

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, H. P., & Rumiati, E. (2022). Upaya Peningkatan Kesehatan Ibu Hamil melalui Penyuluhan Kesehatan tentang Cara Mengatasi Ketidaknyamanan Ibu Hamil TM III di PMB Sri Rejeki DH Jabung Tanon Plupuh Sragen. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 1(6), 473–480.
- Arlenti, L. (2021). Manajemen Pelayanan Kebidanan. *Jakarta:EGC*, h.25-29. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.
2022. Profil Kesehatan Kota Bengkulu. Bengkulu : Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
- Fatimah dan Nuryaningsih. (2017). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta
- Febriati, L. D., & Zakiah, Z. (2022). Psikologi perubahan ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 23–31.
- Fitriani, A. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan DIII Kebidanan Jilid II*. www.mahakarya.academy
- Firdaus, 2019, Pengaruh Asupan DHA dan Protein Pada Ibu Hamil Terhadap Berat Badan dan Panjang Janin Di Rumah Bersalin Nissa Tegal Gede, Karanganyar, Prosiding Call For Paper SMIKNAS
- Hatijar, Saleh, I. S., & Yanti, L. C. (2020). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. In *CV. Cahaya Bintang Cermelang*.
- Yulizawati dkk. 2019 Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Neonatus, Bayi dan Balita, Griya Kebonagung 2, Blok 12, No, 14
- Kemenkes RI (2022) Profil Kesehatan Indonesia 2021, Pusdatin.Kemenkes.Go.Id.
- Kemenkes, R. (2020). Buku KIA Revisi 2020
- Lengkap. Kemenkes, RI. Kemenkes, R. (2020). Buku KIA Revisi 2020 Lengkap. Kemenkes, RI.

- Kiki Megesari. (2019). Asuhan Kebidanan Pada Trimester III dengan Ketidaknyamanan Sering Buang Air Kecil. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 5(2), 36–43. <https://ejurnal.ibisa.ac.id/index.php/jkk/article/view/148/145>
- Lina Fitriani, S.S.T., M.Keb., Firawati, S.S.T., M.Keb., Raehan, S.S.T., M. K. (2021). Buku Ajar Kehamilan. In *Deepublish Publisher*.
- Rizky Yulia Efendi, N., Selvi Yanti, J., Suci Hakameri, C., & artikel Abstrak, H. (2022). Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)* 275 *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 02(02), 276. <https://jom.hip.ac.id/index.php/jkt>
- Nukuhaly, H., & Kasmiati, K. (2022). Studi Kasus: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Ketidaknyamanan Sering Buang Air Kecil . *Jurnal Kebidanan*, 2(2), 117–123.
- Nurrisza, N. R., Nurdiantami, Y., & Makkiyah Feda Anisa. (2021). Akses Ibu Hamil Terhadap Pelayanan Kesehatan. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia : Jkki*, 10(2), 94–99
- Nurul Hikmah Annisa, B., & Keb, M. (n.d.). *Buku Ajar Dokumentasi Kebidanan Penerbit Cv.Eureka Media Aksara*. 2022
- Oktiara, R. (2023). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Ketidaknyamanan Seing Buang Air Kecil Di Trimester III.
- Rianti, D. 2020. Asuhan Kebidanan Terintegrasi Pada Ibu Hamil Yang Sering Buang Air Kecil Dengan Melakukan Senam Kegel, Bersalin, Nifas, Dan Bayi Baru Lahir. In Laporan Tugas Akhir.
- Pangastutik, D. E. B. Y. (2020). Asuhan Kebidanan Continuity Of Care Pada Ny. S Dengan Nocturia Di Pmb Nina Nuraenayatin, S. St., M. Pd Surabaya (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).

- Rafika, R. (2018). Pengurangan Keluhan Fisik pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 86. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i1.763>
- Retnaningtyas, E. (2020). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1, 1–215.
- Safitri, S., & Triana, A. (2021). Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 79–86. <https://doi.org/10.25311/jkt/vol1.iss2.488>
- Sari, R. A., Sharief, S. A., & Istiqamah, E. (2022). Asuhan Kebidanan Kehamilan dengan Ketidaknyamanan Sering Buang Air Kecil pada Ny. K. *Window of Midwifery Journal*, 3(1), 32–41.
- Susanti & Ulpawati. (2022). Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Buku Pintar Ibu Hamil (V. M. U. Eri Setiawan, Ed.; 1st ed., Vol. 1). Eureka Media Aksara, Februari 2022 Anggota Ikapi Jawa Tengah No. 225/Jte/2021.
- Veri, N., Faisal, T. I., Khaira, N., Kebidanan, P., Poltekkes, L., Aceh, K., Keperawatan, J., Kemenkes, P., Keperawatan, J., & Kemenkes, P. (2023). *Literatur Review : Penatalaksanaan Ketidaknyamanan Umum Kehamilan Trimester III A Literature Review : Management Of Common Discomforts In The Third Trimester Of Pregnancy*

L

A

M

P

I

R

A

N

Kunjungan hari – 1

Hari/Tanggal : Minggu, 14 september 2025



Hari/Tanggal : Senin, 15 sepetember 2025



Hari/Tanggal : selasa, 16 sepetember 2025



Hari/Tanggal : rabu, 17 sepetember 2025



Hari/ tanggal : kamis 18 september 2025



Hari/tanggal : juma'at 19 sepetember 2025



LEMBAR OBSERVASI

Nama : Ny.D

Umur : 26 Tahun

Alamat : Pekan Sabtu

Usia kehamilan : 35 minggu

Tanggal : 14 september s/d 19 september 2025

NO	KEGIATAN	SEBELUM	SESUDAH	
0	Tidak Nyeri			
1	Seperti Gigitan nyamuk		✓	
2	Seperti Cubitan Angin			
3	Seperti gatal			
4	Seperti tertukul			
5	Merasa Perih	✓		
6	merasa Keras			
7	Seperti berdekan			
8	Merasa Kaku			
9	Seperti berdekan			
10	Seperti nyeri tidak			
	bertahan			

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

Nama pembimbing : Yuniarti, SST., M.Kes

NIP : 198006052001122001

Nama mahasiswa : CLARA CLAUDIA

NIM : P01740122011

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III

No	Hari/tanggal	Topik	Saran	Paraf pembimbing
1	Kamis,09 januari 2025	Bimbingan judul	Acc judul,melanjutkan pembuatan bab 1	
2	Senin,03 februari 2025	Bimbingan bab 1,2,3	Perbaiki penulisan dan jarak tulisan	
3	Jumat,16 februari 2025	Bimbingan bab 1,2,3	Ada tambahan materi di bab 2	
4	Rabu,19 februari 2025	Bimbingan bab 1,2,3	Perbaiki jarak antara penulisan	
5.	Rabu ,19 maret 2025	Bimbingan bab 1,2,3	Acc bab 1,2,3 maju untuk seminar proposal	
6.	Senin ,21 juli 2025	Revisian ,bab 1,2,3	Acc perbaikan	
7.	Selasa ,9 september 2025	Bimbingan bab 4,5	Perbaikan kata kata di bab 4 yang tidak jelas	
8.	Senin,10 november 2025	Bimbingan bab 5	Perbaikan merapikan jarak antar kalimat	
10.	Selasa,18 mei 2025	Bimbingan bab 5	Acc seminar hasil	



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
<https://www.poltekkesbengkulu.ac.id>

10 Juli 2025

Nomor :
Penhal

PP. 01.01/F XXIII.1/ 606s /2025
Izin Penelitian

Yth.
pmb susi Irma novia, sst
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama : clara claudia
NIM : P01740122011
Tempat Penelitian : pmb susi Irma novia, sst
Waktu Penelitian : 6 hari
Judul : Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III di pmb "s" kota Bengkulu
No Handphone : 082173075600

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Wakil Direktur I Bidang Akademik



Septiyanti S. Kep. Ners, M.Pd



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
<https://www.poltekkesbengkulu.ac.id>

10 Juli 2025

Nomor : PP 01.01/F.XXIII.1/ 6064/2025
Perihal : Izin Penelitian

Yth,
Kepala kesbangpol kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025, dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama : clara claudia
NIM : P01740122011
Tempat Penelitian : pmb susi irma novia, sst
Waktu Penelitian : 6 hari
Judul : Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III di pmb S kota Bengkulu
No Handphone : 082173075600

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Wakil Direktur I Bidang Akademik

Septiyaning, S.Kep, Ners, M.Pd



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
<https://www.poltekkesbengkulu.ac.id>

10 Juli 2025

Nomor :
Perihal

PP. 01.01/F.XXIII.1/6064/2025
Izin Penelitian

Yth.
Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025, dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama : clara claudia
NIM : P01740122011
Tempat Penelitian : pmb susi irma novia, sst
Waktu Penelitian : 6 hari
Judul : Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III di pmb "s" kota Bengkulu
No Handphone : 082173075600

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Wakil Direktur I Bidang Akademik



Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd



PRAKTIK MANDIRI BIDAN KOTA BENGKULU
SUSI IRMA NOVIA,SST



SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor :023/BPM/V/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini Bidan Susi Irma Novia SST, menerangkan bahwa :

Nama : Clara Claudia

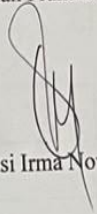
NIM : P01740122011

Jurusan : Diploma III Kebidanan

Judul : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III di pmb "s" kota Bengkulu

Telah selesai melakukan penelitian pada bulan september tahun 2025 di Praktik Mandiri Bidan Susi Irma Novia SST, Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan seperlunya.

Bengkulu, September 2025
Bidan Praktik Klinik,


Susi Irma Novia, SST



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 000.9.2/1672/KESBANGPOL-REK/2025

Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian

Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/FXXIII.1/6063/2025 Tanggal 10 September 2025 Perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama : CLARA CLAUDIA
NPM : P051740122011
Pekerjaan : Mahasiswa
Prodi/ Fakultas : D3 Kebidanan
Judul Penelitian : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB S Kota Bengkulu
Tempat Penelitian : PMB Susi Irma Novia, SST
Waktu penelitian : 10 September 2025 s.d 25 September 2025
Penanggung Jawab : Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan Ketentuan : 1 Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
2 Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
3 Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
4 Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 10september2025

WALIKOTA BENGKULU

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Bengkulu



SYOPYAN TOSONI, SE. MM

Pembina Utama Muda

NIP. 19700902 199303 1 006

Dokumen ini telah diregistrasi, dicap dan ditanda tangani oleh Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu dan didistribusikan melalui Email kepada Pemohon untuk dicetak secara mandiri, serta dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Lampiran Media Leaflet



KETIDAKNYAMANAN IBU HAMIL TRIMESTER III

oleh :
Novi Duwi Lestari
P05140121034

Program Studi Diploma III
Kebidanan



SERING BAK

Penyebab :

- Adanya Tekanan Pada Kandung Kemih karena membesarnya rahim
- Meningkatnya hormon progesteron yang menyebabkan fungsi kandung kemih menurun sehingga kapasitas pada kandung kemih berkurang

Cara Mengatasi :

- Tidak menahan buang air kecil dan mengosongkan kandung kemih ketika buang air kecil
- Perbanyak minum di siang hari
- mengurangi asupan cairan 2-3 jam sebelum tidur di malam hari
- membatasi minuman yang mengandung deuretik seperti teh dan kopi
- tidur posisi miring kiri untuk memperlambat ginjal menghasilkan urine
- melakukan senam kegel



NYERI PUNGGUNG

Penyebab :

- pada kehamilan trimester III, seiring membesarnya uterus dan penambahan berat badan maka Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa peregangan tambahan dan kelelahan pada tubuh, terutama pada daerah punggung belakang

Cara Mengatasi :

- melakukan olahraga ringan atau senam hamil
- melakukan kompres air hangat di daerah punggung
- perbanyak mengkonsumsi makanan yang mengandung kalsium
- perbanyak minum air putih



MUDAH LELAH

Penyebab :

- Terjadi karena tubuh ibu memproduksi lebih banyak darah untuk membawa nutrisi terhadap bayi, kadar gula darah ibu dan tekanan darah juga lebih rendah.

Cara Mengatasi :

- Mengurangi aktivitas yang berat
- Konsumsi makanan bergizi seimbang
- Istirahat dan tidur yang cukup





SULIT TIDUR

Penyebab :

- keluhan susah tidur saat hamil tua terjadi karena pembesaran ukuran rahim yang membuat ibu hamil merasa tidak nyaman, serta rasa cemas menghadapi persalinan

Cara Mengatasi :

- Tidur dengan posisi nyaman /miring kiri.
- mendukung ibu selama kehamilan trimester ketiga,
- mengarahkan keluarga untuk memberikan dukungan mental dan spiritual dalam persiapan persalinan,



KAKI BENGGAK

Penyebab :

- Terjadi karena berkurangnya aliran balik vena dari ekstremitas bawah

Cara Mengatasi :

- Mengurangi aktivitas fisik yang berat
- rendam kaki menggunakan air jahe hangat
- menghindari penggunaan pakaian ketat
- hindari posisi duduk terlalu lama



