

ABSTRAK

Ibu hamil, khususnya pada trimester III, sering mengalami kecemasan serta berbagai ketidaknyamanan fisik akibat perubahan fisiologis dan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Kondisi ini juga dapat dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman ibu mengenai proses kehamilan hingga persalinan. Apabila tidak ditangani secara tepat, keluhan tersebut berpotensi berkembang menjadi masalah yang lebih serius. Oleh karena itu, bidan memiliki peran penting dalam memberikan asuhan kebidanan secara berkesinambungan (*Continuity of Care*) yang dipadukan dengan pendekatan *Women Centered Care*, yaitu pelayanan yang berfokus pada kebutuhan dan partisipasi aktif perempuan dalam setiap pengambilan keputusan. Tujuan studi kasus ini adalah mampu memberikan asuhan kebidanan komprehensif pada Perempuan “DS” di TPMB “TP” wilayah kerja Puskesmas Gerokgak I Kabupaten Buleleng Tahun 2026. Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus melalui teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, serta studi dokumentasi sejak masa kehamilan hingga masa nifas dan neonatus. Latihan gym ball yang terbukti mampu menurunkan tingkat ketidaknyamanan pada kunjungan berikutnya. Proses persalinan berlangsung secara normal tanpa komplikasi. Masa nifas berjalan fisiologis tanpa tanda bahaya, dan pada kunjungan neonatus tidak ditemukan adanya kelainan maupun tanda infeksi. Berdasarkan hasil asuhan, diketahui bahwa keluhan ketidaknyamanan pada ibu hamil dapat diatasi secara efektif melalui intervensi nonfarmakologis seperti latihan *gym ball*. Penerapan asuhan kebidanan komprehensif terbukti mampu meningkatkan kenyamanan ibu, mendukung kelancaran persalinan, serta mempercepat pemulihan pascapersalinan. Meskipun masih terdapat beberapa tindakan yang belum sepenuhnya sesuai standar, penerapan asuhan berkelanjutan berbasis *evidence* tetap menunjukkan hasil yang baik. Oleh karena itu, disarankan agar tenaga kesehatan dan ibu hamil dapat menerapkan asuhan kebidanan secara konsisten sesuai standar untuk mencapai kesejahteraan ibu dan bayi secara optimal.

Kata kunci: Ibu hamil, *Continuity of Care*, *gym ball*, *Women Centered Care*

ABSTRACT

Pregnant women, especially in the third trimester, often experience anxiety and physical discomfort due to physiological and psychological changes during pregnancy. These conditions are also influenced by limited knowledge about pregnancy and childbirth. If not properly managed, these discomforts may lead to more serious complications. Therefore, midwives play a crucial role in providing continuous midwifery care (Continuity of Care) integrated with the principles of Women-Centered Care, which emphasizes women as the focus and active decision-makers in their care. The purpose of this case study is to provide comprehensive midwifery care for a woman “DS” at TPMB “TP” in the working area of Gerokgak I Public Health Center, Buleleng Regency in 2026. This study uses a descriptive case study approach with data collection methods including interviews, observations, physical examinations, and documentation from pregnancy to postpartum and neonatal periods. Management included education and gym ball exercises, which were shown to reduce discomfort at the following visit. The delivery process occurred normally without complications. The postpartum period progressed physiologically without danger signs, and no abnormalities or infections were found during neonatal visits. Based on the care provided, it can be concluded that pregnancy discomfort can be effectively managed through non-pharmacological interventions such as gym ball exercises. The implementation of comprehensive midwifery care has proven to improve maternal comfort, support a smooth labor process, and accelerate postpartum recovery. Although some aspects were not fully aligned with standards, continuous evidence-based care still showed positive outcomes. Therefore, it is recommended that midwives and pregnant women consistently apply standardized continuous care to ensure optimal maternal and neonatal well-being.

Keywords: *Pregnant women, Continuity of Care, gym ball, Women Centered Care*