

BAB II

KAJIAN KASUS DAN TEORI

A. Kajian Kasus

1. Asuhan Kehamilan

Pengkajian awal dilakukan dengan kunjungan rumah dimulai sejak pengambilan data awal pada tanggal 14 Januari 2024. Pengkajian dilakukan melalui kunjungan rumah dan tetapi juga dilakukan pemantauan secara *online* menggunakan *Whatsapp*. Jenis data yaitu data primer dari anamnesa dan pemeriksaan saat kunjungan rumah, serta data sekunder yang diperoleh melalui rekam medis dan buku KIA pasien.

a. Kunjungan Rumah tanggal 14 Januari 2024

Asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. R pertama kali dilakukan pada tanggal 14 Januari 2024 melalui kunjungan rumah diperoleh Ny. R berusia 28 tahun dengan G1P0Ab0Ah0 dengan usia kehamilan 35 minggu 3 hari. Berdasarkan pengkajian Ny. R mengatakan bahwa untuk saat ini tidak ada keluhan. Selanjutnya dilakkan anamnesa yaitu berdasarkan riwayat menstruasi, menarche 13 tahun, siklus ≥ 30 hari, lama menstruasi 5-6 hari, tidak mengalami disminorea, ganti pembalut 3-4 kali/ hari serta tidak mengalami keputihan. Ny. R menikah 1 kali dan lama pernikahan dengan suami sudah menikah selama 2 tahun. HPHT 08 Mei 2023, HPL 15 Februari 2024. Kehamilan ini merupakan kehamilan pertama bagi Ny. R dan belum pernah mengalami keguguran.

Ny. R mulai memeriksakan kehamilannya saat umur kehamilan 6 minggu 2 hari di Puskesmas Nglipar I. Ny. R mengatakan selama kehamilan teratur melakukan pemeriksaan *antenatal care* di puskesmas dan dokter spesialis obsgyn. Selama hamil Ny. R pernah mengalami mual pada saat awal kehamilan dan keluhan mual sudah teratasi saat memasuki trimester ke-2. Pada trimester II, ibu mengeluh ketidaknyaman punggung pegal – pegal. Pada saat trimester III, ibu

merasa nyeri punggungl dan kram kaki. Ny. R hanya mengonsumsi obat yang diberikan oleh bidan/dokter yaitu asam folat, tablet tambah darah, dan kalsium.

Ny. R belum pernah menggunakan alat kontrasepsi jenis apapun. Berdasarkan riwayat kesehatan, Ny. R tidak pernah dan tidak sedang menderita penyakit hipertensi, DM, asma, jantung, HIV dan Hepatitis B. Keluarga ibu Ny. R ada yang memiliki riwayat penyakit Gondok yaitu ibu kandung namun tidak memiliki riwayat penyakit lain seperti hipertensi, DM, asma, jantung, HIV dan Hepatitis B. Status imunisasi TT Ny. R yaitu sudah TT5 saat caten.

Ibu mengatakan tidak ada keluhan pada pola nutrisi. Pola nutrisi makan sehari 3x/hari dengan porsi sedang, terdiri dari nasi, sayur, lauk, buah kadang-kadang. Minum air putih sehari $\pm 6 - 7$ gelas per hari. Pola eliminasi: BAB 1x/hari, BAK $\pm 6 - 8$ x / hari. Ibu mengatakan pola istirahat, tidur siang kurang lebih 1 jam/hari, dan tidur malam kurang lebih 8 jam/hari. Pada pengkajian data personal hygiene: mandi 2x/hari, ganti celana 2x/hari, bahan katun, area kewanitaannya jarang dikeringkan setelah BAK/BAB.

Ny. R tidak pernah mengonsumsi jamu selama kehamilan, tidak pernah melakukan hal – hal yang dapat membahayakan janin seperti merokok, minum – minum keras. Ibu mengatakan suami juga tidak merokok dan tidak pernah minum – minuman keras. Pola aktivitas sehari-hari Ny. R yaitu bekerja sebagai karyawan swasta dan pekerjaan suami juga sebagai karyawan swasta. Suami dan keluarga merasa senang dengan kehamilan ini karena sudah menanti kehadiran anak pertama. Ny. R berencana untuk melahirkan di Puskesmas ditolong oleh bidan dengan menggunakan jaminan kesehatan BPJS, alat transportasi menggunakan motor. Ibu mengatakan sudah menyiapkan kebutuhan untuk persiapan kelahiran putrinya.

Berdasarkan pengkajian data objektif, keadaan umum ibu baik, TD 120/85 mmHg, nadi 88 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, suhu

36,6°C. Berdasarkan data buku KIA, BB sebelum hamil 47 kg, BB saat ini 54 kg, TB 149 cm, Lila 25 cm, IMT 23,24 kg/m². TFU Mc donald 27cm, pada perut ibu bagian atas teraba bagian bulat lunak tidak melenting (bokong janin), pada pada perut ibu bagian kanan teraba bagian-bagian terkecil janin kesimpulan alat gerak janin, pada bagian perut bagian kiri teraba bagian yang keras seperti papan, (punggung janin), pada bagian perut bagian bawah teraba bagian bulat, teras dan sudah bisa di goyangkan, kesimpulan bagian terendah janin adalah kepala. Tangan pemeriksa konvergen (kepala janin belum masuk pintu atas panggul). DJJ 134 kali/menit, irama teratur.

Berdasarkan data subjektif dan objektif diperoleh diagnosa Ny. R usia 27 tahun G1P0Ab0Ah0 umur Kehamilan 35 minggu 3 hari, janin hidup, tunggal, punggung kiri, memanjang, presentasi kepala dengan risiko infeksi saluran kemih. Penatalaksanaan yang diberikan adalah menjelaskan hasil pemeriksaan, menjelaskan ketidaknyamanan kehamilan trimester III, KIE keluhan sering pegel-pegel dan kram, KIE personal hygiene, konseling untuk memperbanyak minum air putih dan tidak menahan BAK apabila terasa ingin berkemih, menjelaskan tanda-tanda persalinan, memberitahu ibu untuk memantau gerak janin.

b. Asuhan dan pengkajian melalui pesan Whatsapp pada tanggal 19 Januari 2024

Hasil anamnesa melalui WA, Ibu mengatakan tidak ada keluhan. Ny. R mengatakan sudah melakukan ANC dan Skrining Trimester III pada usia kehamilan 34⁺² minggu baik di Puskesmas Nglipar I dan Dokter Spesialis Obsgyn dengan hasil pemeriksaan USG yaitu hasilnya baik dengan air ketuban yang masih cukup, gerak aktif, plasenta baik, tbj janin menurut USG yaitu 2333gr normal. Asuhan yang diberikan pada Ny. R yaitu menganjurkan Ny. R untuk tetap menjaga kesehatannya, memantau gerak janin, memberikan asuhan

trimester III kehamilan, memberikan KIE mengenai konsumsi gizi seimbang, pemenuhan kebutuhan cairan serta pola istirahat.

- c. Asuhan dan pengkajian melalui pesan Whatsapp pada tanggal 26 Januari 2024

Hasil anamnesa melalui WA, Ibu mengatakan Ny. R telah melakukan kunjungan ulang di Puskesmas Nglipar I pada usia kehamilan 37⁺² minggu. Hasil anamnesa, Ny. R mengatakan tidak ada keluhan. Ibu mengatakan gerakan janin aktif > 10 kali dalam 12 jam dan perut sudah terasa tegang atau kram tetapi jarang. Berdasarkan hasil pemeriksaan keadaan umum baik, TD 114/77 mmHg dan BB 56 kg. Berdasarkan pemeriksaan abdomen didapatkan hasil TFU McDonald 30 cm, punggung kiri, presentasi kepala, dan sudah masuk panggul. DJJ: 136 x/menit, irama teratur.

Penatalaksanaan yang diberikan yaitu menjelaskan hasil pemeriksaan kepada ibu, memberikan konseling untuk menjaga personal hygiene dan memenuhi asupan nutrisi dan cairan selama hamil, konseling untuk selalu memantau gerakan janin, kolaborasi kepada dokter terkait hasil laboratorium urine rutin. Mengingat ulang kepada Ny. R mengenai tanda - tanda persalinan dan persiapan persalinan, memberitahu apabila Ny. R sudah merasakan tanda - tanda persalinan segera ke fasilitas kesehatan atau klinik bersalin, memberitahu ibu untuk meneruskan terapi obat tablet tambah darah dan kalsium yang telah diberikan.

- d. Asuhan dan pengkajian melalui pesan Whatsapp pada tanggal 7 Februari 2024

Hasil anamnesa melalui WA, ibu mengatakan sudah merasakan perut kenceng - kenceng namun jarang. Ny. R belum mengeluarkan lendir darah dan air ketuban. Hasil anamnesa melalui WA, Ibu mengatakan Ny. R telah melakukan kunjungan ulang di Puskesmas Nglipar I pada usia kehamilan 38 minggu. Berdasarkan hasil pemeriksaan ANC keadaan umum baik, TD 123/87 mmHg dan BB 58

kg. Berdasarkan pemeriksaan abdomen didapatkan hasil TFU McDonald 30 cm, punggung kiri, presentasi kepala, dan sudah masuk panggul. DJJ: 153 x/menit, irama teratur.

Saat ini Ny. R merasa cemas menghadapi persalinan yang semakin dekat dengan HPL karena ini merupakan kehamilan pertama sehingga belum pernah mengalami proses persalinan. Asuhan yang diberikan pada Ny. R yaitu memberikan dukungan mental dan support serta memberikan afirmasi positif kepada Ny. R agar Ny. R tidak terlalu cemas atau takut menghadapi persalinan yang semakin dekat serta mengingatkan ulang kepada Ny. R mengenai tanda - tanda persalinan dan persiapan persalinan, memberitahu apabila Ny. R sudah merasakan tanda – tanda persalinan segera ke fasilitas kesehatan atau klinik bersalin.

2. Riwayat Persalinan

Pada tanggal 16 Februari 2024 pukul 18.30, ibu mengatakan datang ke Klinik Mitra Husada dengan keluhan perut terasa kenceng-kenceng semakin teratur sejak pukul 15.00 WIB dan sudah mengeluarkan lendir darah di rumah sejak pukul 05.00 WIB. Ibu belum mengeluarkan keluar air ketubannya dari jalan lahir. Saat ini memasuki umur kehamilan 40 minggu 1 hari. Di Klinik Mitra Husada, Ny. R mengatakan dilakukan pemeriksaan dalam dan diberitahu bahwa pembukaan sudah 4 cm. Karena sudah memasuki kala I fase aktif maka Ny. R diminta untuk rawat inap di Klinik Mitra Husada untuk dilakukan observasi vital sign, pembukaan, his dan DJJ. Pukul 01.05 dilakukan pemeriksaan dalam atas indikasi ketuban pecah secara spontan berwarna jernih dan ibu sudah pembukaan 7cm. Pukul 05.00 WIB, Ny. R mengatakan perut semakin kenceng-kenceng dan merasa ingin BAB maka dilakukan pemeriksaan dalam. Ny. R dan suami diberitahu bahwa pembukaan sudah lengkap kemudian ibu dipimpin untuk meneran pukul 05.00 WIB. Bayi lahir spontan dan menangis kuat pada tanggal

17 Februari 2024 pukul 05.47 WIB, berjenis kelamin perempuan. Berat lahir 3125 gram dan panjang badan 48 cm. Ibu mengatakan setelah lahir, dilakukan IMD karena ibu dan bayi tidak ada masalah. Setelah bayi lahir, Ny. R dilakukan penyuntikan oksitosin 10 UI pada paha kanan. Kemudian pada pukul 05.50 WIB, plasenta lahir secara lengkap, kemudian bidan melakukan massase. Kontraksi rahim Ny. R keras (baik). Berdasarkan Rekam medis, Ny. R mengalami ruptur derajat II dan dilakukan penjahitan dengan anestesi pada perineum ibu. Ibu mengatakan selama 2 jam setelah melahirkan, ibu dan bayi dalam keadaan baik.

Dari hasil pengkajian proses persalinan Ny. R menunjukkan persalinan berjalan dengan lancar, tidak ditemukan adanya masalah, komplikasi maupun kegawatdaruratan bagi ibu dan bayi.

3. Asuhan Kebidanan pada Bayi Baru Lahir dan Neonatus

a. Asuhan bayi baru lahir pada tanggal 17 Februari 2024 (KN I)

Bayi Ny. R lahir tanggal 17 Februari 2024 pukul 05.47 WIB secara spontan pervaginam dan tidak ada kelainan. Ibu mengatakan setelah lahir, dilakukan IMD karena ibu dan bayi tidak ada masalah. Bayi Ny. R sudah diberikan salep mata pada mata kanan dan mata kiri serta injeksi vitamin K 1 mg secara IM pada paha kiri serta imunisasi Hb 0 pada paha kanan bayi. Hasil pemeriksaan berdasarkan buku KIA diperoleh berat badan lahir 3125 gram, panjang badan 48 cm, dan lingkar kepala 32 cm, lingkar dada 33 cm dan lingkar lengan atas 11 cm. Pemeriksaan fisik bayi menunjukkan bayi dalam keadaan normal, tidak diare, tidak ikterus, tidak ada kelainan maupun kecacatan.

b. Asuhan neonatus pada tanggal 18 Februari 2024

Berdasarkan pengkajian melalui pesan whatsapp, Ibu mengatakan bayinya sudah BAB dan BAK, bayi tidak rewel, bayi mau menyusu. Hasil pemeriksaan bayi dalam keadaan sehat dan tidak ada keluhan, tali pusat dalam kondisi bersih, tidak ada tanda-tanda infeksi.

Diperoleh diagnosa By. Ny. R usia 1 hari cukup bulan sesuai masa kehamilan normal. Penatalaksanaan yang dilakukan adalah memberi konseling ibu untuk menjaga kehangatan bayinya, menganjurkan ibu dianjurkan lebih sering menyusui anaknya, menyusui dengan ASI agar kekebalan bayi terus bertambah, memberikan konseling ibu tentang perawatan tali pusat, memberitahu ibu tanda bahaya bayi baru lahir.

c. Asuhan neonatus pada tanggal 20 Februari 2024 (KN II)

Ibu mengatakan bayi menyusu kuat, BAB dan BAK lancar. Hasil pemeriksaan di Klinik Mitra Husada, berat badan bayi Ny. R 2975gr, PB: 48 cm, S: 37,5° C, SpO₂: 98 %, RR: 50 cm, HR: 144 x/menit. Keadaan umum baik, kulit tidak ikterik, tali pusat belum puput. Analisa pada kasus ini adalah By Ny. R umur 3 hari cukup bulan sesuai masa kehamilan dalam keadaan normal.

d. Asuhan neonatus tanggal 22 Februari 2024

Pengkajian melalui *WhatsApp*, Ibu mengatakan saat ini bayinya dalam kondisi sehat dan tidak ada keluhan, menyusu kuat, BAB dan BAK lancar. Diperoleh diagnosa By. Ny. R usia 5 hari cukup bulan sesuai masa kehamilan dalam keadaan normal. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu mengingatkan ibu untuk tetap menjaga kehangatan bayi, ASI eksklusif.

e. Asuhan neonatus pada tanggal 08 Maret 2024

Pengkajian melalui *Whatsapp*, Ibu mengatakan saat ini bayinya tidak ada keluhan, menyusu dengan kuat. Ibu mengatakan tali pusat bayi sudah puput pada hari ke -6. Ibu mengatakan bayinya hari ini sudah diimunisasi BCG di Puskesmas Nglipar I. Pemeriksaan vital sign bayi dalam batas normal. Diagnosa yang diperoleh yaitu By. Ny. R usia 19 hari cukup bulan sesuai masa kehamilan dalam keadaan normal. Penatalaksanaan yang dilakukan konseling terkait ASI eksklusif, *personal hygiene* bayi, konseling kipi pasca imunisasi BCG yaitu mungkin bekas suntikan akan menyebabkan

bintil atau seperti jerawat ibu tidak perlu khawatir dan diharapkan tetap memandikan seperti biasa, melakukan kontrol ulang jika ada keluhan.

f. Asuhan neonatus pada tanggal 5 April 2024 (Kunjungan Rumah)

Pengkajian melalui Kunjungan Rumah, Ibu mengatakan saat ini bayinya tidak ada keluhan, menyusu dengan kuat. Pemeriksaan fisik didapatkan hasil baik, bayi tidak ikterik, bayi tidak ada tanda-tanda infeksi. Diagnosa yang diperoleh yaitu By. Ny. R usia 47 hari cukup bulan sesuai masa kehamilan dalam keadaan normal. Penatalaksanaan yang dilakukan konseling terkait ASI eksklusif, *personal hygiene* bayi, konseling kipi pasca imunisasi BCG yaitu mungkin bekas suntikan akan menyebabkan bintil atau seperti jerawat ibu tidak perlu khawatir dan diharapkan tetap memandikan seperti biasa, melakukan kontrol ulang jika ada keluhan, serta mengingatkan imunisasi selanjutnya yaitu Pentabio, Polio dan PCV.

4. Asuhan Kebidanan pada Nifas

a. Asuhan nifas pada tanggal 17 Februari 2024 (KF I)

Berdasarkan pengkajian pada anamesa dan buku KIA, hasil pemeriksaan yang dilakukan di Klinik Mitra Husada pada tanggal 17 Februari 2024 menunjukkan bahwa Ny. R dalam keadaan umum baik, TD: 120/76 mmHg, RR: 78 x/menit, S: 36,5° C, RR: 21 x/menit. Perdarahan dalam batas normal, kontraksi uterus keras, TFU 2 jari dibawah pusat, lochea rubra, pemeriksaan jalan lahir: terdapat luka jahitan ruptur grade II. Ibu mengatakan hari pertama setelah melahirkan ASI sudah keluar meskipun belum banyak dan perut terasa mules, nyeri luka jahitan, sudah BAK secara spontan dan belum BAB. Ibu mengatakan suami dan keluarga sangat senang dengan kelahiran anak pertamanya ditandai dengan selalu menemani dan membantu selama kehamilan hingga masa nifasnya. Di Klinik Mitra Husada, Ibu mendapatkan terapi obat Amoxilin 3 x 500 mg harus

habis, Vitamin A 1 x1, Vitamin C 1 x1, Tablet Tambah Darah 1 x1 dan Asam Mefenamat 3 x 500 mg. Hasil pemeriksaan yang dilakukan di Klinik Mitra Husada menunjukkan bahwa ibu dalam keadaan baik, tidak ada masalah pada nifasnya, dan sudah diperbolehkan pulang hari ini.

b. Asuhan nifas pada tanggal 18 Februari 2024.

Pengkajian dilakukan melalui pesan *Whatsapp*. Ibu mengatakan pada ASI sudah keluar, luka jahitan masih terasa nyeri. Ibu sudah BAK dan belum BAB. Ibu sudah makan dengan makanan yang telah disediakan dan sudah meminum terapi obat yang telah diberikan. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu memberikan KIE nutrisi dalam nifas yaitu perbanyak konsumsi tinggi protein guna pemulihan luka jahitan, menganjurkan untuk makan makanan yang berserat dan konsumsi buah dan sayur, mengingatkan untuk menjaga kebersihan diri dan daerah kewanitaannya, perawatan luka jahitan, memberikan ASI eksklusif agar tercipta *bonding* yang baik antara ibu dan bayi, tanda-tanda bahaya nifas, serta pemenuhan nutrisi dan cairan untuk pemulihan kondisi ibu dan supaya luka jahitan cepat kering.

c. Asuhan nifas pada tanggal 20 Februari 2024

Ny. R datang ke Klinik Mitra Husada untuk kontrol nifas dan tidak ada keluhan. Pola eliminasi, BAB 1 kali/hari, BAK 5-6 x/hari. Keadaan ibu baik, hasil pemeriksaan tanda-tanda vital pada buku KIA menunjukkan tekanan darah 123/78 mmHg, respirasi 20 kali per menit, suhu 36,5 °C, nadi 79 x/mnt. Kontraksi uterus baik, TFU 2 jari diatas simfisis, terdapat pengeluaran ASI, lochea berwarna merah kecoklatan (*lochea sanguinolenta*), tidak berbau busuk, luka jahit di perineum kering, tidak ada tanda-tanda infeksi.

d. Asuhan nifas pada tanggal 8 Maret 2024

Pengkajian melalui pesan *Whatsapp* dan pengkajian data buku KIA. Ibu mengatakan tadi pagi kontrol nifas ke – 3 di Puskesmas Nglipar I. Keadaan umum ibu baik, tekanan darah : 123/83, N : 88

x/menit, N : 97 x/menit,TFU tidak teraba, lochea alba, jahitan kering. Analisa data pada kasus ini yaitu Ny. R usia 28 tahun P1Ab0 postpartum hari ke- 20 normal. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu memberitahu ibu bahwa secara umum keadaan ibu baik. Menganjurkan ibu untuk tetap menjaga pola aktivitas dan istirahat yang cukup agar tidak mengganggu produksi ASI serta memberikan motivasi kepada ibu untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya

e. Asuhan nifas pada tanggal 05 April 2024 (Kunjungan Rumah)

Ibu mengatakan saat ini tidak ada keluhan, keadaannya baik dan sehat, ASI lancar dan memberikan ASI tiap 2 jam sekali atau *on demand*. Hasil pemeriksaan didapatkan bahwa kondisi umum baik, kesadaran compos mentis. Pemeriksaan tanda-tanda vital tekanan darah 120/80 mmHg, pernafasan 20 kali per menit, suhu 36,7°C, nadi 86 x/mnt. TFU sudah tidak teraba, tidak ada pengeluaran abnormal pervaginam, lochea alba. Pemenuhan nutrisi ibu makan 3-4 kali/hari dengan nasi, sayur, lauk dan buah, cemilan. Minum 2 liter/hari dengan air putih, teh, jus buah. BAB dan BAK ibu tidak ada keluhan. Pada malam hari ibu tidur selama 6 -7 jam. Ibu mengatakan belum menggunakan alat kontrasepsi. Penatalaksanaan yang diberikan yaitu menjelaskan hasil pemeriksaan, mengingatkan ibu untuk tetap ASI eksklusif selama 6 bulan pertama, memberikan KIE tentang macam macam metode dan alat kontrasepsi pasca persalinan, keuntungan dan kerugiannya tiap alat kontrasepsi.

5. Asuhan Kebidanan pada Keluarga Berencana

Berdasarkan kunjungan rumah pada tanggal 05 April 2024, setelah diberikan konseling mengenai alat kontrasepsi, ibu mengatakan masih ingin berdiskusi dengan suami mengenai alat kontrasepsi yang akan digunakan. Ibu dan suami saat ini menggunakan metode kontrasepsi alami sementara yaitu metode amenorea laktasi. Ibu mengatakan saat ini masih menyusui bayinya secara on demand dan akan memberikan

ASI eksklusif kepada bayinya. Ibu belum mendapatkan haid kembali sejak masa nifas selesai. Ibu tidak pernah menderita atau sedang menderita penyakit hipertensi, jantung, DM, kanker payudara, tumor payudara, mioma. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu memberikan konseling ulang mengenai keuntungan, kerugian, syarat yang harus dipenuhi pada KB dengan metode amenorea laktasi. Memberitahu ibu untuk segera ke puskesmas apabila sudah mantap menggunakan alat kontrasepsi KB pasca salin. Ibu bersedia untuk ke fasilitas kesehatan apabila sudah mendapatkan keputusan dengan suami untuk menggunakan alat kontrasepsi KB.

B. Kajian Teori

1. Asuhan Berkelanjutan (*Continuity of Care*)

Continuity of care dalam kebidanan merupakan serangkaian kegiatan pelayanan berkesinambungan mulai dari kehamilan, persalinan, nifas, bayi baru lahir, serta keluarga berencana.⁸ Kemenkes RI menyatakan bahwa Asuhan Kebidanan Berkelanjutan terdiri dari Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, serta Pelayanan Kesehatan Seksual diselenggarakan dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang dilaksanakan secara menyeluruh terpadu dan berkesinambungan. *Continuity of Care* yang dilakukan oleh bidan pada umumnya berorientasi untuk meningkatkan kesinambungan pelayanan dalam suatu periode.

Continuity of Care memiliki 3 jenis pelayanan yaitu manajemen, informasi dan hubungan. Kesinambungan manajemen melibatkan komunikasi antar perempuan dan bidan. Kesinambungan informasi menyangkut ketersediaan waktu yang relevan. Kedua hal tersebut penting untuk mengatur dan memberikan pelayanan kebidanan.⁸ Perempuan yang mendapat pelayanan berkesinambungan dari bidan hampir delapan kali lipat lebih besar untuk melakukan persalinan di bidan yang sama. Perempuan

yang mendapat pelayanan berkesinambungan oleh bidan melaporkan kepuasan lebih tinggi terkait informasi, saran, penjelasan, tempat persalinan, persiapan persalinan, pilihan untuk menghilangkan rasa sakit dan pengawasan oleh bidan. Penelitian di Denmark memiliki kesamaan hasil penelitian bahwa dengan *Continuity of Care* mendapatkan pengalaman yang membaik, mengurangi morbiditas maternal, mengurangi penggunaan intervensi pada saat persalinan termasuk operasi Caesar, meningkatkan jumlah persalinan normal dibandingkan dengan perempuan yang merencanakan persalinan dengan tindakan. Hasil yang signifikan secara *continuity of care* secara *women center* meliputi dukungan, partisipasi dalam pengambilan keputusan, perhatian terhadap psikologis, kebutuhan dan harapan pada saat akan melahirkan, informasi dan menghargai perempuan.⁶

2. Kehamilan

a. Definisi

Proses Kehamilan merupakan mata rantai yang bersinambung dan terdiri dari ovulasi, migrasi spermatozoa dan ovum, konsepsi dan pertumbuhan zigot, nidasi (implantasi) pada uterus, pembentukan plasenta dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm.⁵ Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir.

b. Perubahan anatomi dan fisiologis

1) Sistem Reproduksi

a) Uterus

Pada kehamilan cukup bulan ketebalan dinding uterus awalnya 5 mm dan beratnya 2 ons menjadi lebih dari 2 pon. Kapasitas awal kurang dari 10 ml meningkat menjadi 5000 ml atau lebih.⁹

Tabel 1. Tinggi Fundus Uteri Sesuai Usia Kehamilan

Tinggi Fundus Uteri	Usia Kehamilan
1- 2 jari diatas sympisis	12 minggu
Pertengahan antara simfisis – pusat	16 minggu
3 jari dibawah pusat	20 minggu
Setinggi pusat	24 minggu
3 jari diatas pusat	28 minggu
Pertengahan Px dan pusat	32 minggu
3 jari dibawah Px	36 minggu
Pertengahan antara Px dan pusat	40 minggu

Dalam memantau tumbuh kembang janin dengan mengukur Tinggi Fundus Uteri (TFU) dalam satuan sentimeter (cm) dengan alat pengukur metlin bahwa TFU sama dengan ± 2 cm dari usia kehamilan saat itu.¹⁰

b) Vagina dan Vulva

Akibat peningkatan hormon estrogen, vagina dan vulva mengalami hipervaskularisasi mengakibatkan vagina dan vulva berwarna tampak lebih cerah, agak kebiruan (livide).¹⁰

2) Mammae

Mammae akan membesar, tegang, memiliki unsur laktogenik, dan memengaruhi sejumlah perubahan metabolik akibat adanya hormon somatomamotropin korionik (human placental lactogen atau HPL). Progesteron dan estrogen juga menstimulasi melanosit sehingga puting dan areola mammae primer menjadi gelap. Pada kehamilan 12 minggu ke atas keluar cairan berwarna putih agak jernih dari puting yang disebut kolostrum.⁹

3) Sistem Muskuloskeletal

Ligamen pelvis mengalami relaksasi dalam pengaruh relaksin dan estrogen, yang memungkinkan pelvis meningkat kemampuan mengakomodasi bagian presentasi selama kala akhir kehamilan dan persalinan. Simfisis pubis akan melebar dan sendi sakro-koksigeal menjadi longgar, memungkinkan koksigis tergeser. Perubahan ini

menyebabkan rasa tidak nyaman di punggung bawah seperti nyeri punggung bawah dan nyeri ligamen.¹¹

4) Traktus Urinaria

Pada akhir kehamilan, akan terjadi poliuria akibat kepala janin sudah mulai turun ke pintu atas panggul menekan kandung kemih dan disebabkan oleh adanya peningkatan sirkulasi darah di ginjal pada kehamilan, sehingga filtrasi di glomerulus juga meningkat.¹²

5) Sistem Metabolisme

Pada ibu hamil *Basal Metabolic Rate* (BMR) bertambah tinggi hingga 15-20 % yang umumnya ditemui pada trimester ketiga dan membutuhkan banyak kalori untuk dipenuhi sesuai kebutuhannya.¹² Pada trimester ke-2 dan ke-3 pada perempuan dengan gizi baik dianjurkan menambah berat badan per minggu sebesar 0,4 kg, sedangkan pada perempuan dengan gizi kurang atau berlebih dianjurkan menambah berat badan per minggu masing-masing 0,5 kg dan 0,3 kg.⁷

Tabel 2. Rekomendasi Penambahan Berat Badan

Kategori	IMT (Kg/m ²)	Rekomendasi (Kg)
Rendah	< 19,8	12,5 – 18
Normal	19,8 – 26	11,5 – 16
Tinggi	26–29	7 – 11,5
Obesitas	>29	≥ 7
Gemelli		16 – 20,5

6) Sistem Integumen

Pigmentasi kulit dipengaruhi oleh meningkatnya melanophore stimulating hormone (MSH) yang dikeluarkan oleh hipofisis anterior. Deposit pigmen ini dapat terjadi pada muka yang disebut kloasma gravidarum, areola mammae, linea alba, linea nigra dan pada perut seperti retak-retak yang disebut striae livide.¹²

c. Faktor Risiko

Faktor risiko adalah kondisi pada ibu hamil yang dapat menyebabkan kemungkinan risiko/bahaya terjadinya komplikasi pada persalinan yang dapat menyebabkan kematian atau kesakitan pada ibu dan atau bayinya.¹³

1) Kelompok I

Ada Potensi Gawat Obstetrik/APGO, terdapat 10 faktor risiko yaitu 7 Terlalu dan 3 Pernah. Kelompok ini pada kehamilan yang mempunyai masalah yang perlu diwaspadai. Selama kehamilan, Ibu hamil sehat tanpa ada keluhan yang membahayakan tetapi harus waspada karena ada kemungkinan dapat terjadi penyulit atau komplikasi dalam persalinan.

2) Kelompok II

Ada Gawat Obstetrik/AGO, terdapat 8 faktor risiko yaitu tanda bahaya pada saat kehamilan, ada keluhan tetapi tidak darurat.

3) Kelompok III

Ada Gawat Darurat Obstetrik/AGDO, terdapat 2 faktor risiko, ada ancaman nyawa ibu dan bayi.

d. *Antenatal Care*

Antenatal Care (ANC) adalah perawatan kesehatan yang diajukan kepada ibu hamil sebelum dan selama hamil dengan tujuan mendeteksi secara dini masalah kesehatan ibu dan janin, memberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan dan perencanaan persalinan (Madriwati, 2013). *Antenatal care* merupakan pelayanan yang diberikan pada ibu hamil untuk memonitor, mendukung kesehatan ibu dan mendeteksi ibu apakah ibu hamil normal atau bermasalah.¹⁴

Tujuan Asuhan kehamilan pada kunjungan awal yaitu: mengumpulkan informasi mengenai ibu hamil yang dapat membantu bidan dalam membangun membina hubungan yang baik saling percaya antara ibu dan bidan, mendeteksi komplikasi yang mungkin terjadi, menggunakan data untuk menghitung usia kehamilan dan tafsiran

tanggal persalinan, merencanakan asuhan khusus yang dibutuhkan ibu (Istri Bartini, 2012).

Pemeriksaan *Antenatal Care* terbaru sesuai dengan standar pelayanan yaitu minimal 6 kali pemeriksaan selama kehamilan, dan minimal 2 kali pemeriksaan oleh dokter pada trimester I dan III. 2 kali pada trimester pertama (kehamilan hingga 12 minggu) , 1 kali pada trimester kedua (kehamilan diatas 12 minggu sampai 26 minggu) , 3 kali pada trimester ketiga (kehamilan diatas 24 minggu sampai 40 minggu) (Buku KIA Terbaru Revisi tahun 2020). Standar pelayanan antenatal adalah pelayanan yang dilakukan kepada ibu hamil dengan memenuhi kriteria 10 T yaitu:

- 1) Timbang berat badan dan ukur tinggi badan
- 2) Ukur tekanan darah
- 3) Nilai status gizi (ukur lingkar lengan atas/LILA)
- 4) Pemeriksaan puncak rahim (tinggi fundus uteri)
- 5) Tentukan presentasi janin dan denyut janin (DJJ)
- 6) Skrining status imunisasi tetanus dan berikan imunisasi tetanus toksoid (TT) bila diperlukan.
- 7) Pemberian tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan.
- 8) Tes laboratorium, tes kehamilan, pemeriksaan hemoglobin darah (hb), pemeriksaan golongan darah (bila belum pernah dilakukan sebelumnya), pemriksaan protein urin (bila ada indikasi) yang pemberian pelayanan disesuaikan dengan trimester kehamilan.
- 9) Tatalaksana/penanganan kasus sesuai kewenangan.
- 10) Temu wicara (konseling) (Permenkes,2016).

3. Persalinan

a. Definisi

Persalinan dan kelahiran normal merupakan proses pengeluaran janin yang terjadi saat usia kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir

spontan dengan presentasi belakang kepala dan berlangsung kurang lebih 18 jam, tanpa adanya komplikasi baik pada ibu maupun pada janin.⁷

b. Etiologi Persalinan

1) Keregangan

Otot rahim mempunyai kemampuan meregang dalam batas tertentu. Setelah melewati batas waktu tersebut terjadi kontraksi sehingga persalinan dapat dimulai.¹⁵ Otot hormon mempunyai kemampuan meregang dalam batas tertentu. Apabila batas tersebut telah terlewati maka akan terjadi kontraksi, sehingga persalinan dapat dimulai.¹⁶

2) Penurunan progesterone

Villi korionales mengalami perubahan – perubahan dan produksi progesterone mengalami penurunan, sehingga otot rahim lebih sensitive terhadap oksitosin. Akibatnya otot rahim mulai berkontraksi setelah tercapai tingkat penurunan progesterone.¹⁵ Proses penebaran plasenta terjadi mulai umur 28 minggu, dimana terjadi penimbunan jaringan ikat, pembuluh darah mengalami penyempitan dan buntu. Produksi progesterone mengalami penurunan, sehingga otot rahim lebih sensitif terhadap oksitosin. Akibat otot rahim mulai berkontraksi setelah tercapai tingkat penurunan progesterone tertentu.⁵

3) Teori Iritasi Mekanis

Di belakang serviks terletak ganglion servikalis (fleksus frankenhauser), bila ganglion ini digeser dan ditekan (misalnya oleh kepala janin), maka akan timbul kontraksi uterus.¹⁷

4) Teori Oksitosin

a) Oksitosin dikeluarkan oleh kelenjar hipofisis posterior

b) Perubahan keseimbangan estrogen dan progesteron dapat mengubah sensitivitas otot rahim, sehingga terjadi kontraksi Braxton Hicks.

c) Menurunnya konsentrasi progesteron karena magangnya usia kehamilan menyebabkan ok di fisik meningkatkan aktivitasnya dalam merangsang otot rahim untuk berkontraksi, dan akhirnya persalinan dimulai.¹⁸

5) Prostaglandin

Akan terjadi peningkatan prostaglandin pada umur kehamilan 15 minggu, sehingga akan memicu terjadinya kontraksi dan persalinan.¹⁵ Prostaglandin yang dikeluarkan oleh deciduas konsentrasinya meningkat sejak usia kehamilan 15 minggu. Prostaglandin dianggap sebagai pemicu terjadinya persalinan, pemberian prostaglandin saat hamil dapat menimbulkan kontraksi otot rahim.¹⁶

6) Hipotalamus-hipofisis dan glandula suprarenalis

Grandula suprarenalis merupakan memicu terjadinya persalinan. Teori ini menunjukkan, pada kehamilan dengan bayi anensefalus sering terjadi kelambatan persalinan karena tidak terbentuk nya hipotalamus.¹⁷

7) Induksi Persalinan

Persalinan dapat juga di timbulkan dengan jalan sebagai berikut:

- a) Gagang laminaria: dengan cara laminaria dimasukkan ke dalam kanalis servikalis dengan tujuan merangsang fleksus frankenhauser.
- b) Amniotomi (pemecahan ketuban)
- c) Oksitosin drip ¹⁷

c. Faktor yang Mempengaruhi Persalinan

Terdapat 4 faktor yang mempengaruhi kemajuan persalinan yaitu:

- 1) *Passage* (jalan lahir) yang meliputi ukuran panggul, bentuk panggul dan kemampuan serviks untuk membuka dan kemampuan vagina untuk meregang.
- 2) *Passenger* (janin) yang meliputi ukuran janin, terutama kepala janin, sikap janin, yang mendeskripsikan hubungan antara kepala, bahu,

dan tungkai janin terhadap satu sama lain, letak janin, yang menunjukkan hubungan antara aksis panjang janin dengan aksis panjang ibu, presentasi janin, yang mendeskripsikan bagian janin yang masuk panggul pertama kali, posisi janin, yang menunjukkan arah bagian presentasi menghadap yaitu depan, samping, atau belakang panggul ibu.

- 3) *Power* (tenaga) yang meliputi frekuensi, durasi, dan intensitas kontraksi uterus, tekanan abdomen yang terjadi akibat mengejan pada kala II persalinan.
- 4) *Psyche* (kondisi psikis) yang meliputi persiapan fisik, emosi, dan intelektual ibu, pengalaman kelahiran ibu sebelumnya, sikap budaya ibu, dukungan dari orang yang penting bagi ibu.

d. Tanda Persalinan

Tanda-tanda persalinan diantaranya adalah:

- 2) Kontraksi uterus (rasa nyeri dari punggung menjalar ke perut intensitas nyeri semakin bertambah dan tidak berkurang untuk istirahat) minimal 2-3 kali setiap 10 menit dengan durasi 40 detik.
- 3) Keluarnya lendir darah (*bloody show*) yang disebabkan karena adanya penipisan dari servik.
- 4) Premature rupture membrane adalah keluarnya cairan banyak dari jalan lahir yang terjadi akibat ketuban pecah atau selaput yang robek.

e. Tahapan Persalinan

1) Kala I

Kala I adalah kala pembukaan yang berlangsung antara pembukaan nol sampai pembukaan lengkap. Pada permulaan his, kala pembukaan berlangsung tidak begitu kuat sehingga dapat berjalan jalan. Lama kala I untuk primigravida berlangsung 12 jam sedangkan multigravida sekitar 8jam. Berdasarkan kurva fiedman, diperhitungkan pembukaan primigravida 1cm/jam dan pembukaan multigravida 2 cm/jam. Dengan penghitungan tersebut maka waktu

pembukaan lengkap dapat diperkirakan.⁵ Multigravida dilatasi akan lebih cepat karena mulai usia kehamilan 38 minggu serviks mungkin sudah mengalami pembukaan sehingga saat memasuki inpartu perlunakan dan dilatasi terjadi bersama-sama. Sedangkan pada primigravida saat hamil tidak ada pembukaan sehingga saat inpartu serviks akan melunak diikuti dengan pembukaan.⁵ Persalinan kala I dibagi menjadi dua fase, yaitu:

- a) Fase laten, dimana pembukaan serviks berlangsung lambat dimulai sejak awal kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan secara bertahap sampai pembukaan 3 cm, berlangsung selama 7-8 jam.¹⁹ Yang perlu dicatat di lembar observasi pada kala I fase laten, yaitu : denyut jantung janin (DJJ) diperiksa setiap 1 jam, frekuensi dan lamanya kontraksi uterus diperiksa setiap 1 jam, nadi diperiksa setiap 30-60 menit, suhu tubuh diperiksa setiap 4 jam, tekanan darah diperiksa setiap 4 jam, pembukaan serviks dan penurunan kepala diperiksa setiap 4 jam sekali.
- b) Fase aktif (pembukaan serviks 4-10 cm), berlangsung selama 6 jam dan dibagi dalam 3 subfase.
 - a) Periode akselerasi: berlangsung selama 2 jam, pembukaan menjadi 4cm.
 - b) Periode dilatasi maksimal: berlangsung selama 2 jam, pembukaan berlangsung cepat menjadi 9cm.
 - c) Periode deselerasi: berlangsung lambat, dalam 2 jam pembukaan menjadi 10 cm atau lengkap.¹⁹

2) Kala II

Kala II persalinan dimulai ketika pembukaan serviks sudah lengkap (10 cm) dan berakhir dengan lahirnya bayi proses ini biasanya berlangsung 2 jam pada primi dan 1 jam pada multi. Tanda dan gejala kala II yaitu: his semakin kuat, dengan interval 2 sampai 3 menit dengan durasi 50-100 detik, menjelang akhir kala I ketuban

pecah dan ditandai dengan pengeluaran cairan secara mendadak.⁵ Ibu merasa ingin meneran bersamaan dengan terjadinya kontraksi, ibu merasakan makin meningkatnya tekanan pada rektum dan/ atau vagina, perineum terlihat menonjol, vulva-vagina dan sfingter ani terlihat membuka.¹²

Penatalaksanaan Kala II, yaitu memberikan dukungan terus menerus kepada ibu dengan: menjaga kebersihan ibu, mengipasi dan massase untuk menambah kenyamanan ibu, memberikan dukungan mental untuk mengurangi kecemasan ibu, mengatur posisi sesuai kenyamanan ibu, menjaga kandung kemih tetap kosong, memberikan minum yang cukup, memimpin persalinan, memantau DJJ, melahirkan bayi, merangsang bayi.

3) Kala III

Kala III persalinan dimulai setelah lahirnya bayi dan berakhir dengan lahirnya plasenta dan selaput ketuban. Seluruh prosesnya biasanya berlangsung 5-30 menit setelah bayi lahir (Prawirohardjo, 2010). Penatalaksanaan kala III yaitu dengan manajemen aktif kala III. Manajemen aktif kala III berupa jepit potong tali pusat, sedini mungkin, pemberian oksitosin 10 IU sesegera mungkin dengan mengecek janin tunggal, melakukan penegangan tali pusat terkendali (PTT) dan masase fundus setelah plasenta lahir.

4) Kala IV

Kala IV dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhirnya dua jam setelah proses tersebut.¹² Asuhan dan pemantauan pada kala IV:

- a) Kesadaran pasien, mencerminkan kebahagiaan karena tugasnya untuk mengeluarkan bayi telah selesai.
- b) Pemeriksaan yang dilakukan: tekanan darah, nadi, dan pernapasan dan suhu; kontraksi rahim yang keras; perdarahan yang mungkin terjadi dari plasenta rest, luka episiotomi, perlukaan pada serviks; kandung kemih dikosongkan karena dapat mengganggu kontraksi rahim.

- c) Bayi yang telah dibersihkan diletakkan disamping ibunya agar dapat memulai pemberian ASI.
 - d) Observasi dilakukan selama 2 jam dengan interval pemeriksaan setiap jam.⁵
- f. Langkah-langkah Asuhan Persalinan Normal
- 1) Melihat Tanda dan Gejala Kala Dua
 - a) Ibu mempunyai keinginan untuk meneran.
 - b) Ibu merasa tekanan yang semakin meningkat pada rektum dan/atau vaginanya.
 - c) Perineum menonjol.
 - d) Vulva-vagina dan sfingter anal membuka.
 - 2) Menyiapkan Pertolongan Persalinan
 - a) Memastikan perlengkapan, bahan dan obat-obatan esensial siap digunakan. Mematahkan ampul oksitosin 10 unit dan menempatkan tabung suntik steril sekali pakai di dalam partus set.
 - b) Mengenakan baju penutup atau celemek plastik yang bersih.
 - c) Melepaskan semua perhiasan yang dipakai di bawah siku, mencuci kedua tangan dengan sabun dan air bersih yang mengalir dan mengeringkan tangan dengan handuk satu kali pakai/pribadi yang bersih.
 - d) Memakai satu sarung dengan DTT atau steril untuk semua pemeriksaan dalam.
 - e) Mengisap oksitosin 10unit ke dalam tabung suntik (dengan memakai sarung tangan disinfeksi tingkat tinggi atau steril) dan meletakkan kembali di partus set/wadah disinfeksi tingkat tinggi atau steril tanpa mengkontaminasi tabung suntik).
 - 3) Memastikan pembukaan lengkap dengan janin Baik
 - a) Membersihkan vulva dan perineum, menyekanya dengan hati-hati dari depan ke belakang dengan menggunakan kapas atau kasa yang sudah dibasahi air disinfeksi tingkat tinggi. Jika mulut

vagina, perineum atau anus terkontaminasi oleh kotoran ibu, membersihkannya dengan seksama dengan cara menyeka dari depan ke belakang. Membuang kapas atau kasa yang terkontaminasi dalam wadah yang benar. Mengganti sarung tangan jika terkontaminasi

- b) Dengan menggunakan teknik aseptik, melakukan pemeriksaan dalam untuk memastikan bahwa pembukaan serviks sudah lengkap. Bila selaput ketuban belum pecah, sedangkan pembukaan sudah lengkap, lakukan amniotomi.
 - c) Mendekontaminasi sarung tangan dengan cara mencelupkan tangan yang masih memakai sarung tangan kotor ke dalam larutan klorin 0,5% dan kemudian melepaskannya dalam keadaan terbalik serta merendamnya di dalam larutan klorin 0,5% selama 10 menit. Mencuci kedua tangan (seperti di atas).
 - d) Memeriksa DJJ setelah kontraksi berakhir untuk memastikan bahwa DJJ dalam batas normal (100 – 180 kali / menit).
 - e) Mengambil tindakan yang sesuai jika DJJ tidak normal.
 - f) Mendokumentasikan hasil-hasil pemeriksaan dalam, DJJ dan semua hasil-hasil penilaian serta asuhan lainnya pada partograf.
- 4) Menyiapkan Ibu & Keluarga untuk membantu proses pimpinan meneran.
- a) Memberitahu ibu pembukaan sudah lengkap dan keadaan janin baik. Membantu ibu berada dalam posisi yang nyaman sesuai keinginannya.
 - b) Menunggu hingga ibu mempunyai keinginan untuk meneran. Melanjutkan pemantauan kesehatan dan kenyamanan ibu serta janin sesuai dengan pedoman persalinan aktif dan mendokumentasikan temuan-temuan.
 - c) Menjelaskan kepada anggota keluarga bagaimana mereka dapat mendukung dan memberi semangat kepada ibu saat ibu mulai meneran.

- d) Meminta bantuan keluarga untuk menyiapkan posisi ibu untuk meneran. (Pada saat ada his, bantu ibu dalam posisi setengah duduk dan pastikan ia merasa nyaman).
 - e) Melakukan pimpinan meneran saat Ibu mempunyai dorongan yang kuat untuk meneran
 - f) Membimbing ibu untuk meneran saat ibu mempunyai keinginan untuk meneran
 - g) Mendukung dan memberi semangat atas usaha ibu untuk meneran.
 - h) Membantu ibu mengambil posisi yang nyaman sesuai pilihannya
 - i) Menganjurkan ibu untuk beristirahat di antara kontraksi.
 - j) Menganjurkan keluarga untuk mendukung dan memberi semangat pada ibu.
 - k) Menganjurkan asupan cairan per oral.
 - l) Menilai DJJ setiap lima menit.
 - m) Jika bayi belum lahir atau kelahiran bayi belum akan terjadi segera dalam waktu 120 menit (2 jam) meneran untuk ibu primipara atau 60/menit (1 jam) untuk ibu multipara, merujuk segera.
- 5) Persiapan Pertolongan Kelahiran Bayi.
- a) Jika kepala bayi telah membuka vulva dengan diameter 5-6 cm, meletakkan handuk bersih di atas perut ibu untuk mengeringkan bayi.
 - b) Meletakkan kain yang bersih dilipat 1/3 bagian, di bawah bokong ibu.
 - c) Membuka partus set.
 - d) Memakai sarung tangan DTT atau steril pada kedua tangan.
- 6) Menolong Kelahiran Bayi
- a) Saat kepala bayi membuka vulva dengan diameter 5-6 cm, lindungi perineum dengan satu tangan yang dilapisi kain tadi, letakkan tangan yang lain di kelapa bayi dan lakukan tekanan

yang lembut dan tidak menghambat pada kepala bayi, membiarkan kepala keluar perlahan-lahan. Menganjurkan ibu untuk meneran perlahan-lahan atau bernapas cepat saat kepala lahir. Jika ada mekonium dalam cairan ketuban, segera hisap mulut dan hidung setelah kepala lahir menggunakan penghisap lendir DeLee disinfeksi tingkat tinggi atau steril atau bola karet penghisap yang baru dan bersih.

- b) Dengan lembut menyeka muka, mulut dan hidung bayi dengan kain atau kasa yang bersih.
- c) Memeriksa lilitan tali pusat dan mengambil tindakan yang sesuai jika hal itu terjadi, dan kemudian meneruskan segera proses kelahiran bayi
- d) Jika tali pusat melilit leher janin dengan longgar, lepaskan lewat bagian atas kepala bayi.
- e) Jika tali pusat melilit leher bayi dengan erat, mengklemnya di dua tempat dan memotongnya.
- f) Menunggu hingga kepala bayi melakukan putaran paksi luar secara spontan.
- g) Setelah kepala melakukan putaran paksi luar, tempatkan kedua tangan di masing-masing sisi muka bayi. Menganjurkan ibu untuk meneran saat kontraksi berikutnya. Dengan lembut menariknya ke arah bawah dan kearah keluar hingga bahu anterior muncul di bawah arkus pubis dan kemudian dengan lembut menarik ke arah atas dan ke arah luar untuk melahirkan bahu posterior.
- h) Setelah kedua bahu dilahirkan, menelusurkan tangan mulai kepala bayi yang berada di bagian bawah ke arah perineum tangan, membiarkan bahu dan lengan posterior lahir ke tangan tersebut. Mengendalikan kelahiran siku dan tangan bayi saat melewati perineum, gunakan lengan bagian bawah untuk menyangga tubuh bayi saat dilahirkan. Menggunakan tangan

anterior (bagian atas) untuk mengendalikan siku dan tangan anterior bayi saat keduanya lahir.

- i) Setelah tubuh dari lengan lahir, menelusurkan tangan yang ada di atas (anterior) dari punggung ke arah kaki bayi untuk menyangganya saat punggung dari kaki lahir. Memegang kedua mata kaki bayi dengan hati-hati membantu kelahiran kaki.

7) Penanganan Bayi Baru Lahir

- a) Menilai bayi dengan cepat, kemudian meletakkan bayi di atas perut ibu dengan posisi kepala bayi sedikit lebih rendah dari tubuhnya (bila tali pusat terlalu pendek, meletakkan bayi di tempat yang memungkinkan).
- b) Segera mengeringkan bayi, membungkus kepala dan badan bayi kecuali bagian pusat.
- c) Menjepit tali pusat menggunakan klem kira-kira 3 cm dari pusat bayi. Melakukan urutan pada tali pusat mulai dari klem ke arah ibu dan memasang klem kedua 2 cm dari klem pertama (ke arah ibu).
- d) Memegang tali pusat dengan satu tangan, melindungi bayi dari gunting dan memotong tali pusat di antara dua klem tersebut.
- e) Mengganti handuk yang basah dan menyelimuti bayi dengan kain atau selimut yang bersih dan kering, menutupi bagian kepala, membiarkan tali pusat terbuka.
- f) Memberikan bayi kepada ibunya dan menganjurkan ibu untuk memeluk bayinya dan memulai pemberian ASI jika ibu menghendakinya.

8) Penanganan Bayi Baru Lahir

- a) Meletakkan kain yang bersih dan kering. Melakukan palpasi abdomen untuk menghilangkan kemungkinan adanya bayi kedua.
- b) Memberi tahu kepada ibu bahwa ia akan disuntik.

- c) Dalam waktu 2 menit setelah kelahiran bayi, memberikan suntikan oksitosin 10unit IM di 1/3 paha kanan atas ibu bagian luar, setelah mengaspirasinya terlebih dahulu.
- d) Penegangan tali pusat terkendali
- e) Memindahkan klem pada tali pusat
- f) Meletakkan satu tangan diatas kain yang ada di perut ibu, tepat di atas tulang pubis, dan menggunakan tangan ini untuk melakukan palpasi kontraksi dan menstabilkan uterus. Memegang tali pusat dan klem dengan tangan yang lain.
- g) Menunggu uterus berkontraksi dan kemudian melakukan penegangan ke arah bawah pada tali pusat dengan lembut. Lakukan tekanan yang berlawanan arah pada bagian bawah uterus dengan cara menekan uterus ke arah atas dan belakang (dorso kranial) denganhati-hati untuk membantu mencegah terjadinya inversio uteri. Jika plasenta tidak lahir setelah 30 – 40 detik, menghentikan penegangan tali pusat dan menunggu hingga kontraksi berikut mulai.
- h) Setelah plasenta terlepas, meminta ibu untuk meneran sambil menarik tali pusat ke arah bawah dan kemudian ke arah atas, mengikuti kurve jalan lahir sambil meneruskan tekanan berlawanan arah pada uterus. Jika tali pusat bertambah panjang, pindahkan klem hingga berjarak sekitar 5 – 10 cm dari vulva.
- i) Jika plasenta terlihat di introitus vagina, melanjutkan kelahiran plasenta dengan menggunakan kedua tangan. Memegang plasenta dengan dua tangan dan dengan hati-hati memutar plasenta hingga selaput ketuban terpinil. Dengan lembut perlahan melahirkan selaput ketuban tersebut.
- j) Segera setelah plasenta dan selaput ketuban lahir, melakukan masase uterus, meletakkan telapak tangan di fundus dan melakukan masase dengan gerakan melingkar dengan lembut hingga uterus berkontraksi (fundus menjadi keras).

9) Menilai Perdarahan

- a) Memeriksa kedua sisi plasenta baik yang menempel ke ibu maupun janin dan selaput ketuban untuk memastikan bahwa selaput ketuban lengkap dan utuh. Meletakkan plasenta di dalam kantong plastik atau tempat khusus.
- b) Mengevaluasi adanya laserasi pada vagina dan perineum dan segera menjahit laserasi yang mengalami perdarahan aktif.

10) Melakukan Prosedur Pasca Persalinan

- a) Menilai ulang uterus dan memastikannya berkontraksi dengan baik.
- b) Mencecupkan kedua tangan yang memakai sarung tangan ke dalam larutan klorin 0,5 %, membilas kedua tangan yang masih bersarung tangan tersebut dengan air disinfeksi tingkat tinggi dan mengeringkannya dengan kain yang bersih dan kering.
- c) Menempatkan klem tali pusat disinfeksi tingkat tinggi atau steril atau mengikat tali disinfeksi tingkat tinggi dengan simpul mati sekeliling tali pusat sekitar 1 cm dari pusat.
- d) Mengikat satu lagi simpul mati dibagian pusat yang berseberangan dengan simpul mati yang pertama.
- e) Melepaskan klem bedah dan meletakkannya ke dalam larutan klorin 0,5 %.
- f) Menyelimuti kembali bayi dan menutupi bagian kepalanya. Memastikan handuk atau kainnya bersih atau kering.
- g) Menganjurkan ibu untuk memulai pemberian ASI.
- h) Melanjutkan pemantauan kontraksi uterus dan perdarahan pervaginam.
- i) Mengajarkan pada ibu/keluarga bagaimana melakukan masase uterus dan memeriksa kontraksi uterus.
- j) Mengevaluasi kehilangan darah.

- k) Memeriksa tekanan darah, nadi dan keadaan kandung kemih setiap 15 menit selama satu jam pertama pasca persalinan dan setiap 30 menit selama jam kedua pasca persalinan.
- l) Menempatkan semua peralatan di dalam larutan klorin 0,5% untuk dekontaminasi (10 menit). Mencuci dan membilas peralatan setelah dekontaminasi
- m) Membuang bahan-bahan yang terkontaminasi ke dalam tempat sampah yang sesuai.
- n) Membersihkan ibu dengan menggunakan air disinfeksi tingkat tinggi. Membersihkan cairan ketuban, lendir dan darah. Membantu ibu memakai pakaian yang bersih dan kering.
- o) Memastikan bahwa ibu nyaman. Membantu ibu memberikan ASI. Menganjurkan keluarga untuk memberikan ibu minuman dan makanan yang diinginkan.
- p) Mendekontaminasi daerah yang digunakan untuk melahirkan dengan larutan klorin 0,5%
- q) Mencelupkan sarung tangan kotor ke dalam larutan klorin 0,5%, membalikkan bagian dalam ke luar dan merendamnya dalam larutan klorin 0,5% selama 10 menit.
- r) Mencuci kedua tangan dengan sabun dan air mengalir.
- s) Melengkapi partograf (halaman depan dan belakang)

4. Masa Nifas / Puerperium

a. Definisi

Masa nifas dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat – alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung kira – kira 6 minggu.²⁰

b. Perubahan Fisiologis Masa Nifas

1) Sistem Reproduksi

a) Uterus

Involusi uteri dapat dikatakan sebagai proses kembalinya uterus pada keadaan semula atau keadaan sebelum hamil setelah

melahirkan.²⁰ Perubahan-perubahan normal pada uterus selama postpartum adalah seperti berikut ini ¹⁹:

Tabel 3. Perubahan Uterus Masa Nifas

Involusi	TFU	Berat Uterus (gr)
Bayi lahir	Setinggi pusat	1000
Uri lahir	2 jari dibawah pusat	750
1 minggu	Pertengahan simfisis	500
2 minggu	Tidak teraba di simfisis	350
6 minggu	Normal	50
8 minggu	Normal tapi sebelum hamil	30

Selama masa nifas, ibu akan mengeluarkan lochea, Lokia adalah ekskresi cairan rahim selama masa nifas yang berasal dari campuran antara darah dan decidua, biasanya berwarna merah muda atau putih pucat, memiliki bau amis meskipun tidak terlalu menyengat dan volumenya berbeda – beda pada setiap wanita. Lochea mengalami perubahan warna karena proses involusi.²⁰

Tabel 4. Perubahan Warna Lochea

Lochea	Waktu (hari)	Warna	Ciri-ciri
Rubra	1 – 3	Merah kehitaman	Terdiri dari desidua
Sanguinolenta	3 – 7	Putih bercampur merah	Sisa darah bercampur lendir
Serosa	7 – 14	Kekuningan atau kecoklatan	Lebih sedikit darah dan lebih banyak serum, juga terdiri leukosit dan robekan laserasi plasenta.
Alba	> 14	Putih	Mengandung leukosit, selaput lendir serviks, dan serabut jaringan yang mati

b) Payudara

Pada semua wanita yang telah melahirkan proses laktasi terjadi secara alami. Proses menyusui mempunyai dua mekanisme fisiologis, yaitu produksi susu dan sekresi susu (*let down*). Selama sembilan bulan kehamilan, jaringan payudara tumbuh menyiapkan fungsinya untuk menyediakan makanan bagi bayi baru lahir. Setelah melahirkan, ketika hormon yang dihasilkan plasenta tidak ada lagi untuk menghambat kelenjar *pituitary* akan mengeluarkan prolaktin (hormon laktogenik). Ketika bayi menghisap puting, reflek saraf merangsang *lobus posterior pituitary* untuk menyekresi hormon oksitosin. Oksitosin merangsang reflek *let down* (mengalirkan), sehingga menyebabkan ejeksi ASI melalui *sinus aktiferus* payudara ke duktus yang terdapat pada puting. Ketika ASI dialirkan karena isapan bayi atau dengan dipompa sel-sel acini terangsang untuk menghasilkan ASI lebih banyak.²¹

2) Tanda-tanda Vital

a) Suhu Badan

Pasca melahirkan dapat naik 0,5°C dari keadaan normal. Kenaikan suhu badan diakibatkan karena kerja keras sewaktu persalihan, kehilangan cairan, maupun kelelahan²⁰

b) Nadi

Denyut nadi normal pada orang dewasa 60 – 80 kali per menit. Pasca melahirkan, denyut nadi dapat menjadi lebih cepat. Namun, jika denyut nadi lebih dari 100 kali per menit, harus waspada kemungkinan infeksi atau perdarahan *postpartum*.²⁰

c) Tekanan darah

Segera setelah melahirkan, banyak wanita mengalami peningkatan sementara tekanan darah sistolik dan diastolik,

yang kembali secara spontan ke tekanan darah sebelum hamil selama beberapa hari.⁹

d) Pernafasan

Frekuensi pernafasan normal pada orang dewasa adalah 16-24 kali per menit. Pada ibu postpartum umumnya pernafasan lambat atau normal karena dalam masa pemulihan atau kondisi istirahat.²⁰

3) Penurunan Berat Badan

Wanita mengalami penurunan berat badan rata-rata 12 pon (4,5 kg) pada waktu melahirkan. Penurunan ini mewakili gabungan berat bayi, plasenta dan cairan amnion. Wanita dapat kembali mengalami penurunan berat badan sebanyak 5 pon selama minggu pertama pascapartum karena kehilangan cairan.²⁰

4) Sistem kardiovaskuler

Pada persalinan pervaginam hilang darah sekitar 300-400 cc. Perubahan terdiri dari volume darah dan hemokonsentrasi. Apabila pada persalinan pervaginam, hemokonsentrasi akan naik dan pada SC hemokonsentrasi cenderung stabil dan kembali normal setelah 4- 6 minggu.²²

5) Sistem muskuloskeletal

Sistem muskuloskeletal pada ibu selama masa pemulihan/postpartum termasuk penyebab relaksasi dan kemudian hipermobilitas sendi serta perubahan pada pusat gravitasi. Stabilisasi sendi lengkap akan terjadi pada minggu ke-6 sampai ke-8 setelah wanita melahirkan. Dinding abdominal lembek setelah proses persalinan karena peregangan selama kehamilan.²³

6) Perubahan Sistem Pencernaan

Setelah kelahiran plasenta, maka terjadi pula penurunan produksi progesteron. Sehingga hal ini dapat menyebabkan heartburn dan konstipasi terutama dalam beberapa hari pertama. Kemungkinan terjadi hal ini karena kurangnya keseimbangan cairan

selama persalinan dan adanya reflek hambatan defekasi dikarenakan adanya rasa nyeri pada perineum karena adanya luka episiotomy.²⁴

7) Perubahan Sistem Perkemihan

Diuresis dapat terjadi setelah 2-3 hari postpartum. Diuresis terjadi karena saluran urinaria mengalami dilatasi. Kondisi ini akan kembali normal setelah 4 minggu postpartum. Pada awal postpartum, kandung kemih mengalami edema, kongesti, dan hipotonik. Hal ini disebabkan oleh adanya overdistensi pada saat kala dua persalinan dan pengeluaran urine yang tertahan selama proses persalinan. Sumbatan pada uretra disebabkan oleh adanya trauma saat persalinan berlangsung dan trauma ini dapat berkurang setelah 24 jam postpartum.²¹

8) Perubahan Psikologis Ibu Nifas

Periode Postpartum menyebabkan stress emosional terhadap ibu baru, bahkan lebih menyulitkan bila terjadi perubahan fisik yang hebat. Dalam menjalani adaptasi psikososial menurut Rubin setelah melahirkan, ibu akan melalui fase-fase sebagai berikut:²⁵

a) Masa *Taking In* (Fokus pada Diri Sendiri)

Masa ini terjadi 1-3 hari pasca-persalinan, ibu yang baru melahirkan akan bersikap pasif dan sangat tergantung pada dirinya (trauma), segala energinya difokuskan pada kekhawatiran tentang badannya. Dia akan bercerita tentang persalinannya secara berulang-ulang.

b) Masa *Taking On* (Fokus pada Bayi)

Masa ini terjadi 3-10 hari pasca-persalinan, ibu menjadi khawatir tentang kemampuannya merawat bayi dan menerima tanggung jawabnya sebagai ibu dalam merawat bayi semakin besar. Perasaan yang sangat sensitive sehingga mudah tersinggung jika komunikasinya kurang hati-hati.

c) Masa *Letting Go*

Fase ini merupakan fase menerima tanggung jawab akan peran barunya yang berlangsung 10 hari setelah melahirkan. Ibu mengambil langsung tanggung jawab dalam merawat bayinya, dia harus menyesuaikan diri dengan tuntutan ketergantungan bayinya dan terhadap interaksi social. Ibu sudah mulai menyesuaikan diri dengan ketergantungan. Keinginan untuk merawat diri dan bayinya meningkat pada fase ini.

c. Kebutuhan Dasar Ibu Nifas

1) Kebersihan diri

- a) Perawatan 3-4 hari di rumah sakit cukup untuk mengembalikan fisik ibu yang baru bersalin dengan operasi. Sebelum pulang, sebaiknya ibu menguasai bagaimana cara merawat luka operasi. Biasanya, pasien diminta datang kembali ke dokter untuk pemantauan perawatan luka tujuh hari setelah pulang. Pasien boleh mandi seperti biasanya, setelah hari ke-5 operasi. Setelah itu keringkan dan rawat luka seperti biasa.
- b) Jahitan bekas luka di perut ibu akan ditutupi kain kasa lembut. Kasa perut harus di lihat satu hari pascabedah. Apabila basah dan berdarah arus dibuka dan diganti. Umumnya, kasa perut dapat diganti pada hari ke 3-4 sebelum pulang dan seterusnya pasien menggantinya setiap hari. Luka dapat diberi salep Betadin sedikit.
- c) Mengajarkan ibu bagaimana membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air. Memastikan bahwa ibu mengerti untuk membersihkan daerah di sekitar vulva terlebih dahulu, dari depan ke belakang, baru kemudian membersihkan daerah sekitar anus. Memberikan nasehat ibu untuk membersihkan diri setiap kali selesai buang air kecil atau besar.
- d) Memberikan saran kepada ibu untuk mengganti pembalut atau kain pembalut setidaknya dua kali sehari. Kain dapat digunakan

ulang jika telah dicuci dengan baik, dan dikeringkan di bawah matahari atau disterika.

- e) Memberikan saran kepada ibu untuk mencuci tangan dengan sabun dan air sebelum dan sesudah membersihkan daerah kelinanya.²²

2) Nutrisi dan Cairan

Ibu yang melahirkan secara normal, tidak ada pantangan diet. Dua jam setelah melahirkan ibu boleh minum dan makan seperti biasa bila ingin. Namun perlu diperhatikan jumlah kalori dan protein ibu menyusui harus lebih besar daripada ibu hamil, kecuali apabila ibu tidak menyusui bayinya. Kebutuhan pada masa menyusui meningkat hingga 25% yaitu untuk produksi ASI dan memenuhi kebutuhan cairan yang meningkat tiga kali dari biasanya. Penambahan kalori pada ibu menyusui sebanyak 500 kkal tiap hari.²⁶ Makanan yang dikonsumsi ibu berguna untuk melaksanakan aktivitas, metabolisme, cadangan dalam tubuh, proses produksi ASI serta sebagai ASI itu sendiri yang akan dikonsumsi bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Makanan yang dikonsumsi juga perlu memenuhi syarat, seperti susunannya harus seimbang, porsi cukup dan teratur, tidak terlalu asin, pedas atau berlemak, tidak mengandung alkohol, nikotin serta bahan pengawet dan pewarna. Menu makanan yang seimbang mengandung unsur-unsur, seperti sumber tenaga, pembangunan, pengatur dan perlindungan.²⁷

3) Ambulasi

Pada masa nifas, perempuan sebaiknya melakukan ambulasi dini. Ambulasi dini adalah beberapa jam setelah melahirkan, segera bangun dari tempat tidur dan segera bergerak, agar lebih kuat dan lebih baik. Gangguan kemih dan buang air besar juga dapat teratasi. Mobilisasi sangat bervariasi, tergantung pada komplikasi persalinan, nifas, atau semburannya luka (jika ada luka). Jika tidak ada kelainan, lakukan mobilisasi sedini mungkin, yaitu dua jam setelah

persalihan normal. Ini berguna untuk mempercepat sirkulasi darah dan mengeluarkan cairan vagina (lochea).

Tahapan mobilisasi dini dilakukan setelah kala IV. Setelah kala IV ibu bisa turun dari tempat tidurnya dan beraktivitas seperti biasa, hal ini dikarenakan pada masa persalinan kala IV ibu memerlukan istirahat yang cukup untuk memulihkan tenaga pada proses penyembuhan.²⁸ Dalam persalinan normal, setelah 1 atau 2 jam persalinan ibu harus melakukan rentang gerak dalam tahapan mobilisasi dini, jika ibu belum melakukannya dalam rentang waktu tersebut maka ibu belum melakukan mobilisasi secara dini (late ambulation). Dalam waktu sekitar 2-6 jam bidan akan membantu ibu untuk melakukan mobilisasi dini, misalnya duduk di tempat tidur, duduk di bagian samping tempat tidur, serta mulai jalan dengan jarak yang dekat. Jika semakin cepat ibu dapat bergerak kembali maka proses menyusui dan merawat anak akan semakin cepat dan mudah dilakukan oleh ibu. Mobilisasi dini yang baik dapat mengurangi terjadinya perdarahan abnormal karena dengan melakukan mobilisasi dini maka kontraksi uterus akan baik, sehingga fundus uteri akan keras. Mobilisasi yang tidak baik dapat menyebabkan involusi uteri yang tidak baik sehingga darah-darah yang tersisa tidak dapat dikeluarkan dan menyebabkan infeksi.

4) Eliminasi

Rasa nyeri kadangkala menyebabkan keengganan untuk berkemih, tetapi ibu harus tetap berkemih secara teratur, karena kantung kemih yang penuh dapat menyebabkan gangguan kontraksi rahim, yang dapat menyebabkan timbulnya perdarahan dari rahim. Seperti halnya dengan berkemih, perempuan pascapersalinan sering tidak merasakan sensasi ingin buang air besar, yang dapat disebabkan pengosongan usus besar (klisma) sebelum melahirkan atau ketakutan menimbulkan robekan pada jahitan dikemaluan.

Sebenarnya kotoran yang dalam beberapa hari tidak dikeluarkan akan mengeras dan dapat menyulitkan dikemudian hari.

Pengeluaran air seni akan meningkat 24-48 jam pertama sampai hari ke-5 setelah melahirkan. Hal ini terjadi karena volume darah meningkat pada saat hamil tidak diperlukan lagi setelah persalinan. Oleh karena itu, ibu perlu belajar berkemih secara spontan dan tidak menahan buang air kecil ketika ada rasa sakit pada jahitan. Menahan buang air kecil akan menyebabkan terjadinya bendungan air seni dan gangguan kontraksi rahim sehingga pengeluaran cairan vagina tidak lancar. Sedangkan buang air besar akan sulit karena ketakutan akan rasa sakit, takut jahitan terbuka atau karena adanya haemoroid (wasir). Kesulitan ini dapat dibantu dengan mobilisasi dini, mengonsumsi makanantinggi serat dan cukup minum.

5) Istirahat

Wanita pasca persalinan harus cukup istirahat. Delapan jam pasca persalinan, ibu harus tidur terlentang untuk mencegah perdarahan. Sesudah 8 jam, ibu boleh miring ke kiri atau ke kanan untuk mencegah trombosis. Ibu dan bayi ditempatkan pada satu kamar. Pada hari kedua, bila perlu dilakukan latihan senam. Pada hari ketiga umumnya sudah dapat duduk, hari keempat berjalan dan hari kelima sudah dapat dipulangkan. Makanan yang diberikan harus bermutu tinggi dan cukup kalori, cukup protein dan banyak buah.

Anjurkan untuk mencegah kelelahan yang berlebihan, usahakan untuk rileks dan istirahat yang cukup, terutama saat bayi sedang tidur. Meminta bantuan suami atau keluarga ketika ibu merasa lelah. Putarkan dan dengarkan lagu-lagu klasik disaat ibu dan bayi sedang istirahat untuk menghilangkan rasa tegang dan lelah.

6) Seksualitas

Setelah persalinan pada masa ini ibu menghadapi peran baru sebagai orang tua sehingga sering melupakan perannya sebagai pasangan. Namun segera setelah ibu merasa percaya diri dengan peran barunya dia akan menemukan waktu dan melihat sekelilingnya serta menyadari bahwa dia telah kehilangan aspek lain dalam kehidupannya yang juga penting. Oleh karena itu perlu memahami perubahan yang terjadi pada istri sehingga tidak punya perasaan diabaikan. Anjuran:

- a) Secara fisik, aman untuk melakukan hubungan suami istri begitu darah merah berhenti dan ibu dapat memasukkan satu atau dua jarinya kedalam vagina tanpa rasa nyeri. Begitu ibu merasakan aman untuk melakukan hubungan suami istri kapan saja ibu siap.
 - b) Banyak budaya yang mempunyai tradisi menunda hubungan suami istri sampai waktu tertentu setelah 40 hari atau 6 minggu pasca persalinan. Keputusan tergantung pada pasangan yang bersangkutan.
 - c) Kerjasama dengan pasangan dalam merawat dan memberikan kasih sayang kepada bayinya sangat dianjurkan.
- d. Tanda Bahaya Ibu Nifas

Tanda-tanda bahaya masa nifas adalah sebagai berikut:

- 1) Perdarahan pervaginam yang luar biasa atau tiba-tiba bertambah banyak (lebih dari perdarahan haid biasa atau bila memerlukan pergantian pembalut-pembalut 2 kali dalam setengah jam).
- 2) Pengeluaran cairan vagina yang berbau busuk.
- 3) Rasa sakit dibagian bawah abdomen atau punggung.
- 4) Sakit kepala yang terus menerus, nyeri ulu hati, atau masalah penglihatan.
- 5) Pembengkakan diwajah atau ditangan.
- 6) Demam, muntah, rasa sakit sewaktu BAK atau jika merasa tidak enak badan.

- 7) Payudara yang bertambah atau berubah menjadi merah panas dan atau terasa sakit.
 - 8) Kehilangan nafsu makan dalam waktu yang lama.
 - 9) Rasa sakit merah, lunak dan atau pembengkakan dikaki.
 - 10) Merasa sangat sedih atau tidak mampu mengasuh sendiri bayinya atau dirinya sendiri.
 - 11) Merasa sangat letih dan nafas terengah-engah.
- e. Kunjungan Ulang Masa Nifas (KF)

Waktu kunjungan nifas KF1-KF3 menurut Panduan pelayanan operasional persalinan dan nifas normal bagi tenaga kesehatan (2015) menganjurkan ibu untuk melakukan kontrol/ kunjungan masa nifas setidaknya 3 kali:

- 1) Kunjungan Nifas Pertama (KF1) Adalah kunjungan nifas pada masa mulai dari 6 jam setelah persalinannya. Asuhan yang diberikan meliputi mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri, mendeteksi dan merawat penyebab lain perdarahan, memberikan konseling bagaimana cara mencegah atonia uteri, pemberian ASI awal, melakukan hubungan antara ibu dan bayi, menjaga bayi tetap sehat dengan cara mencegah hipotermia.
- 2) Kunjungan Nifas Kedua (KF2) Adalah kunjungan nifas dalam kurun waktu hari ke-4 sampai hari ke-28 setelah persalinan. Asuhan yang diberikan pada KF2 yaitu memastikan involusi uterus berjalan normal, uterus berkontraksi, fundus dibawah umbilikus dan tidak ada tanda-tanda perdarahan abnormal; menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi, dan perdarahan abnormal; memastikan ibu mendapat istirahat yang cukup; memastikan ibu mendapat makanan yang bergizi; memastikan ibu menyusui dengan baik dan tidak memperlihatkan tanda-tanda penyulit; memberikan konseling kepada ibu mengenai asuhan pada bayi, tali pusat, menjaga bayi tetap hangat dan merawat bayi sehari-hari.

- 3) Kunjungan Nifas Ketiga (KF3) Adalah kunjungan nifas dalam kurun waktu hari ke-29 sampai dengan hari ke-42 setelah persalinan. Asuhan pada KF3 yaitu menanyakan pada ibu tentang penyulit-penyulit yang ia alami dan memberikan konseling untuk KB secara dini, imunisasi, dan tanda- tanda bahaya yang dialami oleh ibu dan bayi.

5. Bayi Baru Lahir

a. Definisi

Bayi baru lahir adalah bayi yang baru lahir selama satu jam pertama kelahiran.⁷ Bayi baru lahir normal adalah bayi yang lahir pada usia kehamilan 37-42 minggu dengan berat lahir antar 2.500-4.000 gram, cukup bulan lahir langsung menangis dan tidak ada kelainan kongenitas. Pengkajian kondisi umum bayi pada menit pertama dan kelima dengan menggunakan nilai apgar.

Tabel 5. Nilai APGAR Bayi Baru Lahir

Tanda	Nilai 0	Nilai 1	Nilai 2
<i>Appearance</i> (warna kulit)	Biru, pucat	Tubuh merah muda, ekstremitas biru	Seluruh tubuh merah muda
<i>Pulse</i> (frekuensi jantung)	Tidak ada	Kurang dari 100 kali per menit	Lebih dari 100 kali per menit
<i>Grimace</i> (Respon terhadap rangsang)	Tidak ada	Meringis minimal	Batuk atau bersin
<i>Active</i> (Tonus otot)	Lunglai	Fleksi ekstremitas	Aktif
<i>Respiration</i> (Pernapasan)	Tidak ada	Lambat, tidak teratur	Baik atau menangis

b. Penanganan bayi baru lahir

1) Perawatan Tali Pusat

Perawatan tali pusat yang benar dapat mengurangi insiden infeksi pada neonatus. Yang terpenting dalam perawatan tali pusat adalah menjaga agar tali pusat tetap kering dan bersih.

2) Inisiasi Menyusui Dini dan Pemberian Nutrisi

Segera setelah dilahirkan bayi diletakkan di dada atau perut atas ibu selama paling sedikit satu jam untuk memberi kesempatan pada bayi untuk mencari dan menemukan puting ibunya. Manfaat IMD adalah membantu stabilisasi pernafasan, mengendalikan suhu tubuh, menjaga kolonisasi kuman yang aman, dan mencegah infeksi nosokomial.⁷

3) Pencegahan hipotermi

Pada waktu bayi baru lahir, bayi belum mampu mengatur tetap suhu badannya, dan membutuhkan pengaturan dari luar untuk membuatnya tetap hangat. Bayi baru lahir harus dibungkus hangat.⁷

4) Pemberian Injeksi Vitamin K

Pemberian vitamin K dapat menurunkan insiden kejadian perdarahan akibat defisiensi vitamin K1 (PDVK) yang dapat menyebabkan kematian neonatus. Dosis pemberian vit 0,5-1 mg secara IM.

5) Pemberian Salep Mata

Pemberian antibiotik profilaksis pada mata dapat mencegah terjadinya konjungtivitis. Konjungtivitis pada bayi baru lahir sering terjadi terutama pada bayi dengan ibu yang menderita penyakit menular seksual. Konjungtivitis ini muncul pada 2 minggu pertama setelah kelahiran. Profilaksis mata yang sering digunakan yaitu tetes mata silver nitrat 1%, salep mata eritromisin, dan salep mata tetrasiklin.

6) Injeksi Hepatitis B

Imunisasi Hepatitis B pertama diberikan 1-2 jam setelah pemberian Vitamin K1 secara intramuskular. Imunisasi Hepatitis B bermanfaat untuk mencegah infeksi Hepatitis B terhadap bayi, terutama jalur penularan ibu-bayi

c. Keadaan Bayi Baru Lahir Normal

Bayi baru lahir dikatakan normal apabila;

- 1) Frekuensi napas 40-60 kali per menit
- 2) Frekuensi denyut jantung 120-160 kali per menit
- 3) Suhu badan bayi 36,5 – 37,5°C
- 4) Berat badan bayi 2500-4000 gram
- 5) Umur kehamilan 37 – 40 mg
- 6) Gerakan aktif dan warna kulit kemerahan
- 7) Panjang lahir 48-52 cm
- 8) Lingkar Kepala normal 33-37 cm.

6. Neonatus

a. Definisi

Neonatus adalah bayi berumur 0 (baru lahir) sampai dengan usia 28 hari. Neonatus dini adalah bayi berusia 0-7 hari. Neonatus lanjut adalah bayi berusia 8-28 hari.²⁹

b. Kunjungan Neonatal

Kunjungan neonatal dalam pelayanan kesehatan kepada neonatus sedikitnya 3 kali yaitu Kunjungan neonatal I (KN1) pada 6 jam sampai dengan 48 jam setelah lahir, Kunjungan neonatal II (KN2) pada hari ke 3 s/d 7 hari, dan Kunjungan neonatal III (KN3) pada hari ke 8 – 28 hari. Asuhan bayi baru lahir pada 0 – 6 jam yaitu asuhan bayi baru lahir normal, dilaksanakan segera setelah lahir, dan diletakkan di dekat ibunya dalam ruangan yang sama.³⁰

Asuhan bayi baru lahir dengan komplikasi dilaksanakan satu ruangan dengan ibunya atau di ruangan khusus. Pemeriksaan neonatus

pada 6 jam sampai 28 hari pada periode ini dapat dilaksanakan di puskesmas/ pusku/ polindes/ poskesdes dan/atau melalui kunjungan rumah oleh tenaga kesehatan.

Pemeriksaan neonatus dilaksanakan di dekat ibu, bayi didampingi ibu atau keluarga pada saat diperiksa atau saat diberikan pelayanan kesehatan. Pada setiap kunjungan neonatus dilakukan pemeriksaan antropometri seperti berat badan, panjang badan, lingkar kepala, dan suhu bayi. Bayi yang disusui dapat meningkat berat badannya sedikit kurang 1 ons (100 gram) per hari.⁹

c. Kebutuhan Dasar Neonatus

1) Nutrisi

Pada jam-jam pertama energi didapatkan dari perubahan karbohidrat. Pada hari kedua energy berasal dari pembakaran lemak setelah mendapat susu kurang lebih hari ke-6. Kebutuhan energy bayi pada tahun pertama sangat bervariasi menurut usia dan berat badan. Taksiran kebutuhan selama dua bulan adalah sekitar 120 kkal/kgBB/hari. Secara umum, selama 6 bulan pertama bayi membutuhkan energy sebesar 115-120 kkal/kgBB/hari.²⁹

2) Eliminasi

Pengeluaran mekonium biasanya dalam 10 jam pertama dan dalam 4 hari biasanya tinja sudah berbentuk dan berwarna biasa.²⁹ Feses pertama ini berwarna hijau kehitaman, lengket serta mengandung empedu, asam lemak, lendir dan sel epitel. Sejak hari ketiga hingga ke lima kelahiran, feses mengalami tahap transisi dan menjadi berwarna kuning kecoklatan. Urin pertama dikeluarkan dalam 24 jam pertama dan setelahnya dengan frekuensi yang semakin sering seiring meningkatnya asupan cairan. Urin encer, berwarna kuning dan tidak berbau.⁷

3) Istirahat dan Tidur

Bayi baru lahir tidur 16-18 jam sehari, paling sering blog waktu 45 menit sampai 2 jam. Bayi dapat menangis setidaknya 5 menit per hari sampai sebanyak-banyaknya 2 jam per hari (Walsh, 2007:103).

4) Personal Hygiene

Bayi dimandikan ditunda sampai sedikitnya 4-6 jam setelah kelahiran, setelah suhu bayi stabil. Mandi selanjutnya 2-3 kali seminggu. Mandi menggunakan sabun dapat menghilangkan minyak dari kulit bayi, yang sangat rentan untuk mengering. Pencucian rambut hanya perlu dilakukan sekali atau dua kali dalam seminggu. Pemakaian popok harus dilipat sehingga putung tali pusat terbuka ke udara, yang mencegah urin dan feses membasahi tali pusat. Popok harus diganti beberapa kali sehari ketika basah.

5) Aktifitas

Bayi normal melakukan gerakan-gerakan tangan dan kaki yang simetris pada waktu bangun. Adanya tremor pada bibir, kaki dan tangan pada waktu menangis adalah normal, tetapi bila hal ini terjadi pada waktu tidur, kemungkinan gejala kelainan yang perlu dilakukan pemeriksaan lebih lanjut.⁷ Bayi dapat menangis setidaknya 5 menit per hari sampai sebanyak-banyaknya 2 jam per hari, bergantung pada temperamen individu. Alasan paling umum untuk menangis adalah lapar, ketidaknyamanan karena popok basah, suhu ekstrim, dan stimulasi berlebihan.

6) Psikososial

Kontak kulit dengan kulit juga membuat bayi lebih tenang sehingga didapat pola tidur yang lebih baik. Bayi baru lahir waspada dan sadar terhadap lingkungannya saat ia terbangun. Jauh dari pasif, bayi bereaksi terhadap rangsang dan mulai pada usia yang sangat dini untuk mengumpulkan informasi tentang lingkungannya.³⁰

7. Keluarga Berencana

a. Definisi

Keluarga berencana merupakan usaha suami istri untuk mengukur jumlah dan jarak anak yang diinginkan. Prinsip dasar metode kontrasepsi adalah mencegah sperma laki-laki mencapai dan membuahi telur wanita (fertilisasi) atau mencegah telur yang sudah dibuahi untuk berimplantasi (melekat) dan berkembang didalam rahim.³¹

b. Tujuan Keluarga Berencana

Tujuan umum untuk lima tahun kedepan yaitu mewujudkan visi dan misi program KB yaitu membangun kembali dan melestarikan pondasi yang kokoh bagi pelaksana program KB di masa mendatang untuk mencapai keluarga berkualitas.³² Keluarga berencana memiliki beberapa tujuan yaitu:

- 1) Mencegah terjadinya ledakan penduduk dengan menekan laju pertumbuhan penduduk dengan menurunkan angka kelahiran atau TFR (*Total Fertility Rate*).
- 2) Mengatur kehamilan dengan menunda kehamilan anak pertama dan menjarangkan kehamilan setelah kelahiran anak pertama serta menghentikan kehamilan apabila merasa anak telah cukup.
- 3) Tercapainya keluarga yang berkualitas, yakni keluarga yang harmonis, sehat, tercukupi sandang, pangan, papan, pendidikan dan produktif dari segi ekonomi.

c. Sasaran Keluarga Berencana

Sasaran langsung KB yaitu pasangan usia subur yang wanitanya berusia antara 15-49 tahun, karena pasangan usia subur ini adalah pasangan yang aktif melakukan hubungan seksual dan mudah terjadinya kehamilan. Pasangan Usia Subur (PUS) diharapkan secara bertahap menjadi peserta KB yang aktif lestari sehingga memberi efek langsung penurunan fertilisasi.

d. Definisi kontrasepsi

Kontrasepsi berasal dari kata kontra dan konsepsi. Kontra yang berarti "melawan" atau mencegah", sedangkan konsepsi adalah pertemuan antara sel telur yang matang dengan sperma yang mengakibatkan kehamilan. Jadi kontrasepsi adalah menghindari atau mencegah terjadinya kehamilan akibat adanya pertemuan antara sel telur.³³

e. Prinsip Kerja Kontrasepsi

Cara kerja kontrasepsi pada dasarnya adalah meniadakan pertemuan antara sel telur (ovum) dengan sel mani (sperma). Ada tiga cara untuk mencapai tujuan tersebut diantaranya adalah menekan keluarnya sel telur (ovulasi), menahan masuknya sperma ke dalam saluran kelamin wanita sampai mencapai ovum dan yang ketiga adalah menghalangi nidasi.³⁴

f. Macam-macam Metode Kontrasepsi

Macam-macam metode kontrasepsi dibagi atas antara lain:

1) Metode Alamiah tanpa Alat

Metode alamiah yang tanpa alat antara lain metode kelender, metode suhu basal badan, metode lendir servik, metode pantang berkala, metode amenorae laktasi, metode senggama terputus.

2) Metode Alamiah dengan Alat (Metode Barrier)

Metode barrier merupakan metode alamiah yang menggunakan alat terdiri atas kondom, spermiside, diafragma, kap serviks.

Kondom merupakan sarung karet yang dapat terbuat dari berbagai bahan diantaranya karet, plasti. Kondom dipasang pada saat penis ereksi dan harus terpasang sebelum terjadinya kontak genital. Keuntungan dari pemakaian kondom yaitu tidak mengganggu produksi ASI, menghindari dari penularan penyakit infeksi menular seksual. Kerugiannya sendiri adalah cara penggunaan sangat mempengaruhi dalam keberhasilan, mengganggu hubungan seksualitas.³⁵ Cara menggunakan pemakaian kondom: pasang

kondom saat penis ereksi atau tegang, gunakan kondom hanya 1 kali, simpan jangan pada tempat yang panas karena dapat merusak kondom.³⁶

3) Metode Modern

Metode modern terdiri dari metode kontrasepsi hormonal dan non hormonal. Metode hormonal terdiri dari pil KB, suntik dan implan dan metode non hormonal terdiri dari IUD.

4) Metode mantap

a) Kontrasepsi mantap pada wanita

Penyinaran, Medis Operatif Wanita (MOW), penyumbatan tuba fallopii secara mekanis dan penyumbatan tuba fallopi secara kimiawi.

b) Kontrasepsi mantap pada pria

Medis Operatif Pria (MOP), penyumbatan vas deferens secara mekanis dan penyumbatan vas deferens secara kimiawi.³³

g. Jenis Alat Kontrasepsi

Macam-macam alat kontrasepsi yang aman dan tidak mengganggu laktasi meliputi metode amenorea laktasi (MAL), pil progestin, suntik progestin, implan dengan progestin dan alat kontrasepsi dalam rahim. Semua metode baik hormonal maupun non hormonal dapat digunakan sebagai metode dalam pelayanan Keluarga Berencana Pasca Persalinan, akan tetapi pada masa menyusui bayi, ada beberapa yang disarankan agar tidak mengganggu produksi ASI yaitu diantaranya:

1) Metode Amenore Laktasi (MAL)

Metode Amenorea Laktasi (MAL) adalah kontrasepsi yang mengandalkan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, hanya Air Susu Ibu saja tanpa tambahan makanan atau minuman apapun lainnya.

1. Keuntungan kontrasepsi

Sejara efektif, tidak mengganggu senggama, tidak ada efek samping secara sistematis, tidak perlu pengawasan medis, tidak perlu obat atau alat dan tanpa mengeluarkan biaya.

2. Keuntungan Nonkontrasepsi

Keuntungan non kontrasepsi bagi bayi yaitu akan mendapat kekebalan pasif (mendapat antibodi perlindungan lewat air susu ibu), sumber asupan gizi yang terbaik dan sempurna untuk tumbuh kembang bayi yang optimal dan terhindar dari keterpaparan terhadap kontaminasi dari air susu lain atau formula. Sedangkan bagi Ibu dapat mengurangi perdarahan pascapersalinan, mengurangi risiko anemia dan meningkatkan hubungan psikologis ibu dan bayi.

2) Pil Progestin

Pil progestin (minipills) adalah pil kontrasepsi yang hanya mengandung progestin saja tanpa estrogen dengan dosis progestin yang kecil (0,5 atau kurang). Pil progestin dapat mulai diberikan dalam 6 minggu pertama pasca persalinan.

- a) Keuntungan: cocok untuk perempuan yang menyusui, efektif pada masa laktasi, tidak menurunkan kadar ASI, tidak memberikan efek samping estrogen.
- b) Keterbatasan: mengalami gangguan haid, harus digunakan setiap hari dan pada waktu yang sama, bila lupa satu pil saja kegagalan menjadi lebih besar, risiko kehamilan cukup tinggi, mual.

3) Suntik Progestin

Suntik progestin merupakan suntik yang digunakan untuk tujuan kontrasepsi parenteral, mempunyai efek progestagen yang kuat dan sangat efektif. Jenisnya yaitu *Depo Medroksi Progesteron Asetat* (Depo Provera) dan *Depo Noretisteron Enantat* (Depo Noristerat).

- a) Keuntungan dari suntik progestin: pencegahan kehamilan jangka panjang, tidak berpengaruh pada hubungan suami istri, tidak pengaruh pada ASI, sedikit efek samping, dapat digunakan pada perempuan usia > 35 tahun.
- b) Keterbatasan suntik progesteron Sering ditemukan gangguan haid, klien tergantung pada pelayanan kesehatan, tidak dapat dihentikan sewaktu-waktu, terlambatnya kembali kesuburan setelah berhenti penghentian pemakaian.

4) Implant

Implant adalah metode kontrasepsi hormonal yang efektif, tidak permanen dan dapat mencegah terjadinya kehamilan antara tiga hingga lima tahun. Metode ini sangat efektif (0,2-1 kehamilan per 100 perempuan).

a) Keuntungan Implant

Daya guna tinggi, perlindungan jangka panjang (sampai 5 tahun), pengembalian tingkat kesuburan yang cepat setelah pencabutan, bebas dari pengaruh estrogen, tidak mengganggu kegiatan senggama, tidak mengganggu ASI.

- b) Keterbatasan: pada penggunaan jangka panjang dapat terjadi amenorea, progestin dapat memicu pertumbuhan miom, dapat terjadi perforasi uterus pada saat insersi (<1/1000 kasus).

5) IUD

IUD merupakan kontrasepsi sangat efektif dan berjangka panjang. Sebagai kontrasepsi, efektivitasnya tinggi. Sangat efektif yaitu 0,6-0,8 kehamilan/100 perempuan dalam 1 tahun pertama (1 kegagalan dalam 125-170 kehamilan). Cara kerja IUD antara lain menghambat kemampuan sperma untuk masuk ke tuba fallopi, mempengaruhi fertilisasi sebelum ovum mencapai kavum uteri, mencegah sperma dan ovum bertemu.³⁷ Pemeriksaan sesudah IUD dipasang dilakukan pada 1 minggu pasca pemasangan, 3 bulan berikutnya, berikutnya setiap 6 bulan sekali.

C. Kewenangan Bidan terhadap Kasus

1. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 320 Tahun 2020 Tentang Standar Profesi Bidan
 - a. Bidan memiliki pengetahuan yang diperlukan untuk memberikan asuhan yang berkualitas dan tanggap budaya sesuai ruang lingkup asuhan masa kehamilan, masa persalinan, bayi baru lahir (neonatus), masa nifas, dan pelayanan keluarga berencana.
 - b. Kemampuan melaksanakan asuhan kebidanan komprehensif dan berkualitas pada ibu hamil, ibu bersalin, bayi baru lahir (neonatus), ibu nifas, dan pelayanan keluarga berencana.³⁸
2. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 938/Menkes/SK/2007 tentang Standar Asuhan Kebidanan
 - a. Standar I: pengkajian
 - b. Standar II: perumusan diagnosa dan atau masalah kebidanan
 - c. Standar III: perencanaan
 - d. Standar IV: implementasi
 - e. Standar V: evaluasi
 - f. Standar VI: pencatatan asuhan kebidanan.³⁹
3. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 tahun 2017 tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan
 - a. Pasal 18, dalam penyelenggaraan praktik kebidanan bidan memiliki kewenangan untuk memberikan pelayanan kesehatan ibu, pelayanan kesehatan anak, dan pelayanan keluarga berencana.
 - b. Pasal 19, pelayanan kesehatan ibu diberikan pada masa hamil, masa persalinan, masa nifas, dan masa menyusui. Pelayanan kesehatan ibu meliputi antenatal pada kehamilan normal, persalinan normal, ibu nifas normal, dan ibu menyusui. Dalam memberikan pelayanan bidan berwenang melakukan episiotomy, pertolongan persalinan normal, penjahitan luka jalan lahir tingkat I dan II, pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil, pemberian vitamin A dosis tinggi pada ibu nifas,

- fasilitasi/bimbingan inisiasi menyusui dini dan promosi air susu ibu eksklusif, pemberian uterotonika pada manajemen aktif kala tiga dan postpartum, penyuluhan dan konseling.
- c. Pasal 20, pelayanan kesehatan anak diberikan pada bayi baru lahir. Dalam memberikan pelayanan bidan berwenang melakukan pelayanan neonatal esensial, konseling dan penyuluhan. Pelayanan neonatal esensial meliputi IMD, pemotongan dan perawatan tali pusat, pemberian suntikan vitamin K1, pemberian imunisasi Hb0, pemeriksaan fisik bayi baru lahir, dan pemantauan tanda bahaya. Konseling dan penyuluhan meliputi pemberian KIE kepada ibu dan keluarga tentang perawatan bayi baru lahir, pelayanan kesehatan, imunisasi, gizi seimbang, dan tumbuh kembang.
 - d. Pasal 21, dalam memberikan pelayanan keluarga berencana bidan berwenang memberikan penyuluhan dan konseling keluarga berencana dan pelayanan kontrasepsi oral, kondom, dan suntikan.⁴⁰
4. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 97 tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, Serta Pelayanan Kesehatan Seksual
- a. Pasal 12, pelayanan kesehatan masa hamil bertujuan untuk memenuhi hak setiap ibu hamil memperoleh pelayanan kesehatan yang berkualitas sehingga mampu menjalani kehamilan dengan sehat, bersalin dengan selamat, dan melahirkan bayi yang sehat dan berkualitas. Pelayanan kesehatan masa hamil dilakukan sekurang-kurangnya empat kali selama masa kehamilan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi dan kewenangan.⁴¹
 - b. Pasal 14, persalinan harus dilakukan di fasilitas pelayanan kesehatan. Persalinan diberikan kepada ibu bersalin dalam bentuk 5 aspek dasar meliputi membuat keputusan klinik, asuhan sayang ibu dan sayang bayi, pencegahan infeksi, pencatatan asuhan persalinan, dan rujukan pada

kasus komplikasi ibu dan bayi lahir. Persalinan dilakukan sesuai dengan standar asuhan persalinan normal.

- c. Pasal 15, pelayanan kesehatan masa sesudah melahirkan meliputi perawatan kesehatan bagi dan pelayanan kesehatan bayi baru lahir. Pelayanan kesehatan bagi ibu paling sedikit 3 kali selama masa nifas. Kegiatan pelayanan meliputi pemeriksaan tanda vital, TFU, lochea dan perdarahan, jalan lahir, payudara dan anjuran pemberian ASI Eksklusif, pemberian kapsul vitamin A, dan konseling.⁴¹

5. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 4 tahun 2019 tentang Kebidanan

- a. Pasal 46, dalam menyelenggarakan praktik kebidanan, bidan bertugas memberikan pelayanan yang meliputi pelayanan kesehatan ibu, pelayanan kesehatan anak, dan pelayanan keluarga berencana.
- b. Pasal 47, dalam menyelenggarakan praktik kebidanan, bidan dapat berperan sebagai pemberi pelayanan kebidanan.
- c. Pasal 48, bidan dalam penyelenggaraan praktik kebidanan harus sesuai dengan kompetensi dan kewenangannya.
- d. Pasal 49, dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan ibu, bidan berwenang memberikan asuhan kebidanan pada masa kehamilan normal, masa persalinan dan menolong persalinan normal, dan masa nifas.
- e. Pasal 50, dalam menjalankan tugasnya bidan berwenang memberikan asuhan kebidanan pada bayi baru lahir, memberikan imunisasi sesuai program pemerintah pusat, melakukan pemantauan tumbuh kembang pada bayi.
- f. Pasal 51, dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan keluarga berencana, bidan berwenang melakukan komunikasi, informasi, edukasi, konseling, dan memberikan pelayanan kontrasepsi sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.⁴²

D. Referensi Jurnal

1. Jurnal mengatasi keluhan dalam kehamilan TM III

- a. Pada penelitian yang dilakukan oleh R. Shiri, dkk dengan judul *Exercise for the prevention of low back and pelvic girdle pain in pregnancy: A meta-analysis of randomized controlled trials* dijelaskan bahwa efek olahraga dalam pencegahan nyeri punggung bawah dan korset panggul selama kehamilan tidak pasti. Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengaruh olahraga terhadap nyeri punggung bawah, nyeri korset panggul dan cuti sakit terkait. Pencarian literatur dilakukan di PubMed, EMBASE, Cochrane Library, Google Scholar, ResearchGate dan database ClinicalTrials.gov dari awal hingga Mei 2017. Uji coba terkontrol secara acak (RCT) memenuhi syarat untuk dimasukkan dalam peninjauan apakah mereka membandingkan intervensi olahraga dengan aktivitas sehari-hari yang biasa dan setidaknya beberapa peserta bebas dari nyeri punggung bawah dan / atau nyeri korset panggul pada awal. Kualitas metodologis dari studi yang disertakan dievaluasi menggunakan alat Cochrane Collaboration. Meta-analisis efek acak dilakukan, dan heterogenitas dan bias publikasi dinilai. Sebelas uji coba terkontrol secara acak (2347 wanita hamil) memenuhi syarat untuk meta-analisis. Hasil dari penelitian ini menyebutkan Olahraga mengurangi risiko nyeri punggung bawah pada kehamilan sebesar 9% (rasio risiko gabungan (RR) = 0,91, 95% CI 0,83-0,99, I² = 0%, tujuh percobaan, N = 1175), sedangkan itu tidak memiliki efek perlindungan pada nyeri korset panggul (RR = 0,99, CI 0,81-1,21, I² = 0%, empat RCT, N = 565) atau nyeri lumbopelvis (RR = 0,96, CI 0,90-1,02, I² = 0%, delapan RCT, N = 1737). Selain itu, olahraga mencegah penambahan kasus baru dalam pengajuan cuti sakit karena nyeri lumbopelvis (RR = 0,79, CI 0,64-0,99, I² = 0%, tiga RCT, N = 1168). Tidak ada bukti bias publikasi. Olahraga tampaknya mengurangi risiko nyeri punggung bawah pada

wanita hamil, dan cuti sakit karena nyeri lumbopelvic, tetapi tidak ada bukti yang jelas untuk efek pada nyeri dengan penggunaan korset panggul.

- b. Penelitian oleh Ambika K , Vijayalakshmi V pada tahun 2023 yang berjudul *Redefining Maternal Wellness: The Role of Antenatal Exercises in Musculoskeletal Issues Among Primigravida Mothers* menjabarkan Selama kehamilan, ada perubahan penting dalam biomekanik, hormon, dan fungsi pembuluh darah, yang sering mengakibatkan berbagai penyakit muskuloskeletal, termasuk nyeri punggung, kram kaki, dan ketidaknyamanan korset panggul. Pentingnya masalah muskuloskeletal terkait kehamilan pada fungsi sehari-hari wanita dan kesejahteraan umum disorot oleh kejadian luas mereka di seluruh dunia, yang memerlukan fokus tinggi dan penerapan pendekatan terapeutik yang efektif. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menilai efektivitas latihan prenatal dalam ketidaknyamanan muskuloskeletal dan menyelidiki hubungan antara tingkat ketidaknyamanan pasca-intervensi dan faktor demografis tertentu. Teknik kuantitatif digunakan dalam penelitian ini, menggunakan desain pra-eksperimental yang dilakukan selama tiga bulan. Sebanyak 60 ibu primigravida terpilih sebagai partisipan melalui purposive sampling. Penelitian ini dilakukan di Pusat Perawatan Tersier Bersalin yang berlokasi di Tamil Nadu. Intervensi mencakup pemberian latihan antenatal, yang secara khusus berfokus pada sesak perut, kemiringan panggul, dan gerakan kaki dan pergelangan kaki. Peneliti mendemonstrasikan latihan selama 20 menit, dan setelah itu, para ibu diminta untuk melakukan kegiatan itu sendiri. Proses ini dipantau dan diamati selama dua minggu. Temuan ini signifikan secara statistik, menunjukkan penurunan gangguan muskuloskeletal yang patut dicatat setelah pelaksanaan intervensi. Analisis statistik mengungkapkan tingkat signifikansi yang signifikan ($P = 0,001$), mengkonfirmasi kemanjuran

latihan. Sebelum pelaksanaan intervensi, sebagian besar ibu, yaitu, 45 (75%) dilaporkan mengalami nyeri punggung sedang. Namun, setelah intervensi, persentase ini turun menjadi 33,34%. Insiden nyeri panggul sedang menurun dari 80% menjadi 30% , dan pola yang sebanding diamati dalam pengurangan kram kaki. Selain itu, penelitian ini mengidentifikasi hubungan yang signifikan antara perbaikan dan berbagai faktor demografi dan kebidanan, termasuk tingkat pendidikan, pekerjaan, struktur keluarga, usia saat menikah, dan berat badan ibu. Hasilnya menyoroti pentingnya menggabungkan latihan antenatal sebagai komponen reguler perawatan prenatal untuk meminimalkan ketidaknyamanan muskuloskeletal, sehingga meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu hamil secara keseluruhan.

2. Jurnal Persalinan

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Kamilya Jamel Baljon dkk pada tahun 2019 yang berjudul *Effectiveness of breathing exercises, foot reflexology and back massage (BRM) on labour pain, anxiety, duration, satisfaction, stress hormones and newborn outcomes among primigravidae during the first stage of labour in Saudi Arabia: a study protocol for a randomized controlled trial* menjabarkan Nyeri persalinan adalah salah satu nyeri terparah yang mungkin dialami primigravidae selama kehamilan. Kegagalan untuk mengatasi rasa sakit dan kecemasan persalinan dapat menyebabkan persalinan abnormal. Meskipun banyak pendekatan non-farmakologis komplementer untuk mengatasi nyeri persalinan, kualitas bukti rendah dan pendekatan terbaik tidak ditetapkan. Protokol penelitian ini menjelaskan penyelidikan yang diusulkan tentang efek kombinasi latihan pernapasan, refleksi kaki dan pijat punggung (BRM) pada pengalaman persalinan primigravidae. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah Uji coba terkontrol secara acak ini akan melibatkan kelompok intervensi yang menerima BRM

dan perawatan tenaga kerja standar, dan kelompok kontrol yang hanya menerima perawatan tenaga kerja standar. Primigravidae 26-34 minggu kehamilan tanpa penyakit kronis atau terkait kehamilan Komplikasi akan direkrut dari antenatal Klinik. Pasien yang memenuhi syarat dan menyetujui akan secara acak dialokasikan untuk intervensi atau kelompok kontrol bertingkat dengan penggunaan pethidine intramuskular. Intervensi BRM akan diantarkan oleh terapis pijat terlatih. Hasil utama dari rasa sakit dan kecemasan persalinan akan diukur selama dan setelah kontraksi uterus pada awal (serviks dilatasi 6 cm) dan posting BRM per jam selama 2jam. Hasil sekunder termasuk hormon stres ibu (hormon adrenokortikotropik, kortisol dan oksitosin) tingkat, tanda-tanda vital ibu (V / S), denyut jantung janin, persalinan durasi, skor Apgar dan kepuasan ibu. Ukuran sampel diperkirakan berdasarkan kelompok antara: Perbedaan 0,6 dalam skor kecemasan, 95% kekuatan dan 5% α kesalahan, yang menghasilkan ukuran sampel yang diperlukan 154 (77 di setiap kelompok) terhitung tingkat gesekan 20%. antar-kelompok dan di dalam kelompok Ukuran hasil akan diperiksa dengan efek campuran model regresi, Analisis deret waktu dan uji-t berpasangan atau setara non-parametrik tes.

3. Jurnal Nifas

- a. Pada penelitian yang dilakukan oleh Estefania Aparicio dkk, pada tahun 2020 yang berjudul *Nutrient Intake during Pregnancy and Post-Partum: ECLIPSES Study* menjabarkan tentang pemberian nutrisi pada ibu post partum. Isi dari penelitian tersebut Kehamilan dan post-partum adalah periode kritis di mana asupan nutrisi sangat penting untuk kesehatan ibu dan anak. Tujuan kami adalah untuk menggambarkan asupan makanan selama kehamilan dan post-partum dan menilai kecukupannya. Sebuah studi longitudinal dilakukan pada 793 wanita hamil. Data tentang Karakteristik ibu, kesehatan, diet dan gaya hidup dinilai. Asupan

energi dan nutrisi adalah dibandingkan dengan Recommended Dietary Allowances (RDA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan energi (82,6%), protein (80,6%) dan karbohidrat (99,5%) memadai (di atas 80% dari AKG) selama kehamilan, seperti vitamin C, B2 dan B12; tetapi asupan vitamin D, zat besi dan folat masih jauh dari AKG (di bawah 35%). Hasil serupa diamati untuk periode post-partum meskipun serat, dan vitamin E dan C menurun dibandingkan dengan asupan selama kehamilan. Kesimpulannya, meskipun kebutuhan nutrisi meningkat selama kehamilan, wanita hamil tidak meningkatkan energi mereka dan asupan nutrisi selama kehamilan dan postpartum dan mereka memiliki risiko tinggi kekurangan asupan vitamin D, zat besi dan folat selama kehamilan, dan karenanya, mengembangkan nutrisi yang tidak menguntungkan status, bertentangan dengan rekomendasi kesehatan. Temuan ini menggaris bawahi perlunya intensif program nutrisi selama dan setelah kehamilan.

- b. Penelitian lain yang mendukung tentang upaya asuhan berkesinambungan pada ibu bersalin dan nifas terdapat pada penelitian yang dilakukan oleh Philippa Inge, Jessica J Orchard, Rosie Purdue, John W Orchard pada tahun 2022 menjabarkan tentang rekomendasi olah raga yang dapat dilakukan oleh ibu hamil dan ibu nifas dengan isi penelitian sebagai berikut Efek kesehatan preventif dari status olahraga versus non-olahraga mirip dengan efek menjadi non-perokok versus perokok. Hal ini membuat kebiasaan olahraga seumur hidup bagi populasi sangat penting bagi kesehatan masyarakat. Melahirkan adalah proses traumatis baik pervagina atau operasi caesar yang sementara mencegah olahraga biasa pascapersalinan. Tujuan dari artikel ini adalah untuk menggambarkan kembalinya olahraga normal di bulan-bulan pascapersalinan, termasuk tantangan tambahan untuk memulai kebiasaan olahraga yang baik bagi para ibu baru

yang tidak berolahraga secara teratur sebelum melahirkan. Masalah panggul, terlepas dari cara pengiriman, mempengaruhi kembali latihan postpartum. Perkembangan cedera muskuloskeletal juga merupakan risiko yang signifikan, misalnya tenosinovitis De Quervain dari aktivitas baru seperti berganti pakaian, mandi dan menyusui. Perubahan hormonal dan postural, berat badan ekstra dan jaringan pendukung semuanya memengaruhi keberhasilan kembali berolahraga. Masalah panggul adalah pertimbangan utama bagi wanita yang kembali berolahraga pascapersalinan. Hal ini terutama terjadi setelah persalinan caesar atau persalinan pervaginam yang dibantu (misalnya forsep) di mana ada trauma perut dan / atau panggul yang signifikan. Perkembangan cedera muskuloskeletal adalah risiko yang signifikan pada tungkai bawah dan atas. Pada ekstremitas atas, cedera pergelangan tangan adalah yang paling umum, seperti tenosinovitis De Quervain yang terkait dengan beban ekstra karena perubahan, mandi dan menyusui. Idealnya ini akan dicegah dengan beberapa penguatan pergelangan tangan yang ringan namun teratur dan latihan rentang gerak pada periode antenatal. Cedera ekstremitas bawah, seperti nyeri tumit plantar, dapat terjadi karena peningkatan mendadak dalam berjalan saat kembali berolahraga dan dengan penambahan berat badan sebagai faktor risiko tambahan.

4. Jurnal BBL

- a. Pada penatalaksanaan bayi baru lahir penelitian ini menjelaskan tentang pemberian injeksi vitamin K pada bayi. Indikasi tata cara serta komplikasi yang menyertai. Jurnal review yang berjudul *Vitamin K prophylaxis in newborns* ditulis oleh Sophie Jullien dan dipublikasikan pada tahun 2021 ini menjabarkan Artikel ini adalah bagian dari serangkaian ulasan, yang bertujuan untuk meringkas rekomendasi yang ada dan Bukti terbaru tentang

intervensi pencegahan Berlaku untuk anak-anak di bawah usia 5 tahun untuk menginformasikan kelompok editorial WHO untuk membuat rekomendasi untuk promosi kesehatan dalam perawatan kesehatan primer. Dalam hal ini artikel, kami melihat rekomendasi yang ada dan bukti pendukung tentang efektivitas vitamin K diberikan setelah lahir dalam mencegah perdarahan penyakit bayi baru lahir (HDN). Mengapa vitamin K penting? Vitamin K diperlukan untuk sintesis koagulasi faktor, menjadi penting untuk pembekuan darah. Kekurangan Vitamin K dapat menyebabkan perdarahan yang berlebihan dan parah. Konteks Pada bayi, kekurangan vitamin K dapat menyebabkan perdarahan dikenal sebagai HDN atau perdarahan defisiensi vitamin K (VKDB). Ini dapat hadir melalui tiga bentuk berbeda: awal, klasik dan terlambat. Penyakit awal terjadi dalam 24 jam pertama kehidupan dan tidak dapat dicegah dengan pemberian profilaksis vitamin K untuk bayi baru lahir. Bentuk klasik menyajikan antara hari 1 dan 7. HDN onset terlambat terjadi antara 7 hari dan 6 bulan kehidupan, meskipun lebih umum antara 14 hari dan 3 bulan kehidupan, terutama di bayi yang disusui sepenuhnya dan biasanya dengan kulit, gastrointestinal atau perdarahan intrakranial. Saat lahir, bayi baru lahir hadir rendahnya tingkat vitamin K karena terbatas transfer plasenta, usus steril, dan hati mereka yang belum matang. Oleh karena itu, bayi baru lahir rentan untuk mengembangkan HDN. Prematur bayi berpotensi berisiko lebih tinggi terkena HDN karena ketidakmatangan hati dan hemostatik yang lebih jelas, dan untuk makan tertunda menyebabkan keterlambatan gastrointestinal kolonisasi saluran yang terlibat dalam sintesis vitamin K. Oleh karena itu, asupan vitamin K pascakelahiran yang memadai tampaknya penting dalam kelompok bayi ini. Vitamin K umumnya diberikan sebagai profilaksis setelah lahir untuk mencegah HDN. Di antara bayi

yang belum menerima profilaksis vitamin K saat lahir, kejadian HDN diperkirakan 35 (10,5 hingga 80) per 100.000 kelahiran hidup, lebih rendah dalam pendapatan tinggi negara-negara di 8,8 (5,8 hingga 17,8) per 100.000 kelahiran hidup.

- b. Penelitian selanjutnya yang berkorelasi dengan perawatan bayi baru lahir adalah pemberian salep mata chloramphenicol pasca kelahiran pada penelitian ini dibahas tentang indikasi keuntungan dan kerugian dari Tindakan ini. Penelitian yang berjudul *Interventions for preventing ophthalmia neonatorum (Review)* yang ditulis oleh Kapoor VS, Evans JR, Vedula SS pada tahun 2020 Tujuan dari Ulasan Cochrane ini adalah untuk menentukan sama ada obat yang lebih baik daripada plasebo atau tidak ada tindakan pencegahan dalam mencegah Ophthalmia neonatorum. Penulis Cochrane Review mengumpulkan dan menganalisis semua studi yang relevan untuk menjawab pertanyaan ini dan menemukan 30 Studi Tidak ada data tentang apakah profilaksis untuk ophthalmia neonatorum mencegah hasil serius seperti kebutaan atau gangguan penglihatan. Bukti kepastian sedang menunjukkan bahwa penggunaan profilaksis dapat menyebabkan penurunan kejadian konjungtivitis apa pun menyebabkan pada bayi baru lahir tetapi bukti untuk eJect pada konjungtivitis gonokokal atau klamidia adalah kepastian rendah hingga sangat rendah. Perbandingan Intervensi individu tidak menunjukkan adanya intervensi superior secara konsisten, tetapi data terbatas. Apa yang dikaji dalam ulasan ini? Ophthalmia neonatorum, juga dikenal sebagai konjungtivitis neonatal, atau infeksi pada permukaan mata bayi baru lahir di dalam bulan pertama kehidupan. Hal ini biasanya disebabkan oleh infeksi (bakteri atau virus) yang dijemput selama kelahiran. Jika tidak diobati, dapat menyebabkan kebutaan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan perawatan berikut untuk mencegah

ophthalmia neonatorum:

- 1) salep mata tetrasiklin hidroklorida 1%;
- 2) eritromisin 0,5% salep mata;
- 3) larutan povidone-iodine 2,5% (berbasis air);
- 4) larutan perak nitrat 1%;
- 5) kloramfenikol 1% salep mata.

Penulis Cochrane Review mempertimbangkan perawatan ini dan lainnya untuk mencegah perkembangan konjungtivitis pada bayi baru lahir. Mereka menilai dua jenis utama konjungtivitis secara terpisah - konjungtivitis gonokokal (disebabkan oleh *Neisseria gonorrhoeae*) dan konjungtivitis klamidia (disebabkan oleh *Chlamydia trachomatis*) - serta konjungtivitis karena bakteri apa pun (termasuk *Neisseria gonorrhoeae* and *Chlamydia trachomatis*), konjungtivitis karena penyebab apa pun atau konjungtivitis yang tidak diketahui penyebabnya. Apakah Kesimpulan utama ulasan ini? Penulis Cochrane Review mengidentifikasi 30 studi dengan total 79.198 bayi baru lahir. Delapan belas studi berlangsung di lingkungan berpenghasilan tinggi (AS, Eropa, Israel, Kanada), dan 12 dilakukan di lingkungan berpenghasilan rendah dan menengah (Afrika, Iran, Cina, Indonesia, Meksiko). Utama Obat pencegahan yang dievaluasi dalam studi yang disertakan adalah: tetrasiklin 1%, eritromisin 0,5%, povidone-iodine 2,5%, dan perak nitrat 1%. Bayi baru lahir yang diberi obat pencegahan cenderung memiliki kemungkinan konjungtivitis yang lebih rendah dalam waktu satu bulan setelah kelahiran dibandingkan dengan Bayi baru lahir tidak diberi obat pencegahan (bukti kepastian sedang). Bukti untuk penyebab spesifik konjungtivitis (klamidial gonokokal) kurang pasti karena ini terjadi lebih jarang dalam studi yang disertakan. Tak satu pun dari studi mengumpulkan data tentang kebutaan atau hasil penglihatan yang merugikan.

5. Jurnal KB Metode Amenore Laktasi (MAL) dan ASI Eksklusif

a. Pada penelitian yang dilakukan oleh Anisa Fitrianti pada tahun 2018 yang berjudul *Correlation Between the Exclusive Breastfeeding and The Duration of the Amenorrhoea Lactation at the Work Region of North Galesong Community Health Center* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara pemberian ASI eksklusif dengan durasi laktasi amenore di wilayah kerja Puskesmas Galesong Utara (KLHK). Kabupaten Takalar. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Analytical-Observational dengan desain cross-sectional study. Jumlah sampel sebanyak 100 responden: Data yang dianalisis dengan menggunakan Kaplan Meier adalah analisis bivariat dan multivariat dengan Cox Proportional Hazard. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ada korelasi antara pemberian ASI eksklusif dan durasi laktasi Amenorrhoe ($p = 0,000$). Ibu yang menyusui secara eksklusif akan memiliki median 4 bulan amenorrhoea laktasi, sementara ibu yang tidak memberikan ASI secara eksklusif hanya akan memiliki 2 bulan median laktasi amenorrhoe. Hasil analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa variabel-variabel yang mempengaruhi durasi amenorrhoe laktasi dengan cara yang berbeda dengan pemberian ASI eksklusif dan frekuensi menyusui: semakin sering dan lama seorang ibu menyusui, semakin lama durasi laktasi amenorrhoe.

b. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kramer MS dan Kakuma R dalam *chocrane library* yang berjudul *Optimal duration of exclusive breastfeeding (Review)* menunjukkan bayi yang disusui secara eksklusif selama enam bulan mengalami morbiditas yang lebih sedikit dikarenakan infeksi gastrointestinal dibandingkan mereka yang sebagian disusui pada tiga atau empat bulan, dan tidak didapatkan adanya defisit pertumbuhan di antara bayi baik dari negara berkembang atau maju yang secara eksklusif disusui selama enam bulan atau lebih. Selain itu, ibu dari bayi tersebut memiliki amenore laktasi yang lebih lama. Meskipun bayi masih harus dikelola secara individual sehingga pertumbuhan yang

tidak stabil atau hasil buruk lainnya tidak diabaikan dan intervensi yang tepat disediakan, bukti yang tersedia menunjukkan tidak ada risiko yang jelas dalam merekomendasikan, sebagai kebijakan umum, pemberian ASI eksklusif untuk enam bulan pertama kehidupan baik di negara berkembang maupun negara maju. Durasi optimal pemberian ASI eksklusif, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan (dibandingkan tiga hingga empat bulan, dengan pemberian ASI campuran lanjutan) mengurangi infeksi gastrointestinal dan membantu ibu menurunkan berat badan dan mencegah kehamilan tetapi tidak memiliki dampak jangka panjang pada penyakit alergi, pertumbuhan, obesitas, kemampuan kognitif, atau perilaku. Hasil dari dua uji coba terkontrol dan 21 penelitian lain menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif (tidak ada padatan atau cairan selain ASI, selain vitamin dan obat-obatan) selama enam bulan memiliki beberapa keunggulan dibandingkan pemberian ASI eksklusif selama tiga hingga empat bulan diikuti dengan pemberian ASI campuran. Keuntungan ini termasuk risiko infeksi gastrointestinal yang lebih rendah, penurunan berat badan ibu yang lebih cepat saat kelahiran, dan keterlambatan kembalinya periode menstruasi. Tidak ada penurunan risiko infeksi lain, penyakit alergi, obesitas, karies gigi, atau masalah kognitif atau perilaku telah ditunjukkan. Tingkat besi yang berkurang telah diamati dalam pengaturan negara berkembang.

c. Pada penelitian yang dilakukan oleh Anna Calik-Ksepka dkk, yang berjudul *Lactational Amenorrhea: Neuroendocrine Pathways Controlling Fertility and Bone Turnover* pada tahun 2022 yang menyatakan bahwa laktasi adalah dimana keadaan psikologis, hiperprolaktinemia dan amenore memiliki keterkaitan. Terlepas dari kenyataan bahwa mekanisme yang tepat berdiri di belakang sumbu hipotalamus-hipofisis-ovarium selama menyusui masih belum jelas, gambaran umum tentang kejadian yang mengarah ke amenore mungkin disarankan. Menyusui tetap menjadi stimulus yang paling

penting mempertahankan efek penekan pada ovarium setelah kehamilan. Menyusui disertai dengan kadar prolaktin yang tinggi, yang tetap lebih tinggi dari biasanya sampai frekuensi dan durasi menyusui setiap hari menurun dan memungkinkan dimulainya kembali fungsi menstruasi normal. Hiperprolaktinemia menginduksi penekanan neuron Kiss1 hipotalamus yang secara langsung mengontrol pelepasan pulsatile GnRH. Gangguan dengan cara pulsatile sekresi GnRH menghasilkan frekuensi yang sangat menurun dari pulsa LH yang sesuai. Sekresi LH yang tidak memadai dan kurangnya lonjakan pra-ovulasi menghambat perkembangan fase folikel dari siklus menstruasi dan mengakibatkan anovulasi dan amenore. Konsekuensi utama amenore laktasi terkait dengan masalah kesuburan dan peningkatan pergantian tulang. Asalkan pemenuhan semua kondisi penggunaannya yang ditetapkan, metode amenore laktasi (LAM) secara efisien melindungi terhadap kehamilan. Karena aksesibilitas dan kurangnya biaya terkait tambahan, LAM mungkin sangat bermanfaat di negara-negara berkembang berpenghasilan rendah, di mana kontrasepsi modern sulit diperoleh. Menyusui saja tidak sama dengan metode LAM, dan oleh karena itu, tidak cukup untuk berhasil melindungi terhadap konsepsi. Itulah sebabnya promosi LAM terutama harus fokus pada kondisi di mana penggunaannya aman dan efektif. Studi lebih lanjut pada kelompok studi yang lebih besar harus dilakukan untuk menentukan dan mengkonfirmasi dampak faktor perilaku, seperti parameter menyusui, pada kemanjuran LAM. Kehilangan tulang laktasi adalah mekanisme fisiologis yang memungkinkan pemberian kalsium dan LAM jumlah yang cukup untuk bayi baru lahir. Meskipun penurunan massa tulang selama menyusui, itu membangun kembali setelah disapih dan tidak terkait dengan penurunan pascamenopause BMD dan risiko osteoporosis. Oleh karena itu, harus menjadi perhatian hanya untuk wanita menyusui dengan faktor risiko tambahan atau dengan BMD rendah sebelum kehamilan. Ulasan ini merangkum efek yang

diberikan menyusui pada sumbu hipotalamus-hipofisis serta aspek kesuburan dan pergantian tulang amenore laktasi. Kami membahas kemungkinan penggunaan laktasi sebagai kontrasepsi, bersama dengan prevalensi, kemanjuran, dan faktor-faktor yang mempengaruhi metode ini. Kami juga meninjau literatur tentang topik keropos tulang laktasi: mekanisme, tingkat keparahan, dan ketekunannya sepanjang hidup.