

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI POSKESDES
SELAT WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SUKASADA I



Oleh :
PUTU AYU SUADNYANI
NIM. P07120321011

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PROFESI NERS
DENPASAR
2022

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI POSKESDES
SELAT WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SUKASADA I

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners
Jurusan Keperawatan

Oleh :
PUTU AYU SUADNYANI
NIM. P07120321011

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PROFESI NERS
DENPASAR
2022

**LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI POSKESDES
SELAT WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SUKASADA I**

Oleh :
PUTU AYU SUADNYANI
NIM. P07120321011

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :



Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.BioMed
NIP. 196211081982122001

Dra.I.D.A Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP. 196412311985032010

MENGETAHUI :

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI POSKESDES
SELAT WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SUKASADA I**

Oleh :
PUTU AYU SUADNYANI
NIM. P07120321011

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : JUMAT
TANGGAL : 20 MEI 2022**

TIM PENGUJI :

1. Dr. Drs. I Dewa Made Ruspawan, S.Kp., M.Biomed. (Ketua)
NIP. 196005151982121001
2. Suratih, S.Kep.,Ners.,M.Biomed (Anggota)
NIP. 197112281994022001
3. Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.BioMed (Anggota)
NIP. 196211081982122001



MENGETAHUI :

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DI POSKESDES SELAT WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SUKASADA I**

ABSTRAK

Selama masa kehamilan terjadi perubahan yang dramatis, baik perubahan fisiologis, psikologis, maupun adaptasi yang memengaruhi wanita hamil. Perubahan yang dialami selama masa kehamilan dapat menyebabkan timbulnya berbagai keluhan ketidaknyamanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus terhadap dua pasien ibu hamil trimester III. Hasil pengkajian keperawatan diperoleh data yaitu pasien mengeluh tidak nyaman, sulit tidur, lemas, sering kencing, tampak gelisah, pola eliminasi berubah, postur tubuh lordosis. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan. Rencana keperawatan yang dirumuskan meliputi intervensi utama terapi relaksasi melalui pemberian intervensi inovasi prenatal yoga dengan luaran yang diharapkan adalah status kenyamanan meningkat. Implementasi keperawatan dilakukan sesuai dengan intervensi keperawatan yang sudah direncanakan selama tiga kali pertemuan dalam seminggu. Evaluasi keperawatan menunjukkan tujuan tercapai, yaitu status kenyamanan meningkat dibuktikan dengan tercapainya seluruh luaran yang sudah ditetapkan. Kesimpulan yang didapatkan yaitu pemberian terapi prenatal yoga sebagai intervensi inovasi dapat meningkatkan rasa nyaman ibu hamil trimester III yang mengalami masalah gangguan rasa nyaman.

Kata kunci : ibu hamil trimester III, gangguan rasa nyaman, prenatal yoga

**NURSING CARE OF COMFORT DISORDERS IN PREGNANT WOMEN ON
THEIR THIRD TRIMESTER AT SELAT VILLAGE HEALTH POST THE
WORK AREA OF SUKASADA I PUBLIC HEALTH CENTER**

ABSTRACT

During pregnancy there are dramatic changes, both physiological, psychological, and adaptation changes that affect pregnant women. Changes experienced during pregnancy can affect pregnant women, so that it can cause various complaints of discomfort. This study aims to determine the nursing care of comfort disorders in pregnant women on their third trimester at Selat Village Health Post the Work Area of Sukasada I Public Health Center. The research method was a case study of two patients of third trimester pregnant women. The results of the nursing assessment obtained data that the patient complained of discomfort, difficulty sleeping, weakness, frequent urination, looked restless, changed elimination patterns, lordosis body posture. The nursing diagnosis was used comfort disorders related to pregnancy adaptation disorders. The nursing plan used is the main intervention of relaxation therapy through the provision of prenatal yoga innovation interventions with the expected outcome of increased comfort status. Implementation of nursing is carried out according to nursing interventions that have been planned for three times a week. The nursing evaluation showed that the goal was achieved, that was the increased comfort status as evidenced by the achievement of all predetermined outcomes. The conclusion obtained that the prenatal yoga therapy as an innovation intervention can be an intervention to increase the comfort of pregnant women on their third trimester who experience discomfort.

Keywords : *third trimester pregnant women, discomfort, prenatal yoga*

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat asung kerta wara nugraha-Nya, sehingga Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I” dapat saya selesaikan tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini tidak mungkin dapat diselesaikan tanpa bimbingan dan dukungan dari semua pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini perkenankan saya untuk menyampaikan ucapan terima kasih dan apresiasi kepada:

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung dalam pendidikan Profesi Ners di Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Ners. I Made Sukarja. S.Kep. M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan motivasi selama menjalani masa perkuliahan.
3. Kadek Krismayani Dewi Sapitri, Amd.Keb selaku Koordinator Bidan Desa Poskesdes Selat yang sudah memberikan izin untuk melaksanakan studi kasus di Poskesdes Selat.
4. NLK Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An. selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, serta dukungan.

5. Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.BioMed selaku pembimbing utama yang telah secara saksama dan penuh kesabaran mencurahkan pikiran, waktu, dan tenaga, serta tidak henti-hentinya memberikan semangat dan doa selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini maupun selama menjalani masa pendidikan.
6. Dra.I.D.A Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing pendamping yang secara saksama dan penuh kesabaran mencurahkan pikiran, waktu, dan tenaga serta motivasi dan doa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini maupun selama menjalani masa pendidikan.
7. Seluruh dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan ilmu, bimbingan, serta dukungan untuk kemajuan peneliti.
8. Orang tua, keluarga, sahabat, dan diri sendiri yang selalu berusaha, memberikan motivasi dan semangat, serta doa yang baik di setiap harinya.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Semoga Ida Sang Hyang Widhi Wasa memberikan balasan atas segala kebaikan yang diberikan dengan tulus dan ikhlas. Peneliti menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini masih belum sempurna, oleh karena itu dengan kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan kritik membangun sebagai bekal untuk penelitian ini agar dapat memberikan manfaat bagi peneliti serta penelitian selanjutnya.

Denpasar, April 2022

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Ayu Suadnyani

NIM : P07120321011

Program Studi : Profesi Ners

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2022

Alamat : Br. Selat, Desa Selat, Kecamatan Sukasada, Buleleng

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners dengan judul Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang** lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 27 April 2021
Yang membuat pernyataan



Putu Ayu Suadnyani
NIM. P07120321011

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penulisan.....	5
D. Manfaat Penulisan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Medis	7
B. Konsep Prenatal Yoga.....	22
C. Konsep Dasar Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III dengan Terapi Prenatal Yoga	35
D. Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III.....	38
BAB III METODE PENYUSUNAN KARYA ILMIAH	50
A. Metode Penyusunan	50

B. Alur Penyusunan	51
C. Tempat dan Waktu Pengambilan Kasus	51
D. Subjek Studi Kasus	52
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	53
F. Pengolahan dan Analisis Data	55
G. Etika Penyusunan Karya Ilmiah.....	57
BAB IV LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA.....	59
A. Pengkajian Keperawatan	59
B. Diagnosis Keperawatan	68
C. Rencana Keperawatan	69
D. Implementasi Keperawatan	72
E. Evaluasi Keperawatan	82
BAB V PEMBAHASAN	83
A. Analisis Asuhan Keperawatan	83
B. Analisis Intervensi Inovasi Pemberian Terapi Prenatal Yoga pada Ibu Hamil Trimester III	92
C. Alternatif Pemecahan yang Dapat Dilakukan.....	94
BAB VI PENUTUP	96
A. Simpulan.....	96
B. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN	101

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Gejala dan Tanda Gangguan Rasa Nyaman	36
Tabel 2 Rencana Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman	47
Tabel 3 Pengkajian Keperawatan Subjek 1 dan Subjek 2 Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I	59
Tabel 4 Analisis Data Subjek 1 dan Subjek 2 Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I	68
Tabel 5 Rencana Keperawatan Subjek 1 dan Subjek 2 dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I	70
Tabel 6 Implementasi Keperawatan Subjek 1 dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I	72
Tabel 7 Implementasi Keperawatan Subjek 2 dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I	77
Tabel 8 Evaluasi Keperawatan Subjek 1 dan Subjek 2 dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Alur Pelayanan Antenatal di Era Adaptasi Baru	20
Gambar 2 <i>Centering</i>	26
Gambar 3 <i>Mountain Pose</i>	27
Gambar 4 <i>Tree Pose</i>	28
Gambar 5 <i>Cow pose-cat pose</i>	28
Gambar 6 Peregangan otot leher	29
Gambar 7 <i>Standing lateral stretch</i>	29
Gambar 8 <i>Triangle Pose</i>	30
Gambar 9 <i>Revolved head to knee pose</i>	30
Gambar 10 <i>Twisting Variation</i>	31
Gambar 11 Peregangan Otot Pinggang	31
Gambar 12 Peregangan Lutut	32
Gambar 13 Peregangan Otot Kaki.....	32
Gambar 14 <i>Bound Angle Pose (Baddha Konasana)</i>	33
Gambar 15 <i>Garland Pose (Malasana)</i>	34
Gambar 16 Bagan Alur Kerangka Kerja Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Realisasi Jadwal Kegiatan Penelitian

Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian

Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan

Lampiran 5 Standar Prosedur Operasional (SPO) Prenatal Yoga

Lampiran 6 Dokumentasi Implementasi Keperawatan