

## ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF DENGAN TERAPI KOMPLEMENTER TEKNIK *GYM BALL* PADA NY. T G1P0A0H0 DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN “H” KABUPATEN AGAM

**Agnes Asnati Usna<sup>1\*</sup>, Yessi Ardiani<sup>2</sup>**

Prodi D III Kebidanan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi, Bukittinggi Sumatera Barat, Indonesia

Prodi D III Kebidanan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi, Bukittinggi, Indonesia

Email : [Agnesasnatiusna05@gmail.com](mailto:Agnesasnatiusna05@gmail.com)

### INFORMASI ARTIKEL

#### Riwayat Artikel

Received : 12 Desember 2025

Revised : 18 Desember 2025

Accepted : 20 Desember 2025

#### Kata Kunci

Kehamilan, Persalinan, BBL, Nifas  
dan Keluarga Berencana

### ABSTRAK

Secara biomedis, pergeseran pusat gravitasi ke depan menyebabkan nyeri punggung pada masa kehamilan trimester III. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 60–80% ibu hamil mengalami nyeri punggung, terutama pada trimester ketiga kehamilan. Penelitian ini bertujuan menerapkan asuhan kebidanan berkesinambungan pada ibu hamil sampai dengan bersalin, nifas, bayi baru lahir, dan KB di PMB “H” Kabupaten Agam.

Asuhan dilakukan menggunakan studi penalaah kasus, asuhan dilakukan bulan Maret - Juni 2025 di PMB “H” Kabupaten Agam. Asuhan dilakukan dengan metode varney dan metode pendokumentasi SOAP. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder.

Hasil asuhan yaitu Ny. T pada kehamilan TM 3 mengalami nyeri punggung dan dilakukan tindakan khusus yaitu pemberian latihan *gym ball* berlangsung selama 25 hingga 30 menit dengan frekuensi 1-2 kali dalam 1 minggu, selama kehamilan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil TM 3. Pada proses persalinan juga menggunakan latihan *gym ball* untuk mengurangi nyeri pada kala I. Hasil penerapan *gym ball* menunjukkan terjadinya penurunan skala nyeri pada ibu sebelumnya, yaitu skala nyeri 3-4 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 1-2 (nyeri ringan) setelah diberikan tindakan *gym ball*, pada masa nifas normal, Bayi lahir sehat, KB yang dipilih ibu yaitu MAL.

Semua asuhan kebidanan dilakukan sesuai dengan kebutuhan ibu hamil dan di persalinan yaitu Latihan *gym ball*, nifas, BBL dan KB normal. Intervensi pada masing-masing asuhan yang berbeda berhasil dilakukan. Diharapkan kepada bidan agar dapat menerapkan terapi latihan *gym ball* untuk mengurangi nyeri pada ibu hamil TM 3 dan di kala I persalinan.

### Pendahuluan

Selama kehamilan akan terjadi perubahan baik fisiologis maupun patologis. Ibu hamil mengalami perubahan anatomi, fisiologis, biokimia dan emosional sebagai akibat dari pertumbuhan janin dalam rahim, yang menjadi salah satu penyebab ketidaknyamanan pada ibu hamil. Pada trimester ketiga, perempuan umumnya mengalami sejumlah perubahan fisiologis seperti peningkatan frekuensi buang air kecil, kesulitan dalam tidur, ketidaknyamanan di daerah perut dan nyeri dibagian punggung. Perubahan dan penyesuaian yang terjadi selama masa kehamilan sering kali menimbulkan ketidaknyamanan bagi ibu hamil. Perubahan dan adaptasi yang terjadi selama kehamilan seringkali menimbulkan ketidaknyamanan bagi ibu hamil.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa 70% wanita hamil merasakan nyeri punggung bawah ketika usia kehamilan telah melewati 21 minggu. Tingkat kejadian nyeri di Indonesia menunjukkan bahwa 68% wanita hamil mengalami nyeri punggung tingkat sedang dan 32% mengalami nyeri punggung ringan dengan total 5. 298. 285 ibu hamil (Puspitasari dan Saripah, 2020). Menurut Dinkes kota Bukittinggi dan Kabupaten Agam saat ini, tidak ada data resmi atau publik yang secara khusus mencatat jumlah ibu hamil trimester 3 yang mengalami nyeri punggung. Namun, beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 60–80% ibu hamil mengalami nyeri punggung, terutama pada trimester ketiga kehamilan (Viky Agalara et al., 2020) Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2018), sekitar 70% ibu hamil merasakan nyeri punggung yang mulai dirasakan pada awal trimester dan mencapai puncaknya selama trimester kedua dan ketiga (Wantini, 2021).

Darma (2021) menjelaskan bahwa terdapat banyak terapi non-farmakologis yang dapat membantu mengurangi rasa sakit, dan terapi tersebut mudah diakses oleh berbagai kalangan,

terjangkau, sederhana, efektif serta bebas dari efek samping yang merugikan. Salah satu bentuk terapi komplementer ini adalah penggunaan *gym ball*. Pelaksanaan Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 1109/Menkes/Per/IX/2007, Pasal 3, mengatur pengobatan komplementer alternatif di fasilitas kesehatan di Indonesia sebagai bagian dari layanan kesehatan yang berkelanjutan, meliputi promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif.

Secara biomedis, pergeseran pusat gravitasi ke depan menyebabkan nyeri punggung pada masa kehamilan trimester III. Hal ini disebabkan oleh tekanan rahim terhadap pembuluh darah besar yang menghambat aliran darah ke tulang belakang, sehingga menimbulkan rasa sakit, dan biasanya terjadi di akhir kehamilan. Mengingat berbagai dampak yang mungkin timbul, nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil memerlukan penanganan yang tepat. Salah satu metode relaksasi dan penanganan non farmakologis untuk mengurangi nyeri selama masa kehamilan dan persalinan adalah dengan memanfaatkan *gym ball* (Ni'amah and Sulistyaningsih, 2024).

Selama kehamilan, latihan dengan *gym ball* dapat meningkatkan refleks postur dan mempertahankan kekuatan otot yang mendukung tulang belakang. Duduk di atas *gym ball* memiliki efek yang mirip dengan posisi jongkok, yang dapat membantu membuka panggul dan mempercepat proses persalinan. Jika bola diletakkan di atas karpet dan digunakan untuk latihan dalam posisi membungkuk, dengan badan ditopang oleh *gym ball* sambil melakukan gerakan mendorong panggul, hal ini dapat membantu bayi bergerak ke posisi yang optimal. Latihan ini berpotensi mempercepat waktu persalinan (Raidanti dan Mujianti, 2021). *Gym ball* merupakan salah satu terapi komplementer. Penyelenggaraan pemberian terapi komplementer di fasilitas pelayanan di Indonesia telah diatur pada peraturan menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor 1109/Menkes/Per/IX/2007 pasal 3 yang berbunyi "pengobatan komplementer alternatif dilakukan sebagai upaya pelayanan yang berkesinambungan mulai dari peningkatan kesehatan (promotif), pencegahan penyakit (preventif), penyembuhan penyakit (kuratif) dan atau pemulihan kesehatan (rehabilitatif) (Wijayanti, I. T, 2020).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Salah satunya dengan memberikan informasi dan mengajarkan cara melakukan *gym ball* kepada ibu hamil (Mutoharoh, S. Kusumastuti dan Indriyani, E, 2019) dan (Viky Agalara et al., 2020). Salah satu cara gerakan *gym ball* berupa duduk di atas bola dengan menggoyangkan panggul dinilai mampu memberikan kenyamanan pada punggung bagian bawah. Penggunaan *gym ball* selama kehamilan akan merangsang refleks postural dan menjaga otot-otot yang mendukung tulang belakang (Mutoharoh, S., Kusumastuti dan Indriyani, E, 2019). Latihan selama proses kehamilan dapat menurunkan nyeri dan direkomendasikan pada ibu hamil (Viky Agalara et al., 2020)

Hasil penerapan *gym ball* menunjukkan terjadinya penurunan skala nyeri punggung pada ibu hamil berdasarkan hasil penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, yaitu skala nyeri 8 (nyeri berat terkontrol) menjadi skala nyeri 4 (nyeri sedang) setelah diberikan tindakan *gym ball*. Sedangkan skala nyeri pada penelitian lain menunjukkan skala sebelum tindakan *gym ball* yaitu skala nyeri 4-6 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 1-3 (nyeri ringan) setelah diberikan tindakan *gym ball*. Penggunaan *gym ball* selama kehamilan akan merangsang refleks postural dan menjaga otot-otot yang mendukung tulang belakang. Salah satu gerakan latihan *gym ball* berupa duduk di atas bola dengan menggoyangkan panggul dinilai mampu memberikan kenyamanan pada punggung bagian bawah melalui mekanisme gate control. Latihan *gym ball* berlangsung selama 25 hingga 30 menit dengan frekuensi 1-2 kali dalam 1 minggu, selama kehamilan dan Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2022) menunjukkan penurunan skala nyeri setelah penggunaan *gym ball*, sebagaimana dilaporkan dalam dua penelitian sebelumnya. Penggunaan *gym ball* terbukti efektif dalam membantu mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Oleh sebab itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk memahami bagaimana strategi pengurangan prevalensi nyeri punggung pada ibu hamil dari perspektif tenaga kesehatan (Viky Agalara et al., 2020 dalam Anggraini, 2022).

Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk mengurangi kasus tersebut yaitu dengan pemberian asuhan berkesinambungan atau Asuhan Kebidanan *Continuity of Care* (COC) adalah

suatu pendekatan yang memberikan perawatan kebidanan yang berkesinambungan bagi ibu dan bayi. Proses ini dimulai dari tahap kehamilan, persalinan, hingga masa bayi baru lahir, nifas, dan program keluarga berencana. Dengan adanya asuhan COC, perkembangan kondisi ibu dapat dipantau secara optimal setiap saat. Selain itu, perawatan yang berkelanjutan ini memungkinkan ibu untuk merasa lebih percaya diri dan terbuka, karena mereka telah mengenal para pemberi asuhan dengan baik (Fadilah & Veftisia, 2023).

*Gym Ball* bukan hanya memiliki manfaat mengurangi nyeri punggung di kehamilan saja. Adapun manfaat *gym Ball* saat proses melahirkan yaitu dipergunakan oleh ibu melahirkan pada kala I dengan tujuan agar ibu dapat memanfaatkannya sebagai alat yang memberikan kenyamanan dengan duduk di atas bola yang bergerak. Pemakaian *gym ball* pada ibu melahirkan memiliki manfaat dalam mengurangi rasa sakit dan menciptakan kenyamanan serta mendukung kemajuan proses persalinan (Ulfa, 2021).

Penggunaan *Gym Ball* selama proses melahirkan dapat mengurangi tingkat rasa sakit karena dapat merangsang refleks postural serta menjaga otot-otot dan postur tulang belakang dalam keadaan yang baik (Ulfa, 2021). Sriwenda (2014) dalam penelitiannya mencatat bahwa 95% responden mengungkapkan bahwa latihan *Gym Ball* dapat meningkatkan kenyamanan, sehingga mengurangi kecemasan, mengurangi penggunaan pethidin, membantu penurunan kepala janin, mengurangi durasi kala 1, serta meningkatkan kepuasan dan kesejahteraan ibu (Valinda & Nur Hadianti, 2022).

Hasil penelitian Utami et al. (2023) menunjukkan adanya pengaruh latihan *Gym Ball* terhadap pengurangan rasa sakit saat persalinan kala I aktif. Latihan *Gym Ball* yang dilakukan selama 20 menit pada ibu inpartu setelah pembukaan 4cm-7cm (fase aktif) akan mengurangi rasa sakit saat melahirkan. Ketidaknyamanan dapat diatasi dengan posisi tubuh yang mendukung gravitasi dan posisi yang mempercepat dilatasi serviks, seperti berjalan, berjongkok, berlutut, dan duduk. Penggunaan *Gym Ball* akan mendukung ibu untuk mengambil posisi tersebut selama proses persalinan, sehingga membantu kepala janin turun ke dalam rongga panggul dan ibu merasakan pengurangan rasa sakit selama proses melahirkan (Kurniawati dkk, 2017).

Penelitian Ulfa (2021) menyatakan hal serupa yaitu ada pengaruh intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi *gym ball*. Terapi *gym ball* ini dilaksanakan sekali dengan durasi 30 menit pada pembukaan 4-8 cm dengan melibatkan 40 responden, dengan hasil rata-rata sebelum dan sesudah terapi *gym ball* menunjukkan intensitas nyeri sebesar 1,70 dengan nilai *p value* = 0,000.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Asuhan Kebidanan Komprehensif Penerapan Teknik *GymBall* Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ny "T" G1P0A0H0 di Praktik Mandiri Bidan "H" Kabupaten Agam Tahun 2025". Hal ini karena terapi *Gym Ball* mudah diakses oleh berbagai kalangan, terjangkau, sederhana, efektif, serta bebas dari efek samping yang merugikan.

## Metode

Subjek yang digunakan dalam studi kasus dengan asuhan kebidanan komprehensif secara *Continuity of Care* (COC) ini adalah Ny. "T" G1P0A0H0 usia kehamilan 31-32 minggu, dengan kunjungan kehamilan, bersalin, kunjungan bayi baru lahir dan pada kunjungan nifas di Praktik Mandiri Bidan Hendriwati, Amd.Keb di Kabupaten Agam.

## Hasil dan Pembahasan

Pembahasan dari studi kasus asuhan kebidanan berkesinambungan yang telah penulis lakukan pada Ny. T mulai dari asuhan kehamilan trimester III, bersalin, bayi baru lahir, nifas, dan KB. Penelitian ini telah dilakukan mulai dari bulan Februari sampai bulan Maret 2025 di PMB Hj, Hendriwati, S.ST.

### a. Asuhan Kebidanan Kehamilan

Asuhan kebidanan yang dilakukan penulis pada ibu hamil Ny. T dilaksanakan kunjungan sebanyak 1 kali pada TM II dan 3 kali pada TM III. Pada kunjungan pertama, usia kehamilan Ny. T 31-32 minggu dan BB Ny. T didapatkan 53 kg kenaikan BB Ny. T yaitu 8 kg dari BB

sebelum hamil hal ini normal sesuai dengan kenaikan berat badan sesuai usia kehamilan menurut Kemenkes RI, Secara spesifik untuk usia kehamilan 31 - 32 minggu, kenaikan berat badan janin yang normal adalah sekitar 1.5 - 1.7 kg, dan ibu hamil mungkin mengalami penambahan berat badan sekitar 0.5 kg per minggu. Tinggi badan di dapatkan 147 cm, pengukuran lila di dapatkan hasil 25 cm ini tergolong lila yang normal,pada saat pemeriksaan HB Ny. T di dapatkan hasil HB Ny. T normal yaitu 11 gr/dl yang di mana menurut WHO HB normal ibu hamil di atas 11 gr/dl. Selama kunjungan ANC yang di lakukan pada Ny. T mengeluh sejak 1 minggu mengalami nyeri punggung. Asuhan yang diberikan untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu yaitu terapy komplementer latihan gym ball.

Pada kunjungan kedua, Ny. T masih mengeluh nyeri punggung sejak 2 minggu yang lalu Asuhan yang di berikan untuk nyeri pungung ibu yaitu Latihan dengan menggunakan gym ball. Pada kunjungan ke tiga ibu mengatakan sudah melakukan latihan Gym ball durasi 25-30 menit dengan frekuensi 1-2 kali dalam 1 minggu, sekarang ibu mengatakan nyerinya sudah berkurang, dan dilakukan pengukuran skala nyeri dengan menggunakan Skala Faces Rain Scale (SFRS) sebelum dilakukan pemberian terapi komplementer latihan gym ball nyeri ibu berada di angka 3 yaitu (lebih menyakitkan lagi) dan setelah dilakukan latihan gym ball selama 6 minggu skala nyeri ibu berkurang dan saat ini berada di angka 1 yaitu (sedikit sakit). Asuhan yang di berikan pada ibu yaitu menganjurkan ibu untuk tetap melakukan latihan gym ball. Tujuan Latihan gym ball selama proses kehamilan dapat mencegah dan menurunkan nyeri pada ibu hamil dan direkomendasikan pada ibu hamil (Viky Agalara et al., 2020).



Gambar 3.7 Skala Faces Pain Rating Scale (FPRS)  
(Mae Burke, 2022)

Keterangan tentang intensitas digambarkan sebagai berikut :

- 0 = tidak menyakitkan
- 1 = sedikit sakit
- 2 = lebih menyakitkan
- 3 = lebih menyakitkan lagi
- 4 = jauh lebih menyakitkan lagi
- 5 = benar-benar menyakitkan

Tabel Catatan Pemantauan Nyeri Sebelum Dan Setelah Diberikan Asuhan

TANGGAL	Skor FPRS (0-10)	Catatan/Keluhan Ibu
24 April 2025	3	Lebih menyakitkan lagi
18 Mei 2025	2	Lebih menyakitkan lagi
21 Mei 2025	1	Sedikit sakit

b. Asuhan Kebidanan Persalinan

Pada pemeriksaan Ny. T mulai dari kala 2 sampai kala 4 di dapatkan hasil, ibu datang pada hari Kamis pada tanggal 22 Mei 2025 pada pukul 08.30 wib dengan keluhan sakit pinggang menjalar ke ari-ari sejak tadi pagi, dan pada kala 1 ibu mengatakan nyeri punggung semakin kuat dan diberikan asuhan terapi komplementer dengan latihan gym ball.

Penggunaan gym ball selama proses melahirkan dapat mengurangi tingkat rasa sakit karena dapat merangsang refleks postural serta menjaga otot-otot dan postur tulang belakang dalam keadaan yang baik (Ulfa, 2021). Sriwenda (2014) dalam penelitiannya mencatat bahwa 95% responden mengungkapkan bahwa latihan gym ball dapat meningkatkan kenyamanan, sehingga mengurangi kecemasan, mengurangi penggunaan pethidin, membantu penurunan kepala janin, mengurangi durasi kala 1, serta meningkatkan kepuasan dan kesejahteraan ibu (Valinda & Nur Hadianti, 2022). Setelah diberikan terapi latihan gym ball ibu mengatakan nyerinya berkurang dan ibu merasa nyaman saat melakukan gerakan gym ball saat sakitnya timbul. keluar lendir bercampur darah sejak pukul 09.00 wib, keluar air air pukul 15.00 wib dan didapatkan hasil pemeriksaan pembukaan 10 cm dan ketuban sudah pecah bewarna jernih, dengan his 5x dalam 10 menit, hal yang di alami oleh ibu merupakan tanda priode kala II. Kala II berlangsung selama 1 jam, kala III 15 menit, Sedangkan kala IV berlangsung selama 2 jam postpartum. Dengan penatalaksanaan yang adikuat dan sesuai dengan prosedur, proses persalinan Ny. T berlangsung dengan lancar dan aman.

c. Asuhan Kebidanan Bayi Baru Lahir

Pada bayi Ny. T, dilakukan kunjungan sebanyak 3 kali, bayi Ny. T lahir pada tanggal 22 Mei 2025. Bayi lahir cukup bulan pada usia kehamilan 40 - 41 minggu. Lahir spontan pukul 16.00 wib bayi menangis spontan, kuat, tonus otot aktif (+), warna kulit kemerahan, jenis kelamin Laki-laki, anus (+), dan tidak ada cacat bawaan, dengan BB 2800 gram. Pada kunjungan pertama neonatus enam jam setelah kelahiran, bayi diawasi dan dipantau tanda-tanda bahaya bayi baru lahir. Bayi menyusu dengan kuat kepada ibunya, TTV dalam batas normal, tali pusat baik, dan bayi sudah dimandikan. Sementara itu, untuk imunisasi Hepatitis B dosis 0 (HB-0) belum diberikan kepada bayi Ny. T. Namun, ibu telah dianjurkan untuk segera membawa bayinya ke puskesmas agar dapat menerima imunisasi tersebut. Imunisasi ini bertujuan untuk mencegah penularan virus Hepatitis B dari ibu ke bayi saat proses persalinan, terutama pada ibu yang positif HBsAg. Pada kunjungan kedua neonatus empat hari setelah kelahiran, tidak ditemukan tanda-tanda bahaya pada bayi, bayi menyusu dengan kuat kepada ibunya, TTV dalam batas normal, tali pusat baik, dan bayi sudah mendapatkan imunisasi Hepatitis B dosis 0 (HB-0) di pukesmas. Pada kunjungan ketiga neonatus delapan hari setelah kelahiran keadaan bayi baik, TTV normal, bayi menyusu sangat kuat kepada ibu, tidak di temukan tanda bahaya pada bayi baru lahir dan tali pusat sudah lepas pada hari kelima setelah bayi di lahirkan.

d. Asuhan Kebidanan Nifas Ny. T Nifas

Asuhan masa nifas pada Ny. T dilakukan sebanyak 4 kali kunjungan sesuai dengan kebijakan program pemerintah dimana setiap ibu nifas harus melakukan asuhan masa nifas 4 kali. pada hari jumat 23 Mei 2025 pada pukul 06.30 WIB dilakukan pengawasan dan pemantauan tanda-tanda bahaya postpartum dan kondisi ibu serta bayi. Dalam pengawasan dan pemantauan masa nifas 6 jam postpartum keadaan TTV normal, kontraksi uterus baik, tinggi fundus uteri 3 jari dibawah pusat, pengeluaran pervaginam lochea rubra. Pada kunjungan kedua, yang dilakukan 5 hari setelah persalinan, ibu mengatakan sedikit nyeri di tempat jahitan dan perenium, mengevaluasi kunjungan pertama setelah persalinan yang dilakukan di rumah ibu. Pada kunjungan ini, tidak ditemukan adanya komplikasi dan involusi uterus dalam keadaan baik, Lochea ibu sanguinolenta, ibu di anjurkan untuk tetap menjaga kebersihan pada luka jahitan ibu. Tujuan kunjungan ini adalah untuk mengevaluasi tanda - tanda bahaya pada ibu dan memastikan nutrisi ibu terpenuhi, dan tidak ditemukan perbedaan antara teori dan fakta di lapangan. Pada kunjungan ketiga yang dilakukan 18 hari postpartum, pada kunjungan ketiga ini sama dengan kunjungan kedua yaitu memastikan kembali bahwasanya tidak ada terjadi komplikasi kepada ibu dan bayinya yang mana di kunjungan ketiga ini involusi uterus normal, ASI ibu banyak dan lochea ibu serosa dan ibu mengatakan tidak ada lagi rasa nyeri pada bekas jahitan dan perenium pada kunjungan ketiga ini tidak ada ditemukan komplikasi atau perbedaan antara teori maupun lapangan.

e. Asuhan Kebidanan Keluarga Berencana

Asuhan pelayanan KB pada Ny. T dimana edukasi tentang KB sudah diberikan pada kunjungan ke 3 dan 4 masa nifas, penulis sudah menjelaskan berbagai alat kontrasepsi pada Ny. T pada saat penjelasan KB ibu mengatakan bahwa ia belum ingin menggunakan alat kontrasepsi apa pun. Penulis juga sudah mengedukasi pada ibu tentang pentingnya KB apabila ibu tidak menggunakan kontrasepsi yang efektif dapat mengakibatkan terjadinya kehamilan dengan jarak yang dekat dan itu akan berisiko terhadap ibu dan janinnya. Pada kunjungan keempat yang dilakukan 29 hari postpartum ibu dalam keadaan baik, TTV dalam batas normal, lochea ibu Alba, ASI ibu banyak, tidak di temukan komplikasi pada ibu atau perbedaan antara teori dan praktik lapangan yang dilakukan. Menurut asumsi penulis setelah dilakukan edukasi kepada ibu tentang pentingnya kontrasepsi dan pada kunjungan nifas ke 4 ibu memilih KB MAL, penulis berharap setelah 6 bulan ibu akan menggunakan kontrasepsi yang lebih efektif.

## Kesimpulan

Asuhan kebidanan *continuity of care* merupakan asuhan yang diberikan kepada wanita mulai dari hamil, dengan kehamilan trimester III, bersalin, nifas sampai pada bayi baru lahir dan kontrasepsi. Laporan yang digunakan meliputi 7 langkah varney dimulai dari pengumpulan data, interpretasi data, masalah / diagnosa potensial, identifikasi masalah yang membutuhkan tindakan segera / kolaborasi dan rujukan, rencana asuhan, implementasi rencana asuhan, dan evaluasi, serta pendokumentasiannya dengan menggunakan SOAP. Maka dapat disimpulkan :

1. Hasil pengkajian data subjektif dan objektif pada Ny. T G1P0A0H0 dengan kehamilan normal, persalinan normal, bayi Ny. T BBL normal, Nifas Ny. T normal.
2. Hasil interpretasi data dari pengkajian yang telah dilakukan pada Ny. T G1P0A0H0 dengan kehamilan normal, persalinan normal, bayi Ny. M BBL normal, Nifas Ny. T normal.
3. Masalah dan diagnosa potensial pada Ny. T G1P0A0H0 dengan kehamilan normal diagnosa potensial tidak ada, persalinan normal, bayi Ny. T BBL normal, Nifas Ny. T normal.
4. Tidak ada masalah yang membutuhkan tindakan segera, kolaborasi dan rujukan dari masalah potensial pada Ny. T G1P0A0H0 pada kehamilan normal, persalinan normal, bayi Ny. T normal, Nifas Ny. T normal.
5. Rencana Asuhan yang diberikan kepada Ny. T G1P0A0H0 pada kehamilan dengan asuhan latihan *gym ball*, persalinan dengan gerakan *gym ball*, BBL normal tanpa *evidence based*, dan Nifas normal tanpa *evidence based*.
6. Hasil pelaksanaan asuhan sesuai dengan perencanaan yang ada pada Ny. T G1P0A0H0 dengan kehamilan normal, persalinan normal, bayi Ny. T BBL normal, Nifas Ny. T normal.
7. Hasil evaluasi hasil asuhan yang diberikan pada Ny. T G1P0A0H0 dengan kehamilan normal, persalinan normal, bayi Ny. T BBL normal, Nifas Ny. T normal.

## Ucapan Terima Kasih

Dalam proses penyusunan laporan ini, penulis banyak menerima bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada : Bapak Afridian Wirahadi Ahmad, SE, M. Sc, AK, CA. AAP-B, selaku Rektor Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi, Ibu Ns. Liza Merianti, S. Kep., M. Kep., selaku Wakil Rektor I Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi, Ibu Reny Chaidir, S. KP. M. Kep., selaku Wakil Rektor II Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi, Ibu Yellyta Ulsafitri, S. SiT., M. Keb., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi, Ibu Yessi Ardiani, S. ST., M. Keb., Bidan Praktik Mandiri Hj. Hendrawati, Amd.

Keb, yang telah memberikan izin dan membantu dalam memberikan asuhan berkesinambungan dan Ny. T sebagai subjek dalam penelitian serta ibu dan kakak dan seluruh teman-teman mahasiswa Program Studi D III Kebidanan Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi.

## Referensi

- Aokino, A. Q. A. (2024). *Asuhan Kebidanan Komprehensif Dan Continuity of Care (Coc) Pada Ibu a Di Klinik Umum Dan Bersalin Kusuma Kota Samarinda*. 2024.
- Andriani Desi, & Ardiani Yessi. (2024). Hubungan Mobilisasi Dini Dengan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Padalbu Post Partum Di Bpm "F" Kabupaten Agam. *Jurnal Medical Health Science, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi*, 1(No. 2), 1-7.
- Ardiani, Y. (2015). *HUBUNGAN TEKNIK MENERAN DENGAN KEJADIAN RUPTURE PERINEUM Program Studi DIII Kebidanan*.
- Dutta, A. (2021). Presentation and Mechanism of Labour. *The Global Library of Women's Medicine*, 1-7. <https://doi.org/10.3843/glowm.414323>
- Fadilah, N., & Veftisia, V. (2023). Asuhan Kebidanan Continuity Of Care (COC) Ny.U Umur 35 Tahun di Klinik Istika Kabupaten Semarang Jawa Tengah. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan*, 2(2), 630-637. <https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/538/307>
- Fatimah, Deila, R. A., Nurdianah, & Damayanti, T. (2020). Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil, bersalin, nifas, bbl dan kb. *Cv. Eureka Media Aksara*, 5(3), 54. <https://repository.penerbiteureka.com/ms/publications/558482/asuhan-kebidanan-pada-ibu-hamil-bersalin-nifas-bbl-dan-kb>
- Intanghina. (2023). Tinjauan Pustaka Tinjauan Pustaka. *Convention Center Di Kota Tegal*, 9.
- Khairoh Miftahul, D. (2021). Buku Ajar Asuhan Kebidanan. In *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. [https://books.google.co.id/books/about/ASUHAN\\_KEBIDANAN\\_KEHAMILAN.html?id=rC7ZDwAAQBAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.id/books/about/ASUHAN_KEBIDANAN_KEHAMILAN.html?id=rC7ZDwAAQBAJ&redir_esc=y)
- N, G. Z. (2020). *Yang Mempengaruhi Apa Itu*.
- Ni'amah, S., & Sulistyaningsih, S. H. (2024). Efektifitas Tehnik Gym Ball Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan*, XVI(01), 97-110. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v16i01.739>
- Sari, F. A., Dewi, N. R., Dewi, T. K., Keperawatan, A., & Wacana, D. (2023). *Jurnal Cendikia Muda Volume 3, Nomor 3, September 2023 ISSN : 2807-3469 Sari, Penerapan Pendidikan Kesehatan Jurnal Cendikia Muda , Volume 3 , Nomor 3 , September 2023 Pendahuluan Persalinan merupakan suatu proses yang fisiologis mengalami dan umumnya . 3(September), 2019-2024*.
- Solehah, I., Munawaroh, W., Lestari, Y. D., Holilah, B. H., & Islam, I. M. R. (2021). Asuhan Segera Bayi Baru Lahir. *Buku Ajar Asuhan Segera Bayi Baru Lahir Fakultas Kesehatan Diploma III Kebidanan Universitas Nurul Jadid*, 5(3), 78.
- Trisnawati. (2021). Pengaruh Beberapa Tehnik Pijat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri persalinan. *Unw.Ac.Id*, 7-27.
- Ulsafitri. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Penurunan Nyeri Perineum pada Ibu Post Partum 1-2 Hari di BPM "H" Bukittinggi Tahun 2018. *Afiyah*, 5(2), 65-70.
- Valinda, N., & Nur Hadianti, D. (2022). Efektifitas Birth Ball Dalam Menurunkan Nyeri Persalinan : Evidence Based Case Report (Ebcr). *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 74-84. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1196>
- Viky Agalara, P., Salsabila Hafilah, R., Erlinda, S., & Vallen Ika Puspita, N. (2020). Literature Review Ke Efektifitas Penggunaan Gym Ball Terhadap Penurunan Nyeri Punggung. *Konferensi*

- Nasional Dan Call Paper STIKES Telogorejo Semarang, 64–70. www.googlescholar.com.*
- Yolanda & WIdyanti. (2017). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Pada Primigravida. *LPPM Stikesyarsi*, 1–4.  
<http://ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/view/52/0>
- Yolanda, D. (2015). Hubungan Pendidikan dan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang ASI dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan 'Afiyah*, Vol. 2(No. 1), 1–7.