

ABSTRAK

Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Perempuan “BU” di PMB “LM” Wilayah Kerja Puskesmas Sawan I Kabupaten Buleleng Tahun 2021

Gangguan tidur merupakan suatu keadaan sering terbangun pada malam hari yang tidak mudah tertidur kembali (Sihotang dkk, 2016). Apabila gangguan tidur tidak segera ditangani akan berpengaruh pada poses persalinan dan masa nifas sehingga perlu adanya asuhan kebidanan komprehensif. Asuhan kebidanan komprehensif yang dilakukan pada perempuan “BU” sejak umur kehamilan 37 minggu 3 hari sampai kunjungan nifas 2 minggu di PMB “LM” wilayah kerja puskesmas sawan I. Laporan penelitian ini disusun dengan jenis penelitian deskriptif pendekatan studi kasus yang dilaksanakan pada tanggal 21 April 2021 sampai dengan 14 Mei 2021. Hasil penelitian pada perempuan “BU” didapatkan bahwa ibu mengeluh badan lemas dan sering terjaga pada malam hari karena gerakan janin yang aktif. Keluhan yang dirasakan ini menandakan ibu mengalami gangguan pada tidur. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi gangguan tidur dengan mengajarkan ibu melakukan teknik relaksasi otot progresif. Berdasarkan hasil asuhan kebidanan komprehensif bahwa relaksasi otot progresif dapat memberikan dampak baik secara berkelanjutan dalam persalinan dan masa nifas, sehingga dari kasus tersebut tidak ditemukannya kesenjangan antara teori dengan *actual* di lapangan

Kata Kunci: Trimester III, Gangguan Tidur, Relaksasi Otot Progresif



ABSTRACT

Comprehensive Midwifery Care for Women "BU" in PMB "LM" Working Area of Puskesmas Sawan I Buleleng Regency in 2021

Sleep disturbance is a condition that often wakes up at night which is not easy to fall back asleep (Sihotang et al, 2016). If sleep disorders are not treated immediately, it will affect the delivery process and the postpartum period, so there is a need for comprehensive midwifery care. Comprehensive midwifery care carried out on women "BU" from 37 weeks 3 days of gestation until 2 weeks postpartum visit at PMB "LM" in the work area of Puskesmas Sawan I Health Center. This research report was prepared with a descriptive type of case study approach which was carried out on April 21, 2021 to May 14, 2021. The results of the study on women "BU" found that the mother complained of weakness and was often awake at night due to active fetal movements. This perceived complaint indicates the mother is having trouble sleeping. Efforts were made to overcome sleep disorders by teaching mothers to do progressive muscle relaxation techniques. Berdasarkan hasil midwifery care comprehensive that progressive muscle relaxation can provide dampak whether continuously during labor and post partum, so that from these cases is not finding the gap between theory and *actual* field

Keywords: Trimester III, Sleep Disorders, Muscle Relaxation Progressive

