi aktivitas yang berat. ibu mengatakan tidur malam sekitar ± 5 jam dan tidur siang ± 2 jam. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan pemeriksaan KU baik, kesadaran composmentis, TTV dalam batas normal. Asuhan yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari.

Catatan perkembangan V didapatkan bahwa, ibu ibu sudah mengurangi aktivitas yang berat. ibu mengatakan tidur malam sekitar ± 6 jam dan tidur siang 2 jam. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan pemeriksaan KU baik, kesadaran composmentis, TTV dalam batas normal. Asuhan yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari.

Catatan perkembangan VI didapatkan bahwa, ibu sudah mengurangi

aktivitas yang berat. ibu mengatakan tidur malam sekitar ± 6 jam dan tidur siang 2 jam. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan pemeriksaan KU baik, kesadaran composmentis, TTV dalam batas normal. Asuhan yang diberikan yaitu pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari.

Catatan perkembangan VII didapatkan bahwa, ibu ibu sudah mengurangi aktivitas yang berat. ibu mengatakan tidur malam sekitar ± 7 jam dan tidur siang 2 jam. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan pemeriksaan KU baik, kesadaran composmentis, TTV dalam batas normal.

Catatan perkembangan VIII didapatkan bahwa, ibu ibu sudah mengurangi aktivitas yang berat. ibu mengatakan tidur malam sekitar 8 jam dan tidur siang 2 jam. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan pemeriksaan KU baik, kesadaran composmentis, TTV dalam batas normal.

Masalah insomnia teratasi dan ibu mengatakan tidak ada keluhan lagi, serta ibu bisa tidur pada malam hari setelah dilakukan intervensi pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari berturut-turut dan intervensi dihentikan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penatalaksanaan asuhan kebidanan pada Ny. N dilakukan mulai tanggal 07 Juli 2026 sampai 14 Juli 2026. Penatalaksanaan asuhan kebidanan pemberian aromaterapi lavender pada Ny. N Umur 28 tahun, maka penulis menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengkajian data yang telah dilaksanakan pada Ny. N umur 28 tahun dari hasil pengkajian data pada ibu hamil, ditemukan adanya masalah atau komplikasi yang dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin. Seluruh keluhan seperti susah memulai tidur di malam hari pada kehamilan trimester III merupakan hal yang fisiologis. Pelaksanaan pengkajian dapat berjalan dengan baik karena ada partisipasi dari ibu, suami dan keluarga.
2. Perumusan diagnosa atau masalah kebidanan pada Ny. N umur 28 tahun telah dilakukan, sesuai dengan masalah yang ditemukan (Insomnia). Kebutuhan yang diberikan disesuaikan dengan masalah ibu dan seluruh masalah tersebut dapat teratasi dengan baik.
3. Perencanaan yang telah diberikan pada Ny. N umur 28 tahun sesuai dengan diagnosa, masalah dan kebutuhan ibu tersebut serta berdasarkan teori kebidanan yang mendukung.
4. Implementasi sudah diberikan pada Ny. N umur 28 tahun sesuai dengan intervensi yang telah dibuat (seperti pemberian aromaterapi lavender

untuk mengatasi insomnia pada ibu hamil TM III). Pelaksanaan implementasi dapat dilakukan dengan baik karena ibu keluarga ikut serta dalam pemberian asuhan yang sudah direncanakan.

5. Evaluasi didapatkan kondisi ibu dalam keadaan baik, tanda-tanda vital (TTV) dalam batas normal, ibu mengatakan sudah dapat beradaptasi dengan keluhan yang ada. Ibu mengatakan mengetahui bahwa keluhan yang terjadi adalah hal normal yang terjadi pada ibu hamil, serta ibu mengatakan sudah mengikuti seluruh anjuran petugas kesehatan.
6. Pencatatan asuhan kebidanan telah dilakukan pada Ny. N dengan metode SOAP sesuai dengan yang direncanakan dan dapat berjalan dengan baik karena adanya partisipasi aktif dari ibu, suami, dan keluarga.
7. Membandingkan teori dengan praktik telah dilakukan, tidak ditemukan adanya kesenjangan antara teori dan praktik lapangan. Hal ini dikarenakan seluruh penatalaksanaan berpatokan pada teori asuhan kebidanan dan pasien bersedia bekerja sama dengan baik sehingga data yang diinginkan dapat diperoleh secara optimal.

B. Saran

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan pasien dan keluarga agar dapat mempertahankan dan meningkatkan pengetahuannya tentang perawatan kesehatan kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas yang telah didapatkan, sehingga mampu melakukan deteksi dini secara mandiri apabila ditemukan adanya masalah atau tanda bahaya komplikasi di kemudian

hari.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan laporan tugas akhir ini dapat menjadi salah satu bahan informasi, dokumentasi, dan referensi yang relevan untuk mendukung perkembangan ilmu pengetahuan mahasiswa, khususnya dalam memberikan asuhan kebidanan secara berkelanjutan, serta menjadi tolak ukur evaluasi kurikulum asuhan komprehensif di masa mendatang.

3. Bagi Lahan Praktik

Diharapkan bagi lahan praktik (Bidan Praktik Mandiri / PMB) agar senantiasa mempertahankan dan meningkatkan mutu pelayanan kebidanan, melakukan tindakan asuhan kebidanan secara komprehensif sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP) kebidanan, serta selalu melibatkan klien dan pendamping keluarga dalam setiap pengambilan keputusan asuhan.

4. Bagi Mahasiswa

Diharapkan kepada mahasiswa hendaknya lebih termotivasi untuk meningkatkan pemahaman teori, keterampilan klinis, dan empati dalam memberikan asuhan kebidanan secara komprehensif sejak dini, sehingga siap memberikan asuhan yang tepat, cepat, dan berkualitas guna menekan angka morbiditas dan mortalitas ibu maupun bayi.