

BAB II

KAJIAN KASUS DAN KAJIAN TEORI

A. Kajian Kasus

Asuhan berkesinambungan pada Ny. H dilakukan dari masa kehamilan dengan 2x pendampingan pada trimester III, pendampingan persalinan & bayi baru lahir, 3x pendampingan neonatus, 4x pendampingan pada masa nifas dan keluarga berencana sebanyak 2x pendampingan. Pendampingan dilakukan secara langsung saat pasien berkunjung di PMB Yustina Karangmojo, dilakukan kunjungan rumah pasien, dan melalui *whatsapp* dengan rincian asuhan sebagai berikut :

1. Asuhan kebidanan pada kehamilan
 - a. Asuhan kehamilan pertama (Sabtu, 13 Januari 2024 pukul 16.30 WIB)

Asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. H pertama kali dilakukan pada hari Sabtu, 13 Januari 2024, pada saat ibu datang untuk periksa rutin di PMB Yustina dengan keluhan saat ini nyeri punggung bagian bawah. Ny. H adalah ibu rumah tangga yang berusia 35 tahun dengan usia kehamilan saat ini 36⁺³ minggu. Kehamilan saat ini adalah kehamilan yang ketiga. Pada kehamilan pertama ibu mengalami keguguran pada usia kehamilan 5 minggu dan tidak dilakukan kuretase, kehamilan kedua merupakan anak pertamanya yang lahir pada tahun 2012 secara normal tanpa ada komplikasi pada ibu dan bayi, dan ibu langsung menggunakan KB IUD selama 10 tahun hingga tahun 2022 dan dilepas karena masa kontrasepsi telah habis dan ingin mempunyai anak lagi.

Ibu telah menikah dengan suaminya selama 16 tahun sejak Ibu berusia 19 tahun. Meninjau dari riwayat menstruasi sebelumnya, tidak ada masalah pada Ibu. Pada riwayat kehamilan yang sekarang, diketahui HPHT 03 Mei 2023 dan HPL 10 Februari 2024. Ibu rajin melakukan pemeriksaan kehamilan di PMB Yustina Karangmojo,

ANC terpadu di Puskesmas Karangmojo I, dan Dokter spesialis kandugan sebanyak 2 kali pada trimester pertama, 4 kali pada trimester kedua, dan 4 kali pada trimester ketiga. Tidak ada riwayat penyakit menurun, menahun, dan menular yang pernah atau sedang dialami Ny. H dan keluarganya. Pola pemenuhan kebutuhan Ibu sehari-hari dalam batas normal.

Berdasarkan pengkajian data objektif, keadaan umum ibu baik, kesadaran *composmentis*, TD 122/80 mmHg, nadi 84 kpm, pernapasan 20 kpm, suhu 36,8°C. Pada hasil pemeriksaan antropometri diketahui BB ibu sebelum hamil adalah 62 kg dan BB sekarang 72 kg dengan TB 158 cm, LLA 28 cm dan IMT 24,8 kg/m² termasuk ke dalam kategori normal. Pada pertemuan pertama dilakukan pemeriksaan fisik lengkap secara *head to toe*. Pada pemeriksaan palpasi Leopold diketahui TFU 30 cm, punggung kiri, presentasi kepala, dan kepala belum masuk panggul, DJJ 138 kpm dengan irama teratur. Pada saat pemeriksaan dilakukan pemeriksaan penunjang Hb dengan hasil 11,6 gr/dL. Selain itu ditinjau dari rekam medis dan buku KIA, ibu telah melakukan pemeriksaan ANC terpadu pada tanggal 7 September 2024 di Puskesmas Karangmojo I dengan hasil HIV, IMS, HbSAg non reaktif, protein urine negatif dan hasil EKG normal, *sinus rhythm*.

Berdasarkan data subjektif dan objektif diperoleh diagnosa Ny. H usia 35 tahun G₃P₁Ab₁Ah₁ usia kehamilan 36⁺³ minggu dengan kehamilan resiko sangat tinggi di PMB Yustina Karangmojo. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu menangani keluhan ibu, memberikan edukasi kepada ibu terkait pemeriksaan kehamilan rutin, ketidaknyamanan kehamilan trimester III, tanda bahaya kehamilan trimester III, memberikan vitamin pada ibu dan menyampaikan waktu kunjungan ulang.

b. Asuhan kehamilan kedua (Kamis, 1 Februari 2024 pukul 17.00 WIB)

Asuhan kehamilan kedua dilakukan pada hari Kamis, 1 Februari 2024 pada saat ibu melakukan pemeriksaan kunjungan ulang di PMB Yustina dengan usia kehamilan 38⁺⁵ minggu. Ibu mengatakan saat ini tidak ada keluhan. Hasil pemeriksaan umum Ibu dalam kondisi baik, kesadaran *compos mentis*, TD 111/77 mmHg, nadi 69 kpm, pernapasan 20 kpm, suhu 36,7°C dan berat badan ibu saat ini 73 kg. Pada pemeriksaan payudara diketahui kolostrum sudah keluar. Pemeriksaan abdomen diketahui TFU 2 jari di bawah px (31 cm), punggung kiri, presentasi kepala, sudah masuk panggul, DJJ 130 kpm irama teratur dan tidak ada kontraksi. Pada pemeriksaan ekstremitas tidak ada odema.

Berdasarkan data subjektif dan objektif tersebut, diagnosa yang dapat ditegakkan adalah Ny. H usia 35 tahun G₃P₁Ab₁Ah₁ usia kehamilan 38⁺⁵ minggu dengan kehamilan resiko sangat tinggi di PMB Yustina Karangmojo. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu membantu ibu dan suami memahami dan mengisi catatan menyambut persalinan di Buku KIA, memberikan KIE tentang tanda-tanda persalinan, memberikan vitamin pada ibu dan menyampaikan waktu kunjungan ulang.

2. Asuhan kebidanan pada persalinan

a. Asuhan persalinan Kala I (Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 01.30 WIB)

Ny. H datang ke PMB Yustina pada hari Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 01.30 WIB dengan keluhan perut terasa kenceng-kenceng dan pecah ketuban sejak pukul 00.30 WIB dengan usia kehamilan saat ini 39⁺⁶ minggu. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital diketahui keadaan umum cukup, kesadaran *compos mentis*, tanda-tanda vital TD 128/87 mmHg, nadi 86 kpm, pernapasan 22 kpm, suhu 36,5°C. dilakukan pemeriksaan payudara kolostrum sudah keluar, pemeriksaan abdomen TFU 2 jari di bawah px (31 cm), punggung kiri, presentasi kepala,

sudah masuk panggul, DJJ 140 kpm, HIS 2x/10'/30", dan pemeriksaan genitalia dilakukan periksa dalam atas indikasi pecah ketuban, untuk mengetahui apakah sudah memasuki persalinan, dengan hasil PD v/u tenang, vagina licin, portio tipis, selaput ketuban (-), STLD (-), pembukaan 1 cm. Analisa yang ditegakkan adalah Ny. H Usia 35 Tahun G₃P₁A₁Ah₁ Usia Kehamilan 39⁺² Minggu Janin Tunggal, Intrauterine, Hidup, Presentasi Belakang Kepala, Punggung Kiri, dalam Persalinan Kala I Fase Laten Normal. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu menjelaskan kepada ibu dan keluarga bahwa sudah memasuki persalinan, memberikan dukungan dan semangat pada ibu, mengajarkan teknik relaksasi nafas untuk mengurangi nyeri kontraksi, dan melakukan observasi pada ibu dan janin.

b. Asuhan persalinan Kala II (Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 09.00 WIB)

Evaluasi pada pukul 09.00 ibu mengatakan perutnya semakin sakit dan merasa ingin BAB. Hasil pemeriksaan keadaan umum dan tanda-tanda vital ibu dan janin dalam batas normal. Hasil periksa dalam diketahui V/U tenang, dinding vagina licin, portio tidak teraba, pembukaan 10 cm, preskep, UUK jam 12, Hodge IV, tidak ada penyusupan, perineum lunak, STLD (+), AK (+). DJJ 140 kpm, irama teratur dan HIS 4x/10'/50". Ibu sudah memasuki persalinan Kala II dan mulai dipimpin persalinan. Bayi lahir secara spontan pukul 09.30 WIB dengan jenis kelamin laki-laki, langsung menangis kuat, gerakan aktif, warna kulit kemerahan.

c. Asuhan persalinan Kala III (Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 09.35 WIB)

Selanjutnya dilakukan asuhan kala III pada ibu, Ibu dan suami merasa senang karena bayinya sudah lahir. Hasil pemeriksaan keadaan umum ibu baik, kesadaran *compos mentis*, dan tanda-tanda vital ibu TD 118/80 mmHg, suhu 36,7⁰ C, nadi 89 kpm, respirasi 20 kpm. Pada pemeriksaan abdomen diketahui TFU sepusat, tidak ada

janin kedua, kandung kemih kosong. *Plasenta* lahir pukul 09.40 WIB, 10 menit setelah bayi lahir.

- d. Asuhan persalinan Kala IV (Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 09.45 WIB)

Pada pemeriksaan kala IV diketahui ibu mengatakan perutnya masih mules, hasil pemeriksaan tanda-tanda vital dalam batas normal. Pemeriksaan abdomen diketahui TFU 2 jari di bawah pusat, kontraksi baik, uterus keras, dan terdapat laserasi jalan lahir dari mukosa vagina sampai otot-otot perineum (laserasi derajat II). Asuhan yang dilakukan adalah melakukan penjahitan pada robekan jalan lahir, memberikan edukasi tentang kebersihan daerah kewanitaan, cara memeriksa kontraksi dan masase uterus, tanda bahaya nifas, dan observasi tanda-tanda vital, TFU, kontraksi serta perdarahan berkala.

3. Asuhan kebidanan pada bayi baru lahir

Bayi Ny.H berjenis kelamin laki-laki lahir pukul 09.30 WIB secara normal dengan usia gestasi 39⁺⁶ minggu, telah dilakukan IMD. Keadaan bayi baru lahir langsung menangis kuat, tonus otot baik, warna kulit kemerahan dengan APGAR Score : 8/9/9. Pada pemeriksaan umum bayi baru lahir diketahui pernafasan 45 kpm, nadi 140 kpm dan suhu 36,8°C. Kepala bersih, tidak ada *caput succedaneum*, tidak ada retraksi dinding dada, terdapat lanugo, tidak ada perdarahan tali pusat, terdapat testis di dalam skrotum, bayi sudah BAB dan BAK. Pada pemeriksaan antropometri diketahui BB 3450 gr, PB 50 cm, LK 34 cm, LD 34 cm, dan LLA 12 cm.

Analisa yang dapat ditegakkan berdasarkan hasil pemeriksaan tersebut adalah By. Ny. H Laki-Laki Usia 1 Jam Cukup Bulan, Sesuai Masa Kehamilan dengan Kelahiran Normal di PMB Yustina Karangmojo. Penatalaksanaan yang dilakukan diantaranya adalah menyampaikan hasil pemeriksaan, memberikan injeksi vitamin K, pemberian salep mata, dan imunisasi Hb 0 2 jam setelah persalinan. Memberikan KIE terkait ASI

eksklusif dan cara menyusui yang benar, cara menjaga kehangatan bayi, serta tanda-tanda bahaya bayi baru lahir.

4. Asuhan kebidanan pada masa neonatus

a. Asuhan KN 1 (Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 17.00 WIB)

Setelah asuhan pada bayi baru lahir, pertumbuhan dan perkembangan bayi selalu diikuti dan dilakukan pendampingan pada KN 1, KN 2 dan KN 3. KN 1 dilakukan di ruang nifas PMB Yustina 7 jam setelah kelahiran, sebelum pasien dipulangkan. Ibu mengatakan bayi menetek kuat, dan tidak rewel. Pada hasil pemeriksaan umum diketahui bayi sehat dengan pernafasan 45 kpm, nadi 140 kpm, dan suhu 36,8°C. Bayi tidak kuning, tali pusat bersih tidak ada tanda-tanda infeksi. Diketahui By Ny. H dalam kondisi normal. Penatalaksanaan yang dilakukan diantaranya memberikan edukasi tentang ASI eksklusif, cara perawatan tali pusat di rumah, menjemur bayi, dan jadwal kunjungan ulang selanjutnya.

b. Asuhan KN 2 (Senin, 12 Februari 2024 pukul 09.30 WIB)

Pada kunjungan ulang KN 2 pada hari Senin, 12 Februari 2024 di PMB Yustina, Ibu mengatakan tidak ada keluhan pada bayi, pemeriksaan dalam batas normal dan bayi telah mengalami peningkatan berat badan sebanyak 50 gr. Memberikan apresiasi kepada ibu dan memberikan motivasi untuk terus menyusui bayinya secara eksklusif dan melakukan pemeriksaan Skrining Hipotiroid Konginental (SHK) pada bayi.

c. Asuhan KN 3 (Minggu, 18 Februari 2024 pukul 10.00 WIB)

Kunjungan KN 3 dilakukan kunjungan rumah pasien pada hari Minggu, 18 Februari 2024 saat bayi berusia 9 hari. Ibu mengatakan tidak ada keluhan pada bayi, tali pusat sudah lepas sejak 2 hari yang lalu. Hasil pemeriksaan umum bayi sehat, pernafasan 48 kpm, nadi 120 kpm, dan suhu 36,5°C. Bayi tidak kuning, tali pusat sudah lepas, pusat kering, tidak ada tanda-tanda infeksi. Bayi dalam kondisi sehat

dan memberikan semangat ibu untuk selalu menyusui dan merawat bayinya secara eksklusif.

5. Asuhan kebidanan pada masa nifas

a. Asuhan KF 1 (Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 17.00 WIB)

KF 1 dilakukan di ruang nifas PMB Yustina 7 jam setelah ibu melahirkan, sebelum pasien dipulangkan. Ibu mengatakan masih sedikit nyeri bekas jahitan, akan tetapi sudah bisa mobilisasi tanpa bantuan dan sudah BAK. Hasil pemeriksaan umum ibu dalam batas normal dengan TD 122/80 mmHg, suhu 36,7⁰ C, nadi 78 kpm, dan pernafasan 20 kpm. Pemeriksaan abdomen diketahui TFU 2 jari di bawah pusat, kontraksi baik, uterus keras. Pada pemeriksaan genitalia didapatkan vulva masih terdapat pengeluaran darah (*lochea rubra*) dalam batas normal, terlihat jahitan masih basah. Analisa yang dapat ditegakkan adalah Ny. H Usia 35 Tahun P₂A₁Ah₂ Nifas Hari ke 0 (7 jam) Normal di PMB Yustina Karangmojo. Penatalaksanaan yang diberikan yaitu menyampaikan hasil pemeriksaan, memberikan KIE terkait nyeri bekas luka jahitan, pemenuhan nutrisi dan istirahat pada ibu nifas. Menyampaikan waktu kunjungan ulang pada ibu dan memberikan souvenir sebagai tanda terima kasih atas perkenaan ibu untuk menjadi pasien dalam tugas ini.

b. Asuhan KF 2 (Senin, 12 Februari 2024 pukul 09.30 WIB)

Pada kunjungan ulang KF 2 pada hari Senin, 12 Februari 2024 di PMB Yustina, Ibu mengatakan tidak ada keluhan, hasil pemeriksaan dalam batas normal. Pemeriksaan abdomen diketahui TFU ½ *symphysis* – pusat, kontraksi baik, uterus keras. Vulva masih terdapat pengeluaran darah (*lochea sanguinolenta*) dalam batas normal, terlihat jahitan masih basah tidak ada tanda-tanda infeksi. Dilakukan pemeriksaan urin protein dengan hasil negatif. Memberikan penjelasan kepada ibu untuk tetap mempertahankan pola nutrisi dan

kebiasaan *personal hygiene* agar luka jahitan lekas kering dan ASI lancar.

c. Asuhan KF 3 (Minggu, 18 Februari 2024 pukul 10.00 WIB)

Kunjungan Nifas yang ke-3 (KF 3) dilakukan pada hari Minggu, 18 Februari 2024 dengan melakukan kunjungan ke rumah pasien saat memasuki masa nifas hari ke-9. Ibu mengatakan kaki bengkak sejak kemarin sore setelah seharian membereskan rumah. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital ibu dalam batas normal dengan TD 115/80 mmHg, suhu 36,7⁰ C, nadi 80 kpm dan pernafasan 20 kpm. Pemeriksaan abdomen diketahui TFU 2 jari di atas symphysis, kontraksi baik, uterus keras. Vulva masih terdapat pengeluaran darah (*lochea serosa*) dalam batas normal, jahitan baik sudah kering. Penatalaksanaan yang dilakukan adalah menangani permasalahan kaki bengkak ibu dengan menyarankan untuk memperbanyak istirahat, mengurangi rasa tidak nyaman dapat direndam dengan air hangat, tidur dengan bagian kaki yang lebih tinggi, dan kaki tidak menggantung saat duduk, serta banyak minum air putih.

d. Asuhan *follow up* saat KF 3 (Jum'at, 23 Februari 2024 pukul 15.30 WIB)

Pendampingan selanjutnya dilakukan *follow up* terkait kondisi ibu nifas pada hari Jum'at, 23 Februari 2024 melalui *whatsapp*. Ibu mengatakan keluhan kaki bengkak pada pertemuan hari ke 9 sudah sembuh. Ibu mengatakan payudara sebelah kiri bengkak, nyeri dan ASI hanya keluar sedikit sudah 2 hari ini. ASI rutin diberikan kepada bayi secara bergantian pada payudara kanan dan kiri, bayi menetek kuat. Tidak ada keluhan pada nutrisi Ibu, akan tetapi Ibu mengalami kelelahan karena masih banyak tamu datang. Analisa yang dapat ditegakkan pada ibu adalah Ny. H Usia 35 Tahun P₂A₁Ah₂ Nifas Hari ke 14 dengan Bendungan ASI. Membantu memberikan penjelasan cara menangani keluhan ibu dengan melakukan kompres air hangat

dan masase payudara, serta menjelaskan cara masase payudara menggunakan gambar. Evaluasi dilakukan pada hari Senin, 26 Februari 2024, ibu mengatakan payudara sudah sembuh dan ASI sudah lancar.

6. Asuhan kebidanan pada Keluarga Berencana (KB)

a. Asuhan pendampingan KB 1 (Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 17.00)

Pendampingan Keluarga Berencana (KB) telah dilakukan sejak pertemuan kehamilan kedua saat ibu melakukan pengisian catatan menyambut persalinan di Buku KIA, akan tetapi ibu dan suami masih belum dapat menentukan pilihannya.

Konseling ulang KB diberikan pada pertemuan KF 1 pada hari Jum'at, 9 Februari 2024 pukul 17.00, sebelum pasien dipulangkan. Hasil pemeriksaan keadaan umum dan tanda-tanda vital ibu dalam batas normal. Analisa yang ditegakkan adalah Ny. H Usia 35 Tahun P₂A₁Ah₂ Nifas Hari ke 0 (7 jam) dengan Konseling KB di PMB Yustina Karangmojo. Kemudian penatalaksanaan yang dilakukan adalah menyampaikan hasil pemeriksaan, memberikan konseling KB pasca salin pada Ibu dan suami, mengenai jenis-jenis KB, cara pemakaian, cara kerja dan efek sampingnya agar Ibu dapat segera menentukan KB yang akan digunakannya, serta memberikan dukungan ibu untuk pemberian ASI eksklusif yang dapat menjadi kontrasepsi sementara yaitu MAL selama masa menyusui.

b. Asuhan pendampingan KB 2 (Minggu, 18 Februrari 2024 pukul 10.00 WIB)

Evaluasi KB dilakukan pada KF 3 pada hari Minggu, 18 Februrari 2024 pukul 10.00 WIB. Pada evaluasi ini diketahui hasil pemeriksaan ibu dalam batas normal dan Ibu mengatakan telah mantab akan menggunakan KB IUD segera setelah selesai masa nifas. Penatalaksanaan yang dilakukan diantaranya menyampaikan hasil pemeriksaan dan memberikan konseling terkait penggunaan KB IUD.

B. Kajian Teori

1. Asuhan Berkesinambungan (*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.⁹

2. Kehamilan

a. Definisi

Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin mulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan.¹⁰ Lamanya kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 periode yaitu triwulan pertama dari konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan. Kehamilan melibatkan perubahan fisik maupun emosional dari ibu serta perubahan sosial dalam keluarga, pada umumnya kehamilan berkembang dengan normal dan menghasilkan kelahiran bayi sehat cukup bulan melalui jalan lahir namun kadang-kadang tidak sesuai dengan yang diharapkan.⁶

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.¹¹

Tabel 1. Tinggi Fundus Uteri Sesuai Usia Kehamilan

Tinggi Fundus Uteri	Usia Kehamilan
1/3 di atas simfisis	12 minggu
½ di atas simfisis – pusat	16 minggu
2/3 di atas simfisis	20 minggu

Setinggi pusat	22 minggu
1/3 di atas pusat	28 minggu
½ pusat – <i>prosesus xifoideus</i>	34 minggu
Setinggi <i>prosesus xifoideus</i>	36 minggu
Dua jari di bawah <i>prosesus Xifoideus</i>	40 minggu

Sumber: Manuaba dkk, 2010

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.¹²

b) Vagina dan vulva

Akibat peningkatan hormon estrogen, vagina dan vulva mengalami hipervaskularisasi mengakibatkan vagina dan vulva berwarna tampak lebih cerah, agak kebiruan (livide).¹²

2) Mammae

Mammae akan membesar, tegang, memiliki unsur laktogenik, dan memengaruhi sejumlah perubahan metabolik akibat adanya hormon somatomamotropin korionik (*human placental lactogen*). Progesteron dan estrogen juga menstimulasi melanosit sehingga puting dan areola mammae menjadi gelap. Pada kehamilan 12 minggu ke atas keluar cairan berwarna putih jernih dari puting yang disebut kolostrum.¹¹

3) Sistem Muskuloskeletal

Ligamen pelvis mengalami relaksasi dalam pengaruh relaksin dan esterogen, 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, atau sekitar pinggang bagian belakang dan nyeri ligamen⁶

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.¹³ 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

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*.¹⁰

c. Faktor Risiko

Kehamilan dan persalinan selalu mempunyai risiko, dengan kemungkinan bahaya yang terjadi komplikasi dalam kehamilan, persalinan, dan nifas.¹⁴ 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/ bayinya.¹⁵

Skrining kehamilan dilakukan dengan menggunakan skor Poedji Rohjati. Skor Poedji Rochjati dalam buku Skrining Antenatal Pada Ibu Hamil merupakan cara untuk mendeteksi dini kehamilan berisiko. Skor Poedji Rochjati berfungsi sebagai alat komunikasi untuk edukasi kepada ibu hamil, suami maupun keluarga untuk kebutuhan pertolongan mendadak ataupun rujukan terencana dan sebagai alat pengingat bagi petugas kesehatan.¹⁵

1) Kelompok faktor risiko

Faktor risiko pada ibu hamil dikelompokkan dalam 3 kelompok, berdasarkan kapan ditemukannya, cara pengenalan dan sifat/tingkat risikonya. Kelompok faktor risiko dikelompokkan sebagai berikut :

a) Kelompok I

Ada Potensi Gawat Obstetrik (APOG), meliputi 10 faktor risiko : 7 Terlalu, 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.

Tabel 2. Faktor risiko yang terdapat dalam kelompok I

No	Faktor Risiko (FR I)	Batasan Kondisi Ibu
1	Primi Muda	Terlalu muda, hamil pertama ≤ 16 tahun
2	Primi Tua	a. Terlalu tua, hamil pertama umur ≥ 35 tahun b. Terlalu lambat hamil, setelah kawin ≥ 4 tahun

3	Primi Tua Sekunder	Terlalu lama punya anak lagi, terkecil ≥ 10 tahun
4	Anak Terkecil <2 tahun	Terlalu cepat punya anak lagi, terkecil ≥ 2 tahun
5	Grande Multi	Terlalu banyak punya anak, 4 atau lebih
6	Umur >35 tahun	Terlalu tua, hamil umur 35 tahun atau lebih
7	Tinggi Badan <145 cm	Terlalu pendek dengan ibu hamil pertama; hamil kedua atau lebih, tetapi belum pernah melahirkan normal/spontan dengan bayi cukup bulan dan hidup
8	Pernah gagal kehamilan	a. Hamil kedua, pertama gagal b. Hamil ketiga/lebih mengalami gagal (abortus, lahir mati) 2 kali
9	Pernah melahirkan dengan:	a. Pernah melahirkan dengan tarikan tang/vakum b. Pernah uri dikeluarkan oleh penolong dari dalam rahim c. Pernah diinfus/transfusi pada perdarahan pasca persalinan
10	Pernah Operasi Sesar	Pernah melahirkan bayi dengan operasi sesar sebelum kehamilan ini

b) Kelompok II

Ada Gawat Obstetrik (AGO), ada 8 faktor risiko yaitu tanda bahaya pada kehamilan, ada keluhan tetapi tidak darurat, diantaranya :

Tabel 3. Faktor risiko yang terdapat dalam kelompok II

No	Faktor Risiko (FR II)	Batasan Kondisi Ibu
1	Penyakit ibu hamil	
	a. Anemia	Pucat, lemas badan, lekas lelah, lesu, mata berkunang-kunang
	b. Malaria	Panas tinggi, mengigil keluar keringat,

		sakit kepala
	c. Tuberkulosa paru	Batuk lama tidak sembuh-sembuh, batuk darah, badan lemah, lesu dan kurus
	d. Payah jantung	Sesak nafas, jantung berdebar-debar, kaki Bangkai
	e. Kencing manis	Diketahui diagnosa dokter dengan pemeriksaan laboratorium
	f. PMS, dll	Diketahui diagnosa dokter dengan pemeriksaan laboratorium
2	Preeklamsia ringan	Bengkak tungkai dan tekanan darah tinggi
3	Hamil kembar/gemeli	Perut ibu sangat besar, gerak anak terasa dibanyak tempat
4	Hamil kembar air/Hidramnion	Perut ibu sangat membesar, gerak anak kurang terasa karena air ketuban terlalu banyak, biasanya anak kecil
5	Hamil lebih bulan/hamil serotinus	Ibu hamil 9 bulan dan lebih 2 minggu belum melahirkan
6	Janin mati di dalam rahim	Ibu hamil tidak merasakan gerakan anak lagi, perut mengecil
7	Letak sungsang	Rasa berat menunjukkan letak dari kepala janin di atas perut; kepala bayi ada di atas dalam rahim
8	Letak lintang	Rasa berat menunjukkan letak kepala janin di samping perut; kepala bayi dalam rahim terletak di sebelahh kanan atau kiri

c) Kelompok III

Ada Gawat Darurat Obstetrik (AGDO), ada 2 faktor risiko, ada ancaman nyawa ibu dan bayi :

Tabel 4. Faktor risiko yang terdapat dalam kelompok III

No	Faktor Risiko (FR III)	Batasan Kondisi Ibu
1	Perdarahan	Mengelurkan darah pada waktu sebelum bayi lahir
2	Preeklampsia berat	Pada hamil 6 bulan lebih; sakit kepala/pusing, bengkak tungkai/wajah, tekanan darah tinggi, pemeriksaan urine ada albumin
	Eklampsia	Ditambah dengan terjadi kejang-kejang

2) Cara pemberian skor

- a) Kondisi ibu hamil umur, paritas dan faktor risiko diberi nilai 2, 4 dan 8.
- b) Pada umur dan paritas diberi skor 2 sebagai skor awal.
- c) Tiap faktor risiko memiliki skor 4 kecuali pada letak sungsang, luka bekas sesar, letak lintang, perdarahan antepartum, dan preeklampsia berat/eklampsia diberi skor 8

3) Klasifikasi skor

- a) Kehamilan resiko rendah : Skor 2
- b) Kehamilan resiko tinggi : Skor 6-10
- c) Kehamilan resiko sangat tinggi : Skor ≥ 12

d. *Antenatal Care* (ANC)

Menurut Profil Kesehatan Indonesia, pelayanan kesehatan ibu hamil diwujudkan melalui pemberian pelayanan antenatal sekurang-kurangnya 6 kali selama masa kehamilan, dengan distribusi waktu minimal 2 kali pada trimester pertama (usia kehamilan 0-12 minggu), 1 kali pada trimester kedua (usia kehamilan 12-24 minggu), dan 3 kali pada trimester ketiga (usia kehamilan 24 minggu sampai persalinan).

Ibu hamil harus kontak dengan dokter minimal 2 kali, yaitu 1 kali di trimester ke-1 (K1) dan 1 kali di trimester ke-3 (K5). Pelayanan ANC oleh dokter termasuk pemeriksaan ultrasonografi (USG).¹⁶

Pelayanan antenatal yang dilakukan diupayakan memenuhi standar kualitas 10 T yaitu¹⁷ :

- 1) Pengukuran berat badan dan tinggi badan
- 2) Pengukuran tekanan darah
- 3) Pengukuran lingkaran lengan atas (LiLA)
- 4) Pengukuran tinggi puncak rahim (fundus uteri)
- 5) Penentuan presentasi janin dan denyut jantung janin
- 6) Pemberian imunisasi sesuai dengan status imunisasi;
- 7) Pemberian tablet tambah darah minimal 90 (sembilan puluh) tablet
- 8) Tes laboratorium
- 9) Tata laksana/penanganan kasus
- 10) Temu wicara (konseling) dan penilaian kesehatan jiwa.

Berdasarkan KMK Nomor 2015 Tahun 2023 tentang Petunjuk Teknis Integrasi Pelayanan Kesehatan Primer, matriks pemeriksaan 10 T dan USG berdasarkan waktu kunjungan adalah sebagaimana berikut :

Pemeriksaan 10T saat ANC Plus USG	● Pemeriksaan dilakukan ○ Pemeriksaan dilakukan sesuai indikasi ⊗ Pemeriksaan tidak dilakukan					
	K1	K2	K3	K4	K5	K6
1) Timbang Berat Badan dan Ukur Tinggi Badan	●	●	●	●	●	●
2) Ukur Tekanan Darah	●	●	●	●	●	●
3) Ukur Lingkaran Lengan Atas (LiLA)	●	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
4) Pemeriksaan Tinggi Fundus (penilaian usia/ besar janin)	⊗	●	●	●	⊗	●
5) Tentukan Presentase dan Denyut Jantung Janin (DJJ)	⊗	●	●	●	●	●
6) Pemberian Imunisasi Tetanus Toksoid (TT)	●	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
7) Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)	●	●	●	●	●	●
8) Pemeriksaan Laboratorium (Termasuk status Anemia)	●	○	○	○	●	○
9) Tata laksana kasus	○	○	○	○	○	○
10) Temu Wicara/konseling	●	●	●	●	●	●
11) USG Obstetri Dasar Terbatas	●	⊗	⊗	⊗	●	⊗

Gambar 1. Matriks 10 T saat Pemeriksaan ANC Plus USG

Pelayanan antenatal sesuai standar dan secara terpadu sebagaimana dilakukan dengan prinsip :

- 1) Deteksi dini masalah penyakit dan penyulit atau komplikasi kehamilan
- 2) Stimulasi janin pada saat kehamilan
- 3) Persiapan persalinan yang bersih dan aman
- 4) Perencanaan dan persiapan dini untuk melakukan rujukan jika terjadi komplikasi
- 5) Melibatkan ibu hamil, suami, dan keluarga dalam menjaga kesehatan dan gizi ibu hamil dan menyiapkan persalinan dan kesiagaan jika terjadi penyulit atau komplikasi

3. Persalinan

a. Definisi

Persalinan adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37–42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin.¹² Persalinan adalah rangkaian proses yang berakhir dengan pengeluaran hasil konsepsi oleh ibu yang dimulai dengan kontraksi persalinan sejati, yang ditandai oleh perubahan progresif pada serviks, dan diakhiri dengan kelahiran plasenta

b. Jenis – jenis persalinan

1) Persalinan normal

Persalinan normal adalah proses pengeluaran janin dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun janin.⁷ Persalinan normal dimulai dengan kala I persalinan yang didefinisikan sebagai pemulaan kontraksi persalinan sejati, yang ditandai dengan perubahan serviks yang progresif, dan diakhiri dengan pembukaan lengkap (10 cm). Persalinan normal disebut juga

sebagai persalinan spontan, yaitu persalinan yang berlangsung dengan kekuatan ibunya sendiri dan melalui jalan lahir.¹⁸

2) Persalinan buatan

Persalinan buatan adalah proses persalinan yang berlangsung dengan bantuan tenaga dari luar, misalnya ekstraksi dengan forceps atau dilakukan operasi *section caesarea*.¹⁸

3) Persalinan anjuran

Persalinan anjuran adalah bila kekuatan yang diperlukan untuk persalinan ditimbulkan dari luar dengan jalan rangsangan misalnya pemberian pitocin dan prostaglandin.¹⁸

c. Tujuan asuhan persalinan

Tujuan asuhan persalinan adalah memberikan asuhan yang memadai selama persalinan dalam upaya mencapai pertolongan persalinan yang bersih dan aman, dengan memperhatikan aspek sayang ibu dan sayang bayi.¹⁹

d. Etiologi persalinan

Menurut Mochtar, sebab – sebab yang menimbulkan persalinan adalah :

1) Teori penurunan hormon

Pada saat 1- 2 minggu sebelum partus, mulai terjadi penurunan kadar hormon estrogen dan progesteron. Progesteron bekerja sebagai penenang otot – otot polos rahim. Karena itu, akan terjadi kekejangan pembuluh darah yang menimbulkan his jika progesterone turun

2) Teori plasenta menjadi tua

Penuaan plasenta akan menyebabkan turunnya kadar estrogen dan progesteron sehingga terjadinya kekejangan pembuluh darah. Hal tersebut akan menimbulkan kontraksi rahim

3) Teori iritasi mekanik

Dibelakang serviks, terletak ganglion cervixale (pleksus frankenhauser). Apabila ganglion tersebut digeser dan ditekan, misalnya oleh kepala janin, akan timbul kontraksi uterus

4) Teori distensi Rahim

Rahim yang menjadi besar dan meregang menyebabkan iskemia otot – otot rahim sehingga mengganggu sirkulasi uteroplasenta

5) Induksi partus (induction of labour)

Partus dapat pula ditimbulkan dengan : gagang laminaria yang dimasukkan kanalis serviks dengan tujuan merangsang pleksus frankenhauser, amniotomi/ pemecahan ketuban, dan pemberian oksitosin.²⁰

e. Tanda dan gejala persalinan

Tanda-tanda permulaan persalinan yang terjadi beberapa minggu sebelum terjadi persalinan yaitu sebagai berikut :

1) *Lightening*

Lightening yang dimulai dirasa kira-kira dua minggu sebelum persalinan adalah penurunan bagian presentasi bayi ke dalam pelvis minor. Pada presentasi sefalik, kepala bayi biasanya menancap setelah *lightening*. Wanita sering menyebut *lightening* sebagai “kepala bayi sudah turun”. Hal-hal spesifik yang akan dialami ibu, yaitu :

- a) Ibu jadi sering berkemih karena kandung kemih ditekan sehingga ruang yang tersisa untuk ekspansi berkurang
- b) Perasaan tidak nyaman akibat tekanan panggul yang menyeluruh, yang membuat ibu merasa tidak enak dan timbul sensasi terus-menerus bahwa sesuatu perlu dikeluarkan atau ia perlu defekasi

- c) Kram pada tungkai, yang disebabkan oleh tekanan foramen iskiadikum mayor dan menuju ke tungkai
- d) Peningkatan statis vena yang menghasilkan edema dependen akibat tekanan bagian presentasi pada pelvis minor menghambat aliran balik darah dari ekstermitas bawah

2) Perubahan serviks

Mendekati persalinan, serviks semakin “matang”. Selama masa hamil, serviks dalam keadaan menutup, panjang dan lunak, saat memasuki persalinan, serviks masih lunak dengan konsistensi seperti pudding, dan mengalami sedikit penipisan (*effacement*) dan kemungkinan sedikit dilatasi. Evaluasi kematangan serviks akan terganung pada individu wanita dan paritasnya – sebagai contoh, pada masa hamil. Serviks ibu multipara secara normal mengalami pembukaan 2 cm, sedangkan pada primigravida dalam kondisi normal serviks menutup. Perubahan serviks diduga terjadi akibat peningkatan instansi kontraksi *Braxton Hicks*. Serviks menjadi matang selama periode yang berberda-beda sebelum persalinan. Kematangan serviks mengindikasikan kesiapannya untuk persalinan.

3) Ketuban pecah

Pada kondisi normal, ketuban pecah pada akhir kala I persalinan. Apabila terjadi sebelum awitan persalinan, kondisi ini disebut Ketuban Pecah Dini (KPD). Hal ini dialami oleh sekitar 12 % wanita hamil. Kurang lebih 80 % wanita yang mendekati usia kehamilan cukup bulan dan mengalami KPD mulai mengalami persalinan spontan mereka pada waktu 24 jam.

4) *Bloody show*

Bloody show merupakan tanda persalinan yang akan terjadi, biasanya dalam 24 hingga 48 jam. Akan tetapi *bloody show* bukan merupakan tanda persalinan yang bermakna jika pemeriksaan

vagina sudah dilakukan 48 jam sebelumnya karena rabas lendir yang bercampur darah selama waktu tersebut mungkin akibat trauma kecil terhadap, atau perusakan plak lendir saat pemeriksaan tersebut dilakukan.

5) Lonjakan energi

Terjadinya lonjakan energi ini belum dapat dijelaskan selain bahwa hal tersebut terjadi alamiah, yang memungkinkan wanita memperoleh energi yang diperlukan untuk menjalani persalinan. Wanita harus diinformasikan tentang kemungkinan lonjakan energi ini diarahkan untuk menahan diri menggunakannya dan justru menghemat untuk persalinan

Pada kondisi *inpartu* atau ketika ibu sudah memasuki persalinan, maka gejala yang akan timbul dan dirasakan adalah sebagai berikut :

- 1) Kekuatan dan rasa sakit oleh adanya his datang lebih kuat, sering dan teratur dengan jarak kontraksi yang semakin pendek (frekuensi 3-4x dalam 10 menit dengan durasi 40 detik)
- 2) Keluar lendir bercampur darah melalui vagina karena adanya pembukaan pada serviks
- 3) Terkadang ketuban sudah pecah dengan sendirinya
- 4) Pada pemeriksaan dalam di jumpai perubahan serviks : perlunakannya, penipisan dan terjadinya pembukaan serviks.²¹

f. Faktor – faktor yang mempengaruhi persalinan

Keberhasilan proses persalinan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor ibu (*power, passage, psikologis*), faktor janin, plasenta dan air ketuban (*passenger*), dan faktor penolong persalinan. Hal ini sangat penting, mengingat beberapa kasus kematian ibu dan bayi yang disebabkan oleh tidak terdeteksinya secara dini adanya salah satu dari faktor-faktor tersebut.²²

g. Tahapan Persalinan

Persalinan dibagi menjadi 4 tahap. Pada kala I serviks membuka dari 0 sampai 10 cm, disebut sebagai kala pembukaan. Kala II disebut juga dengan kala pengeluaran, oleh karena kekuatan his dan kekuatan mengejan, janin di dorong keluar sampai lahir. Dalam kala III atau disebut juga kala uri, plasenta terlepas dari dinding uterus dan dilahirkan. Kala IV mulai dari lahirnya plasenta sampai 2 jam kemudian. Dalam kala tersebut diobservasi apakah terjadi perdarahan post partum.²³ Tahapan persalinan dibagi menjadi 4 fase/ kala dengan penjelasan sebagai berikut :

1) Kala I

Persalinan kala I meliputi fase pembukaan 1-10 cm, yang ditandai dengan penipisan dan pembukaan serviks, kontraksi uterus yang mengakibatkan perubahan serviks (frekuensi minimal 2 kali dalam 10 menit), cairan lendir bercampur darah (*show*) melalui vagina. Darah berasal dari pecahnya pembuluh darah kapiler serta kanalis servikalis karena pergeseran serviks mendatar dan terbuka.²¹ Kala pembugaan dibagi lagi menjadi 2 fase yaitu :

- a) Fase laten : Pembukaan serviks yang berlangsung lambat sampai pembukaan 3 cm, lamanya 7-8 jam
- b) Fase aktif : Berlangsung selama 6 jam dan dibagi atas 3 subfase yaitu periode akselerasi (berlangsung 2 jam, pembukaan menjadi 4 cm), periode dilatasi maksimal (*steady*) (selama 2 jam, pembukaan berlangsung cepat menjadi 9 cm) dan periode *deselerasi* (berlangsung lambat, dalam waktu 2 jam pembukaan menjadi 10 cm (lengkap))

2) Kala II

Kala II persalinan dimulai ketika pembukaan serviks sudah lengkap (10 cm) dan berakhir dengan lahirnya bayi. Primipara berlangsung selama 2 jam dan pada multipara 1 jam. Diagnosis

Kala II ditegakkan atas dasar pemeriksaan dalam yang menunjukkan Pembukaan serviks lengkap dan terlihat bagian kepala bayi pada introitus vagina.²¹ Kala II dimulai sejak pembukaan lengkap sampai lahirnya bayi, gejala dan tanda pada kala II adalah ²² :

- a) Adanya pembukaan lengkap (tidak teraba lagi bibir portio), ini terjadi karena adanya dorongan bagian terbawah janin yang masuk kedalam dasar panggul karena kontraksi uterus yang kuat sehingga portio membuka secara perlahan.
- b) His yang lebih sering dan kuat (\pm 2-3 menit 1 kali) dan timbul rasa mencedan, karena biasanya dalam hal ini bagian terbawah janin masuk ke dasar panggul sehingga terjadi tekanan pada otot-otot dasar panggul, yang secara reflektoris menimbulkan rasa mencedan.
- c) Adanya pengeluaran darah bercampur lendir, di sebabkan oleh adanya robekan serviks yang meregang
- d) Pecahnya kantung ketuban, karena kontraksi yang menyebabkan terjadinya perbedaan tekanan yang besar antara tekanan di dalam uterus dan diluar uterus sehingga kantung ketuban tidak dapat menahan tekanan isi uterus akhirnya kantung ketuban pecah.
- e) Anus membuka, karena bagian terbawah janin masuk ke dasar panggul sehingga menekan rectum dan rasa buang air besar, hal ini menyebabkan anus membuka.
- f) Vulva terbuka, perineum menonjol, karena bagian terbawah janin yang sudah masuk ke Pintu Bawah Panggul (PBP) dan di tambah pula dengan adanya his serta kekuatan mencedan menyebabkan vulva terbuka dan perineum menonjol, karena perineum bersifat elastis.

g) Bagian terdepan anak kelihatan pada vulva, karena labia membuka, perineum menonjol menyebabkan bagian terbawah janin terlihat di vulva, karena ada his dan tenaga mengedan menyebabkan bagian terbawah janin dapat dilahirkan.²²

Daya yang diperlukan untuk mengeluarkan janin pada saat Kala II berasal dari aktifitas otot uterus dan dari otot abdomen sekunder dan diafragma, yang memperkuat kontraksi sewaktu kepala janin melewati panggul.²²

3) Kala III

Setelah Kala II, kontraksi uterus berhenti sekitar 5 sampai 10 menit. Dengan lahirnya bayi, sudah mulai muncul pelepasan plasenta pada lapisan *nitabuschn* karena sifat retraksi otot rahim. Tanda-tanda lepasnya plasenta sebagai berikut :

- a) Uterus menjadi kendur
- b) Uterus terdorong keatas karena plasenta di lepas ke segmen bawah rahim
- c) Tali pusat bertambah panjang
- d) Adanya semburan darah
- e) Terjadi pendarahan

Melahirkan plasenta dilakukan dengan mendorong ringan secara perlahan pada fundus uteri. Normalnya, plasenta lepas dalam 6 sampai 15 menit setelah bayi lahir.²³

4) Kala IV

Kala IV dimaksudkan untuk melakukan observasi karena pendarahan postpartum paling sering terjadi pada 2 jam pertama. Observasi yang harus dilakukan pada Kala IV yaitu tingkat kesadaran, tanda-tanda vital meliputi tekanan darah, nadi, suhu tubuh dan pernapasan, kontraksi uterus dan jumlah perdarahan, dianggap masih normal jika jumlahnya tidak melebihi 400 sampai

500 cc. Semua asuhan dan temuan selama Kala IV persalinan didokumentasikan di halaman belakang partograf segera setelah asuhan diberikan atau setelah penilaian dilakukan.²³

h. 60 Langkah Asuhan Persalinan Normal (APN)

Menurut JNPK-KR (2017) tahapan asuhan persalinan normal terdiri dari 60 langkah, yaitu^{24,25} :

- 1) Mendengar dan melihat tanda dan gejala kala II :
 - a) Ibu sudah merasa ada dorongan kuat dan meneran
 - b) Ibu sudah merasakan adanya tekanan yang semakin meningkat pada rektum dan vagina
 - c) Perineum tampak menonjol
 - d) Vulva dan sfinger ani membuka
- 2) Pastikan kelengkapan peralatan, bahan, dan obat-obatan esensial untuk menolong persalinan dan menatalaksana komplikasi segera pada ibu dan bayi baru lahir. Untuk asuhan bayi baru lahir atau resusitasi siapkan :
 - a) Tempat datar, rata, bersih, kering, dan hangat
 - b) Tiga handuk/kain bersih dan kering (termasuk ganjal bahu bayi)
 - c) Alat penghisap lendir
 - d) Lampu sorot 60watt dengan jarak 60cm dari tubuh bayi

Untuk ibu :

- a) Kain, handuk, dan baju ibu
 - b) Menyiapkan oksitosin 10 unit
 - c) Alat suntik steril sekali pakai dalam partus set
- 3) Pakai celemek plastik atau dari bahan yang tidak tembus cairan. Melepaskan dan menyimpan semua perhiasan yang dipakai, cuci tangan dengan sabun dan air bersih mengalir kemudian keringkan tangan dengan tissue atau handuk pribadi yang bersih dan kering.

- 4) Pakai sarung tangan DTT pada tangan yang akan digunakan untuk periksa dalam
- 5) Masukkan oksitosin ke dalam tabung suntik (gunakan tangan yang memakai sarung tangan DTT atau Steril dan pastikan tidak terjadi kontaminasi pada alat suntik)
- 6) Membersihkan vulva dan perineum, menyekanya dengan hati-hati dari anterior (depan) ke posterior (belakang) menggunakan kapas atau kasa yang dibasahi dengan DTT
 - a) Jika introitus vagina, perineum atau anus terkontaminasi tinja, bersihkan dengan seksama dari arah depan ke belakang
 - b) Buang kapas atau kasa pembersih (terkontaminasi dalam wadah yang tersedia
 - c) Jika terkontaminasi, lakukan dekontaminasi, lepaskan dan rendam sarung tangan tersebut dalam larutan klorin 0,5%
- 7) Lakukan periksa dalam untuk memastikan pembukaan lengkap. Bila selaput ketuban masih utuh saat pembukaan sudah lengkap maka lakukan amnitotomi.
- 8) Dekontaminasi sarung tangan (celupkan tangan yang masih memakai sarung tangan ke dalam larutan klorin 0,5%, lepaskan sarung tangan dalam keadaan terbalik, dan rendam dalam klorin 0,5% selama 10 menit). Cuci kedua tangan setelah sarung tangan dilepaskan.
- 9) Periksa denyut jantung janin (DJJ) setelah kontraksi uterus mereda (relaksasi) untuk memastikan DJJ masih dalam batas normal (120 – 160x/menit). Mengambil tindakan yang sesuai jika DJJ tidak normal. Mendokumentasikan hasil-hasil periksa dalam, DJJ, semua temuan pemeriksaan dan asuhan yang diberikan ke dalam partograf. Menyiapkan ibu dan keluarga untuk membantu proses pimpinan meneran

- 10) Beritahukan pada ibu bahwa pembukaan sudah lengkap dan keadaan janin cukup baik, kemudian bantu ibu menemukan posisi yang nyaman dan sesuai dengan keinginannya.
 - a) Tunggu hingga timbul kontraksi atau rasa ingin meneran, lanjutkan pemantauan dan kondisi dan kenyamanan ibu dan janin (ikuti pedoman penatalaksanaan fase aktif) dan dokumentasikan semua temuan yang ada
 - b) Jelaskan pada anggota keluarga tentang peran mereka untuk mendukung dan memberi semangat pada ibu dan meneran secara benar
- 11) Minta keluarga membantu menyiapkan posisi meneran jika ada rasa ingin meneran atau kontraksi yang kuat. Pada kondisi itu, ibu diposisikan setengah duduk atau posisi lain yang diinginkan dan pastikan ibu merasa nyaman.
- 12) Laksanakan bimbingan meneran pada saat ibu merasa ingin meneran atau timbul kontraksi yang kuat :
 - a) Bimbing ibu agar dapat meneran secara benar dan efektif
 - b) Dukung dan beri semangat pada saat meneran dan perbaiki cara meneran apabila caranya tidak sesuai
 - c) Bantu ibu mengambil posisi nyaman sesuai pilihannya (kecuali posisi berbaring terlentang dalam waktu yang lama)
 - d) Anjurkan ibu untuk beristirahat diantara kontraksi
 - e) Anjurkan keluarga memberi dukungan dan semangat untuk ibu
 - f) Berikan cukup asupan cairan per-oral (minum)
 - g) Menilai DJJ setiap kontraksi uterus selesai
 - h) Segera rujuk jika bayi belum atau tidak akan segera lahir setelah pembukaan lengkap dan dipimpin meneran ≥ 120 menit (2jam) pada primigravida atau ≥ 60 menit (1jam) pada multigravida.

- 13) Anjurkan ibu untuk berjalan, berjongkok atau mengambil posisi yang nyaman, jika ibu belum merasa ada dorongan untuk meneran dalam selang waktu 60 menit
- 14) Letakkan handuk bersih (untuk mengeringkan bayi) di perut bawah ibu, jika kepala bayi telah membuka vulva dengan diameter 5-6 cm
- 15) Letakkan kain bersih yang dilipat 1/3 bagian sebagai alas bokong ibu
- 16) Buka tutup partus set dan periksa kembali kelengkapan peralatan dan bahan
- 17) Pakai sarung tangan DTT/Steril pada kedua tangan
- 18) Setelah tampak kepala bayi dengan diameter 5-6 cm membuka vulva maka lindungi perineum dengan satu tangan yang dilapisi dengan kain bersih dan kering, tangan yang lain menahan belakang kepala untuk mempertahankan posisi defleksi dan membantu lahirnya kepala. Anjurkan ibu meneran secara efektif atau bernafas cepat dan dangkal
- 19) Periksa kemungkinan adanya lilitan tali pusat (ambil tindakan yang sesuai jika hal itu terjadi), segera lanjutkan proses kelahiran bayi. Perhatikan:
 - a) Jika tali pusat melilit leher secara longgar, lepaskan lilitan lewat bagian atas kepala bayi
 - b) Jika tali pusat melilit leher secara kuat, klem tali pusat di dua tempat dan potong tali pusat di antara dua klem tersebut
- 20) Setelah kepala lahir, tunggu putaran paksi luar yang berlangsung secara spontan
- 21) Setelah putaran paksi luar selesai, pegang kepala bayi secara biparental. Anjurkan ibu untuk meneran saat kontraksi. Dengan lembut gerakkan kepala ke arah bawah dan distal hingga bahu

- depan mucul di bawah arkus pubis dan kemudian gerakkan ke arah atas dan distal untuk melahirkan bahu belakang
- 22) Setelah kedua bahu lahir, geser tangan bawah untuk menopang kepala dan bahu. Gunakan tangan atas untuk menelusuri dan memegang lengan dan siku sebelah atas
 - 23) Setelah tubuh dan lengan lahir, penelusuran tangan atas berlanjut ke punggung, bokong, tungkai, dan kaki. Pegang kedua mata kaki (masukkan telunjuk diantara kedua kaki dan pegang kedua kaki dengan melingkarkan ibu jari pada satu sisi dan jari-jari lainnya pada sisi yang lain agar bertemu dengan jari telunjuk).
 - 24) Lakukan penilaian (selintas):
 - a) Apakah bayi cukup bulan?
 - b) Apakah bayi menangis kuat dan/atau bernapas tanpa kesulitan?
 - c) Apakah bayi bergerak dengan aktif? Bila salah satu jawaban “TIDAK” lanjut ke langkah resusitasi pada bayi baru lahir dengan asfiksia Bila semua jawaban “YA” lanjut kelangkah selanjutnya
 - 25) Keringkan tubuh bayi Keringkan tubuh bayi mulai dari muka, kepala dan bagian tubuh lainnya (kecuali kedua tangan) tanpa membersihkan verniks. Ganti handuk basah dengan handuk/kain yang kering. Pastikan bayi dalam posisi dan kondisi aman di perut bagian bawah ibu
 - 26) Periksa kembali uterus untuk memastikan hanya satu bayi yang lahir (hamil tunggal) dan bukan kehamilan ganda (gemelli)
 - 27) Beritahu ibu bahwa ibu akan disuntik oksitosin agar uterus berkontraksi baik
 - 28) Dalam waktu satu menit setelah bayi lahir, suntikkan oksitosin 10 unit (intramuskuler) di 1/3 distal lateral paha (lakukan aspirasi sebelum menyuntik oksitosin)

- 29) Setelah 2 menit sejak bayi (cukup bulan) lahir, jepit tali pusat dengan klem kira-kira 2-3 cm dari pusat bayi. Gunakan jari telunjuk dan jari tengah tangan lain untuk mendorong isi tali pusat ke arah ke arah ibu dan klem tali pusat pada sekitar 2 cm distal dari klem pertama
- 30) Pemotongan dan pengikatan tali pusat
- Pegang tali pusat yang telah dijepit (lindungi perut bayi), dan lakukan pengguntingan tali pusat diantara 2 klem tersebut
 - Ikat tali pusat dengan benang DTT/Steril pada satu sisi kemudian lingkarkan lagi benang tersebut dan ikat tali pusat dengan simpul kunci pada sisi lainnya
 - Lepaskan klem dan masukkan dalam wadah yang telah disediakan
- 31) Letakkan bayi tengkurap di dada ibu untuk kontak kulit ibu bayi. Luruskan bahu bayi sehingga dada bayi menempel di dada ibunya. Usahakan kepala bayi berada diantara payudara ibu dengan posisi lebih rendah dari puting susu atau areola mammae ibu
- Selimuti ibu-bayi dengan kain kering dan hangat, pasang topi di kepala bayi
 - Biarkan bayi melakukan kontak kulit ke kulit di dada ibu paling sedikit 1 jam
 - Sebagian besar bayi akan berhasil melakukan inisiasi menyusui dini dalam waktu 30-60 menit. Menyusui untuk pertama kali akan berlangsung sekitar 10-15 menit. Bayi cukup menyusui dari satu payudara
 - Biarkan bayi di dada ibu selama 1 jam walaupun bayi sudah berhasil menyusui
- 32) Pindahkan klem tali pusat hingga berjarak 5-10 cm dari vulva

- 33) Letakkan satu tangan di atas kain pada perut bawah ibu (di atas simfisis) untuk mendeteksi kontraksi. Tangan lain memegang klem untuk menegangkan tali pusat
- 34) Setelah uterus berkontraksi, tegangkan tali pusat ke arah bawah sambil tangan yang lain mendorong uterus ke arah belakang-atas (dorso-kranial) secara hati-hati (untuk mencegah inversio uteri). Jika plasenta tidak lahir setelah 30-40 detik, hentikan penegangan tali pusat dan tunggu hingga timbul kontraksi berikutnya dan ulangi kembali prosedur di atas. Jika uterus tidak segera berkontraksi, minta ibu, suami atau anggota keluarga untuk melakukan stimulasi puting susu
- 35) Bila pada penekanan bagian bawah dinding depan uterus ke arah dorsal ternyata diikuti dengan pergeseran tali pusat ke arah distal maka lanjutkan dorongan ke arah kranial hingga plasenta dapat dilahirkan
 - a) Ibu boleh meneran tetapi tali pusatnya hanya ditegangkan (jangan ditarik secara kuat terutama jika uterus tak berkontraksi) sesuai dengan sumbu jalan lahir (ke arah bawahsejajar-lantai-atas)
 - b) Jika tali pusat bertambah panjang, pindahkan klem hingga berjarak sekitar 5-10 cm dari vulva dan lahirkan plasenta
 - c) Jika plasenta tidak lepas setelah 15 menit menegangkan tali pusat
- 36) kedua tangan. Pegang dan putar plasenta hingga selaput ketuban terpilin kemudian lahirkan dan tempatkan plasenta pada wadah yang telah disediakan. Jika selaput ketuban robek, pakai sarung tangan DTT atau steril untuk melakukan eksplorasi sisa selaput kemudian gunakan jari-jari tangan atau klem ovum DTT/steril untuk mengeluarkan selaput yang tertinggal

- 37) Segera setelah plasenta dan selaput ketuban lahir, lakukan masase uterus, letakkan telapak tangan di fundus dan lakukan mesase dengan gerakan melingkar dengan lembut hingga uterus berkontraksi (fundus teraba keras). Lakukan tindakan yang diperlukan (Kompresi Bimanual Internal, kompresi Aorta Abdominalis, Tampon Kondom-Kateter) jika uterus tidak berkontraksi dalam 15 detik setelah ransangan taktil/masase
- 38) Periksa kedua sisi plasenta (maternal-fetal) pastikan plasenta telah dilahirkan lengkap. Masukkan plasenta ke dalam kantung plastik atau tempat khusus
- 39) Evaluasi kemungkinan laserasi pada vagina dan perineum. Lakukan penjahitan bila terjadi laserasi yang luas dan menimbulkan pendarahan
- 40) Pastikan uterus berkontraksi dengan baik dan tidak terjadi pendarahan pervaginam
- 41) Pastikan kantung kemih kosong
- 42) Celupkan tangan yang masih memakai sarung tangan ke dalam larutan 0,5%, bersihkan noda darah dan cairan tubuh, bilas dengan air DTT tanpa melepas sarung tangan dan keringkan dengan tissue atau handuk
- 43) Membungkus kembali bayi dan berikan bayi pada ibu untuk disusui
- 44) Ajarkan ibu/ keluarga cara melakukan masase uterus dan menilai kontraksi
- 45) Evaluasi dan estimasi jumlah kehilangan darah
- 46) Memeriksa nadi ibu dan pastikan keadaan umum ibu baik
- 47) Pantau keadaan bayidan pastikan bahwa bayi bernafas dengan baik (40-60 kali/ menit)
 - a) Jika bayi sulit bernapas, merintih, atau retraksi, diresusitasi dan segera merujuk ke rumah sakit

- b) Jika bayi napas terlalu cepat atau sesak napas, segera rujuk ke RS Rujukan
 - c) Jika kaki teraba dingin, pastikan ruangan hangat. Lakukan kembali kontak kulit ibubayi dan hangatkan ibu-bayi dalam satu selimut
- 48) Tempatkan semua peralatan bekas pakai dalam larutan klorin 0,5% untuk dekontaminasi (10 menit). Cuci dan bilas peralatan setelah didekontaminasi
 - 49) Buang bahan-bahan yang terkontaminasi ke tempat sampah yang sesuai
 - 50) Bersihkan ibu dari paparan darah dan cairan tubuh dengan menggunakan air DDT. Bersihkan cairan ketuban, lendir, dan darah di ranjang atau disekitar ibu berbaring. Bantu ibu memakai pakaian yang bersih dan kering
 - 51) Pastikan ibu merasa nyaman. Bantu ibu memberikan ASI. Anjurkan keluarga untuk memberi ibu minuman dan makanan yang diinginkannya
 - 52) Dekontaminasi tempat bersalin dengan larutan klorin 0,5%
 - 53) Celupkan sarung tangan kotor ke dalam larutan klorin 0,5%, balikkan bagian dalam keluar dan rendam dalam larutan klorin 0,5% selama 10 menit
 - 54) Cuci kedua tangan dengan sabun dan air mengalir kemudian keringkan tangan dengan tissue atau handuk pribadi yang bersih dan kering
 - 55) Pakai sarung tangan bersih/DTT untuk melakukan pemeriksaan fisik bayi
 - 56) Dalam satu jam pertama, beri salep/tetes mata profilaksis infeksi, vitamin K1 1 mg IM di paha kiri bawah lateral, pemeriksaan fisik bayi baru lahir, pernapasan bayi (normal 40-60 kali/menit) dan temperatur tubuh (normal 36,5-37,5°C) setiap 15 menit

- 57) Setelah satu jam pemberian vitamin K1 berikan suntikan imunisasi Hepatitis B di paha kiri bawah lateral, pemeriksaan fisik bayi di dalam jangkauan ibu agar sewaktu-waktu dapat disusukan
- 58) Lepaskan sarung tangan dalam keadaan terbalik dan rendam di dalam larutan klorin 0,5% selama 10 menit
- 59) Cuci kedua tangan dengan sabun dan air mengalir kemudian keringkan dengan tissue atau handuk pribadi yang bersih dan kering
- 60) Lengkapi partograf (halaman depan belakang), periksa tanda vital dan pemantauan Kala IV Persalinan

Dalam penatalaksanaan persalinan mulai dari Kala I sampai dengan Kala IV harus selalu menerapkan lima aspek dasar atau lima benang merah, yang penting dan saling terkait dalam asuhan persalinan yang bersih dan aman diantaranya membuat keputusan klinik, asuhan sayang ibu dan bayi, pencegahan infeksi, pencatatan (rekam medik) asuhan persalinan, dan rujukan.²⁴

4. Bayi Baru Lahir

a. Definisi

Bayi baru lahir atau neonatus adalah masa kehidupan (0–28 hari), dimana terjadi perubahan yang sangat besar dari kehidupan di dalam rahim menuju luar rahim dan terjadi pematangan organ hampir pada semua sistem. Bayi hingga umur kurang satu bulan merupakan golongan umur yang memiliki risiko gangguan kesehatan paling tinggi dan berbagai masalah kesehatan bisa muncul, sehingga tanpa penanganan yang tepat bisa berakibat fatal.²⁶

Bayi baru lahir (BBL) normal adalah bayi yang lahir dari kehamilan 37- 42 minggu atau 294 hari dan berat badan lahir 2500 gram sampai dengan 4000 gram, bayi baru lahir (*newborn* atau *neonatus*) adalah bayi yang baru dilahirkan sampai dengan usia empat

minggu. Bayi baru lahir normal adalah bayi yang lahir dalam presentasi belakang kepala melalui vagina tanpa memakai alat. Bayi baru lahir normal adalah bayi yang lahir dari kehamilan 37 minggu sampai 42 minggu dan berat badan lahir 2500gram sampai 4000 gram.²⁵

Bayi yang lahir dalam presentasi belakang kepala melalui vagina tanpa memakai alat, pada usia kehamilan genap 37 minggu sampai dengan 42 minggu, dengan berat badan 2500-4000 gram, nilai *Appearance Color, Pulse, Gremace, Activity, Respiration* (APGAR) > 7 dan tanpa cacat bawaan.²⁷ Lingkar kepala bayi baru lahir yang normal adalah 34–35 cm, dimana ukuran lingkar kepala mempunyai hubungan dengan perkembangan bayi yaitu pertumbuhan lingkar kepala umumnya mengikuti pertumbuhan otak, sehingga bila ada hambatan/gangguan pada pertumbuhan lingkar kepala, pertumbuhan otak juga biasanya terhambat.²⁸

b. Klasifikasi

Bayi baru lahir atau neonatus di bagi dalam beberapa kasifikasi yaitu ²⁷:

- 1) Neonatus menurut masa gestasinya
 - a) Kurang bulan (*preterm infant*) : < 259 hari (37 minggu)
 - b) Cukup bulan (*term infant*) : 259-294 hari (37-42 minggu)
 - c) Lebih bulan (*postterm infant*) : > 294 hari (42 minggu atau lebih)
- 2) Neonatus menurut berat badan lahir
 - a) Berat lahir rendah : < 2500 gram
 - b) Berat lahir cukup : 2500-4000 gram
 - c) Berat lahir lebih : > 4000 gram
- 3) Neonatus menurut berat lahir terhadap masa gestasi (masa gestasi dan ukuran berat lahir yang sesuai untuk masa kehamilan)
 - a) Nenonatus cukup/kurang/lebih bulan (NCB/NKB/NLB)

b) Sesuai/kecil/besar untuk masa kehamilan
(SMK/KMK/BMK)

c. Ciri – ciri Bayi Baru Lahir Normal

Ciri-ciri bayi baru lahir normal adalah sebagai berikut²⁷ :

- 1) BB : 2500-4000 gram
- 2) PB : 47-52 cm
- 3) LD : 30-38 cm
- 4) LK : 33-35 cm
- 5) Bunyi jantung dalam menit-menit pertama kira-kira 180x/menit, kemudian menurun sampai 120-160x/menit.
- 6) Pernafasan pada menit-menit pertama kira-kira 80x/menit, kemudian menurun setelah tenang kira-kira 40x/menit-60x/menit
- 7) Kulit kemerah-merahan dan licin karena jaringan subkutan yang cukup terbentuk dan diliputi *vernix caseosa*
- 8) Kuku panjang dan lemas
- 9) Rambut lanugo tidak terlihat dan rambut kepala biasanya telah sempurna
- 10) Genitalia : *labia mayora* sudah menutupi *labia minora* (pada perempuan), testis sudah turun (pada laki-laki) dan skrotum sudah ada
- 11) *Sucking reflex* hisap dan menelan sudah terbentuk dengan baik
- 12) *Moro reflex* sudah baik ditandai bila bayi dikagetkan akan memperlihatkan gerakan seperti memeluk
- 13) *Grasping reflex* sudah baik ditandai apabila diletakkan suatu benda diatas telapak tangan, bayi akan menggengam / adanya gerakan refleks
- 14) *Rooting reflex*/mencari puting susu dengan rangsangan tekstil pada pipi dan daerah mulut sudah terbentuk dengan baik
- 15) Eliminasi baik : urine dan mekonium akan keluar dalam 24 jam pertama, mekonium berwarna hitam kecoklatan

d. Penatalaksanaan pada Bayi Baru Lahir

1) Perawatan tali pusat

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

2) Inisiasi Menyusui Dini (IMD) 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

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

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) Imunisasi Hb0

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.⁷

5. 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 adalah 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

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.¹¹

Standar pelayanan kunjungan neonatal terdapat di dalam Buku KIA. Tertera penatalaksanaan yang harus dilakukan pada setiap kunjungan neonatal baik dari BBL, KN 1, KN 2, maupun KN 3 sesuai dalam gambar sebagai berikut :

Bayi baru lahir 0-28 hari	0 - 6 jam		KN 1 (6 - 48 jam)		KN 2 (3-7 hari)		KN 3 (8-28 hari)	
	Tgl, bin:	Tempat:	Tgl, bin:	Tempat:	Tgl, bin:	Tempat:	Tgl, bin:	Tempat:
Perawatan Tali Pusat								
IMD								
Vitamin K1								
Imunisasi Hepatitis B								
Salap/tetes mata antibiotik								
Skrining BBL/SHK								
KIE								
PPIA								

Gambar 2. Standar Pelayanan Kunjungan Neonatal di Buku KIA

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.

2) Eliminasi

Pengeluaran mekonium biasanya dalam 10 jam pertama dan dalam 4 hari biasanya tinja sudah berbentuk dan berwarna biasa.³¹ 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

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.³² Bayi dapat menangis sedikitnya 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.³³

6. Masa Nifas/ Puerperium

a. Definisi

Masa nifas merupakan masa selama persalinan dan segera setelah kelahiran yang meliputi minggu-minggu berikutnya pada waktu saluran reproduksi kembali keadaan tidak hamil yang normal. Masa nifas dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung kira-kira 6 minggu. Masa nifas atau puerperium dimulai sejak 1 jam setelah lahir plasenta sampai dengan 6 minggu (42hari).³⁴

b. Tujuan asuhan masa nifas

Asuhan masa nifas diperlukan dalam periode ini karena merupakan masa kritis baik ibu maupun bayinya. Diperkirakan 60% kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama.³⁵ Selain itu, asuhan selama periode nifas perlu mendapat perhatian karena sekitar 60% Angka Kematian Ibu terjadi pada periode ini. Perdarahan merupakan penyebab utama kesakitan dan kematian ibu pada masa nifas, dimana 50%-60% karena kegagalan uterus berkontraksi secara sempurna.

Pada masa nifas terjadi perubahan-perubahan fisik maupun psikis berupa organ reproduksi, terjadinya proses laktasi, terbentuknya hubungan antara orang tua dan bayi dengan memberi dukungan. Atas dasar tersebut perlu dilakukan suatu pendekatan antara ibu dan keluarga dalam manajemen kebidanan. Adapun tujuan dari pemberian asuhan masa nifas adalah :

- 1) Menjaga kesehatan ibu dan bayinya, baik fisik maupun psikologis
- 2) Melaksanakan skrining yang komprehensif, mendeteksi masalah, mengobati atau merujuk bila terjadi komplikasi pada ibu maupun bayinya.
- 3) Memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan kesehatan diri, nutrisi, keluarga berencana, menyusui, pemberian imunisasi kepada bayinya dan perawatan bayi sehat
- 4) Memberikan pelayanan keluarga berencana
- 5) Mendapatkan kesehatan emosional

Kegiatan yang dilakukan pada pelayanan kesehatan ibu nifas antara lain ³⁶:

- 1) Menanyakan kondisi ibu nifas secara umum.
- 2) Melakukan pemeriksaan tekanan darah, nadi, respirasi dan suhu.
- 3) Melakukan pemeriksaan tinggi fundus uteri
- 4) Melakukan pemeriksaan lochea dan perdarahan

- 5) Melakukan pemeriksaan jalan lahir
- 6) Melakukan pemeriksaan payudara dan anjuran pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif
- 7) Memberikan kapsul vitamin A
- 8) Memberikan pelayanan kontrasepsi pasca-persalinan
- 9) Melakukan konseling atau pendidikan kesehatan (*health education*)
- 10) Memberikan nasihat kepada ibu nifas seperti memenuhi kebutuhan nutrisi, menjaga kebersihan diri, mempelajari cara merawat bayi, dll
- 11) Penanganan pada ibu nifas sakit atau risiko tinggi dan atau mengalami komplikasi pada masa nifas

c. Klasifikasi Masa Nifas

- 1) Puerperium Dini (*immediate puerperium*): waktu 0 sampai 24 jam post partum yaitu kepulihan dimana Ibu telah diperbolehkan berdiri dan berjalan-jalan, serta menjalankan aktivitas layaknya wanita normal lainnya
- 2) Puerperium Intermedial (*early puerperium*) : waktu sampai 7 hari post partum yaitu kepulihan menyeluruh alat-alat genitalia yang lamanya 6 sampai 8 Minggu
- 3) Remote Puerperium (*later puerperium*) : waktu 1 sampai 6 minggu postpartum yaitu waktu yang diperlukan untuk pulih dan sehat sempurna

d. Perubahan Fisiologis Masa Nifas

- 1) Sistem reproduksi
 - a) Uterus

Uterus secara berangsur-angsur menjadi kecil (involusi) sehingga akhirnya kembali seperti sebelum hamil. Setelah persalinan, kondisi tubuh ibu secara anatomi akan mengalami perubahan, salah satunya adalah kembalinya

rahim pada ukuran semula. Proses ini disebut dengan involusi uterus. Ketika involusi berlangsung, pada tempat implanasi plasenta ditemukan banyak pembuluh darah yang terbuka sehingga resiko perdarahan postpartum sangat besar. Bekas luka perlekatan plasenta membutuhkan waktu 8 minggu untuk sembuh sepenuhnya. Selama 1 sampai 2 jam pertama postpartum intensitas kontraksi uterus dapat berkurang dan menjadi teratur.³⁷

b) Lochea

Lohea berasal dari bahasa Latin, yang digunakan untuk menggambarkan perdarahan pervaginam setelah persalinan. Lochea adalah cairan secret yang berasal dari cavum uteri dan vagina dalam masa nifas.

Tabel 5. Jenis-jenis Lochea

Jenis Lochea	Waktu	Warna	Ciri-ciri
<i>Rubra (cruenta)</i>	1-3 hari	Merah	Berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, sel-sel desidua, verniks kaseosa, lanugo dan meconium
<i>Sanguinolenta</i>	3-7 hari	Merah kekuningan	Berisi darah dan lendir
<i>Serosa</i>	7-14 hari	Merah jambu kemudian kuning	Cairan serum, jaringan desidua, leukosit, dan eritrosit
<i>Alba</i>	2-6 minggu	Putih	Cairan berwarna putih seperti krim terdiri dari leukosit dan sel-sel desidua

Selain lochea diatas, ada jenis lochea yang tidak normal yaitu *Lochea purulenta*, terjadi karena adanya infeksi.

Biasanya ditandai dengan keluar cairan seperti nanah berbau busuk dan *locheastasis*, lochea yang pengeluarannya tidak lancar.

c) Serviks

Segera setelah melahirkan, serviks menjadi lembek, kendur, terkulai dan berbentuk seperti corong. Hal ini disebabkan korpus uteri berkontraksi, sedangkan serviks tidak berkontraksi, sehingga perbatasan antara korpus dan serviks uteri berbentuk cincin. Warna serviks merah kehitam-hitaman karena penuh pembuluh darah. Segera setelah bayi lahir, tangan pemeriksa masih dapat dimasukkan 2-3 jari dan setelah 1 minggu hanya 1 jari saja yang dapat masuk. Namun demikian, selesai involusi, ostium eksternum tidak sama seperti sebelum hamil.³⁸

d) Vulva, vagina dan perineum

Vulva dan vagina mengalami penekanan serta peregangan yang sangat besar selama proses melahirkan bayi, dan dalam beberapa hari pertama sesudah proses tersebut, kedua organ ini tetap berada dalam keadaan kendur. Setelah 3 minggu vulva dan vagina kembali kepada keadaan tidak hamil dan rugae dalam vagina secara berangsur-angsur akan muncul kembali sementara labia menjadi lebih menonjol. Perubahan pada perineum postpartum terjadi pada saat perineum mengalami robekan. Robekan jalan lahir dapat terjadi secara spontan ataupun dilakukan episiotomi dengan indikasi tertentu. Meskipun demikian, latihan otot perineum dapat mengembalikan tonus tersebut dan dapat mengencangkan vagina hingga tingkat tertentu. Hal ini dapat dilakukan pada masa nifas dengan latihan atau senam nifas.³⁹ Robekan perineum umumnya terjadi di garis tengah dan bisa

menjadi luas apabila kepala janin melewati pintu bawah panggul dengan ukuran yang lebih besar. Dalam penyembuhan luka memiliki fase-fase pada keluhan yang dirasakan ibu pada hari pertama sampai hari ke-3 ini merupakan fase inflamasi, dimana pada fase ini ibu akan merasakan nyeri pada luka jahitan di perineum, hal ini akan terjadi sampai 4 hari postpartum.⁴⁰

e) 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.⁴¹

2) Sistem Kardiovaskular

Perubahan volume darah bergantung pada beberapa faktor, misalnya kehilangan darah selama melahirkan dan mobilisasi, serta pengeluaran cairan ekstrasvaskular (edema fisiologis). Kehilangan darah merupakan akibat penurunan volume darah total yang cepat, tetapi terbatas. Setelah itu terjadi perpindahan

normal cairan tubuh yang menyebabkan volume darah menurun dengan lambat. Pada minggu ke-3 dan ke-4 setelah bayi lahir, volume darah biasanya menurun sampai mencapai volume darah sebelum hamil.⁴² Pada persalinan pervaginam, ibu kehilangan darah sekitar 300-400 cc. Pada persalinan dengan tindakan SC, maka kehilangan darah dapat dua kali lipat. Perubahan pada sistem kardiovaskuler terdiri atas volume darah (*blood volume*) dan hematokrit (*haemoconcentration*). Pada persalinan pervaginam, hematokrit akan naik sedangkan pada persalinan dengan SC, hematokrit cenderung stabil dan kembali normal setelah 4-6 minggu postpartum.⁴²

3) Sistem hematologi

Selama persalinan normal dan masa postpartum terjadi kehilangan darah sekitar 250-500 ml. penurunan volume dan peningkatan sel darah merah pada kehamilan diasosiasikan dengan peningkatan hematokrit dan hemoglobin pada hari ke-3 sampai 7 postpartum dan akan kembali normal dalam 4 sampai 5 minggu postpartum.⁴³

4) Sistem pencernaan

Sistem pencernaan selama kehamilan dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya tingginya kadar progesteron yang dapat mengganggu keseimbangan cairan tubuh, meningkatkan kolestrol darah, dan melambatkan kontraksi otot-otot polos. Pasca melahirkan, kadar progesteron juga mulai menurun. Namun demikian, faal usus memerlukan waktu 3-4 hari untuk kembali normal.⁴⁴

5) Sistem perkemihan

Fungsi ginjal kembali normal dalam waktu satu bulan setelah wanita melahirkan. Urin dalam jumlah yang besar akan dihasilkan dalam waktu 12–36 jam sesudah melahirkan.⁴²

e. Perubahan Psikologi Nifas

Periode kehamilan, persalinan, dan pascanatal merupakan masa terjadinya stress yang hebat, kecemasan, gangguan emosi, dan penyesuaian diri. 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 berikut³⁷ :

1) Masa *Taking In*

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

2) Masa *Taking On*

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

3) 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

f. Kebijakan Program Nasional Masa Nifas

Kebijakan program nasional yang telah dibuat oleh pemerintah mengenai masa nifas merekomendasikan paling sedikit empat kali melakukan kunjungan pada masa nifas⁴⁵, dengan tujuan untuk:

- a) Menilai kondisi kesehatan ibu dan bayi
- b) Melakukan pencegahan terhadap kemungkinan-kemungkinan adanya gangguan kesehatan ibu nifas dan bayinya
- c) Mendeteksi adanya komplikasi atau masalah yang terjadi pada masa nifas
- d) Menangani komplikasi atau masalah yang timbul dan mengganggu kesehatan ibu nifas maupun bayinya

Tabel 6. Waktu dan Bentuk Kunjungan Masa Nifas

Kunj Nifas	Waktu	Asuhan
I	6-48 jam post partum	<ol style="list-style-type: none">1. Mencegah perdarahan masa nifas oleh karena atonia uteri2. Mendeteksi dan perawatan penyebab lain perdarahan serta melakukan rujukan bila perdarahan berlanjut3. Memberikan konseling pada ibu dan keluarga tentang cara mencegah perdarahan yang disebabkan atonia uteri4. Pemberian ASI awal5. Mengajarkan cara mempererat hubungan antara ibu dan bayi baru lahir6. Menjaga bayi tetap sehat melalui pencegahan hipotermi7. Setelah bidan melakukan pertolongan persalinan, maka bidan harus menjaga ibu dan bayi untuk 2 jam pertama setelah kelahiran atau

			sampai keadaan ibu dan bayi baru lahir dalam keadaan baik
II	3-7 hari post partum		<ol style="list-style-type: none"> 1. Memastikan involusi uterus berjalan dengan normal, uterus berkontraksi dengan baik, tinggi fundus uteri di bawah umbilicus, tidak ada perdarahan abnormal 2. Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi dan perdarahan 3. Memastikan ibu mendapat istirahat yang cukup 4. Memastikan ibu mendapat makanan yang bergizi dan cukup cairan 5. Memastikan ibu menyusui dengan baik dan benar serta tidak ada tanda-tanda kesulitan menyusui 6. Memberikan konseling tentang perawatan bayi baru lahir
III	8-28 hari post partum		<ol style="list-style-type: none"> 1. Memastikan involusi uterus berjalan dengan normal, uterus berkontraksi dengan baik, tinggi fundus uteri di bawah umbilicus, tidak ada perdarahan abnormal 2. Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi dan perdarahan 3. Memastikan ibu mendapat istirahat yang cukup 4. Memastikan ibu mendapat makanan yang bergizi dan cukup cairan 5. Memastikan ibu menyusui dengan baik dan benar serta tidak ada tanda-tanda kesulitan menyusui 6. Memberikan konseling tentang perawatan bayi baru lahir
IV	29-42 hari post partum		<ol style="list-style-type: none"> 1. Menanyakan penyulit-penyulit yang di alami ibu selama masa nifas

2. Memberikan konseling KB secara dini

g. Tanda bahaya masa 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

h. Kebutuhan Dasar Ibu Nifas

Kebutuhan-kebutuhan yang dibutuhkan ibu nifas antara lain sebagai berikut :

1) Nutrisi dan cairan

Nutrisi yang di konsumsi harus bermutu tinggi, bergizi dan cukup kalori. Kalori bagus untuk proses metabolisme tubuh, kerja organ tubuh, proses pembentukan asi. Wanita dewasa memerlukan 2.200 kalori, ibu menyusui memerlukan kalori pada 6 bulan pertama kemudian + 500 kalori bulan selanjutnya.

Sedangkan Fungsi cairan sebagai pelarut zat gizi dalam proses metabolisme tubuh, minumlah cairan cukup untuk membuat tubuh ibu tidak dehidrasi. Asupan tablet tambah darah dan zat besi diberikan sampai 40 hari postpartum, minum kapsul Vit A (200.000 unit)⁴⁶. Pemenuhan gizi ibu menyusui antara lain⁴⁷:

- a) Mengonsumsi tambahan kalori tiap hari sebanyak 500 kalori
- b) Makan diet berimbang untuk mendapatkan protein, mineral, dan vitamin yang cukup
- c) Minum sedikitnya 3 liter setiap hari (anjurkan ibu untuk minum setiap kali menyusui)
- d) Pil zat besi harus di minum untuk menambah zat gizi setidaknya selama 40 hari pasca bersalin
- e) Minum kapsul vitamin A (200.000 unit) agar bisa memberikan vitamin A kepada bayinya melalui ASI nya

2) Ambulasi

Persalinan merupakan proses yang melelahkan, itulah mengapa ibu disarankan tidak langsung turun ranjang setelah melahirkan karena dapat menyebabkan jatuh pingsan akibat sirkulasi darah yang belum berjalan baik pada persalinan normal jika gerakannya tidak terhalang oleh pemasangan infuse atau kateter dan tanda-tanda vitalnya memuaskan biasanya ibu diperbolehkan pergi ke wc dengan dibantu satu atau dua jam setelah melahirkan secara normal.⁴⁸

3) Eliminasi

Buang air kecil (BAK) dalam 6 jam pertama post partum, ibu sudah harus dapat buang air kecil, karena semakin lama urine tertahan dalam kandung kemih maka dapat mengakibatkan kesulitan pada organ perkemihan, misalnya infeksi. Sedangkan buang air besar (BAB) dalam 24 jam pertama ibu setelah

melahirkan sudah harus dapat buang air besar karena semakin lama feses tertahan dalam usus maka akan semakin sulit baginya untuk buang air besar secara lancar karena feses yang tertahan dalam usus semakin lama akan mengeras karena cairan yang terkandung dalam feses akan selalu terserap dalam usus.⁴⁸

4) Kebersihan diri

a) *Personal Hygiene*

Kebersihan diri ibu membantu mengurangi sumber infeksi dan meningkatkan perasaan nyaman pada ibu. Anjurkan ibu untuk menjaga kebersihan diri dengan cara mandi yang teratur minimal 2 kali sehari Bagian-bagian paling utama di bersihkan adalah puting susu dan daerah payudara lainnya.

b) Perineum

Menganjurkan ibu merawat perineum atau alat genetaliannya dengan baik dengan menggunakan antiseptik dan selalu diingat bahwa membersihkan perineum dari arah depan kearah belakang.⁴⁹ Menyarankan ibu untuk mengganti pembalut atau kain pembalut setidaknya 2 kali sehari, rajin mencuci tangan dengan sabun dan air yang mengalir, sebelum dan sesudah membersihkan daerah kelaminya.

5) Kebutuhan Istirahat yang Cukup

Setelah melahirkan ibu nifas memerlukan istirahat yang cukup, istirahat tidur yang dibutuhkan ibu nifas sekitar 8 jam pada malam hari dan 1 jam pada siang hari anjurkan ibu untuk mencegah kelelahan yang berlebihan⁵⁰.

6) Seksualitas

Secara fisik, aman untuk melakukan hubungan seksual begitu darah merah berhenti dan ibu dapat memasukkan satu atau dua jnya kedalam vagina tanpa rasa nyeri. Banyak budaya dan

agama yang melarang hubungan seksual sampai masa waktu tertentu, misalnya 40 hari atau 6 minggu setelah kelahiran

7) Latihan /Senam Nifas

Senam nifas adalah senam yang dilakukan ibu-ibu setelah melahirkan setelah keadaan tubuhnya pulih kembali. Untuk mencapai hasil pemulihan otot yang maksimal, sebaiknya latihan masa nifas dilakukan

7. Keluarga Berencana (KB)

a. Definisi

Program Keluarga Berencana atau KB memungkinkan pasangan dan individu untuk memutuskan secara bebas dan bertanggungjawab jumlah anak dan jarak umur antar anak (*spacing*) yang mereka inginkan, cara untuk mencapainya, serta menjamin tersedianya informasi dan berbagai metode yang aman dan efektif.⁵¹ Berdasarkan UU No 52 Tahun 2009, Keluarga Berencana adalah upaya mengatur kelahiran anak, jarak dan umur ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan, dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas.⁵²

b. Sasaran Program KB

Sasaran Keluarga Berencana dibagi menjadi dua yaitu sasaran secara langsung dan sasaran tidak langsung. Adapun sasaran secara langsung adalah Pasangan Umur Subur (PUS) yang bertujuan untuk menurunkan tingkat kelahiran dengan cara penggunaan kontrasepsi secara berkelanjutan. Sedangkan untuk sasaran tidak langsungnya adalah pelaksana dan pengelola KB, dengan tujuan menurunkan tingkat kelahiran hidup melalui pendekatan kebijaksanaan kependudukan terpadu dalam rangka mencapai keluarga yang berkualitas, keluarga sejahtera.⁵¹

c. Fase dalam Penggunaan Kontrasepsi pada Program KB

1) Fase menunda/ mencegah kehamilan

Pada Pasangan Usia Subur (PUS) dengan istri umur kurang dari 20 tahun dianjurkan untuk menunda kehamilannya karena berbagai alasan kesehatan. Untuk itu perlu penggunaan kontrasepsi untuk mencegah adanya kehamilan yang tidak direncanakan. Adapun syarat alat kontrasepsi yang diperlukan untuk fase ini adalah reversibilitas yang tinggi, artinya kembalinya kesuburan dapat terjamin hampir 100%, karena pada masa ini akseptor belum mempunyai anak; efektivitas yang tinggi, karena kegagalan akan menyebabkan terjadinya kehamilan dengan risiko tinggi dan kegagalan ini merupakan kegagalan program. Alat kontrasepsi yang direkomendasikan pada fase ini adalah pil, IUD mini, dan kontrasepsi sederhana.

2) Fase menjarangkan kehamilan

Periode umur istri antara 20-35 tahun merupakan periode umur paling baik untuk melahirkan dengan jumlah anak 2 orang dan jarak kelahiran adalah 2-4 tahun. Adapun ciri-ciri kontrasepsi yang sesuai pada fase ini adalah efektivitas cukup tinggi; reversibilitas cukup tinggi karena akseptor masih mengharapkan punya anak lagi; dapat dipakai 2-4 tahun yaitu sesuai dengan jarak kehamilan yang disarankan; tidak menghambat ASI, karena ASI merupakan makanan terbaik untuk anak sampai umur 2 tahun dan akan mempengaruhi angka kesakitan serta kematian anak. Alat kontrasepsi yang direkomendasikan pada fase ini adalah IUD, suntik, pil, implant, dan kontrasepsi sederhana.

3) Fase menghentikan/ mengakhiri kehamilan

Periode istri berumur lebih dari 35 tahun sangat dianjurkan untuk mengakhiri kesuburan setelah mempunyai anak lebih dari 2 orang dengan alasan medis yaitu akan timbul berbagai komplikasi pada masa kehamilan maupun persalinannya. Adapun syarat kontrasepsi yang disarankan digunakan pada fase ini

adalah efektivitas sangat tinggi karena kegagalan menyebabkan terjadinya kehamilan dengan risiko tinggi bagi ibu maupun bayi, terlebih lagi akseptor tidak mengharapkan punya anak lagi; dapat dipakai untuk jangka panjang; tidak menambah kelainan yang sudah/ mungkin ada karena pada masa umur ini risiko terjadi kelainan seperti penyakit jantung, hipertensi, keganasan dan metabolik meningkat. Alat kontrasepsi yang direkomendasikan pada fase ini berturut-turut adalah kontrasepsi mantap, IUD, implant, suntikan, sederhana, dan pil.⁵³

d. Jenis-jenis Metode KB

1) Kontrasepsi Alamiah

a) Senggama Terputus

Senggama terputus adalah mengeluarkan kemaluan pria dari alat kelamin wanita menjelang ejakulasi. Dengan cara ini diharapkan cairan sperma tidak akan masuk ke dalam rahim serta mengecilkan kemungkinan bertemunya sel telur yang dapat mengakibatkan terjadinya pembuahan.

b) Pantang Berkala

Pantang berkala adalah tidak melakukan hubungan seksual saat istri sedang dalam masa subur. Sistem ini berdasarkan pada siklus haid atau menstruasi wanita. Masa subur tidak selalu terjadi tepat 14 hari sebelum menstruasi, tetapi dapat terjadi antara 12 atau 16 hari sebelum menstruasi berikutnya.

c) Metode Lendir Serviks

Metode lendir servik adalah metode kontrasepsi dengan melihat lendir dalam vagina untuk mengetahui masa subur pada seorang wanita, dilakukan pada pagi hari segera setelah bangun tidur dan sebelum melakukan aktifitas lainnya

2) Kontrasepsi Sederhana

Metode kontrasepsi sederhana dapat dilakukan dengan menggunakan kondom. Kondom adalah selubung atau sarung karet yang terbuat dari berbagai bahan diantaranya lateks (karet), plastik (*vynil*) atau bahan alami (produksi hewani) yang dipasang pada penis saat berhubungan. Cara kerja kondom adalah mencegah sperma masuk ke saluran reproduksi wanita serta sebagai pelindung terhadap infeksi atau transmisi mikro organisme penyebab Penyakit Menular Seksual (PMS).

Pemakaian kontrasepsi kondom akan efektif apabila dipakai secara benar setiap kali berhubungan seksual. Pemakaian kondom yang tidak konsisten membuat tidak efektif. Angka kegagalan kontrasepsi kondom sangat sedikit yaitu 2-12 kehamilan per 100 perempuan per tahun.

3) Kontrasepsi Suntik

Kontrasepsi suntik merupakan alat kontrasepsi berupa cairan yang disuntikan ke dalam tubuh wanita secara periodik dan mengandung hormonal, kemudian masuk ke dalam pembuluh darah diserap sedikit demi sedikit oleh tubuh yang berguna untuk mencegah timbulnya kehamilan. Terdapat dua jenis kontrasepsi suntik berdasarkan isinya, yaitu :

- a) Suntikan Kombinasi : Suntik kombinasi yang berisi kombinasi antara progestin dan estrogen yaitu, 25 mg depo *medroksiprogesteron asetat* dan *estradiol sipionat* (*cyclofem*) disuntikkan IM dalam sebulan sekali dan 50 mg *noretindron anantat* dan 5 mg *estradiol* disuntikkan IM dalam sebulan sekali.⁵¹
- b) Suntikan Progestin : Suntikan progestin merupakan jenis suntikan yang mengandung sintesa progestin. Terdapat dua jenis, yaitu *Depoprovera*, mengandung 150 mg *Depo*

Medroxi Progesterone Asetat yang diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntik IM, dan *Depo Noristerat*, mengandung 200mg *Noretindron Enantat*, yang diberikan setiap 2 bulan secara IM.⁵¹

4) Kontrasepsi Pil

Kontrasepsi oral (Pil) adalah cara kontrasepsi untuk wanita yang berbentuk pil di dalam stiap yang berisi gabungan dari hormon estrogen dan progesteron atau hanya terdiri dari hormoneprogesteron saja. Cara kerjanya menekan ovulasi, mencegah implantasi, mengentalkan lendir servik

5) Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR)

Intra Uterine Device (IUD) atau alat kontrasepsi dalam rahim merupakan alat kontrasepsi berbentuk huruf T, kecil, berupa kerangka dari plastik yang fleksibel yang diselubungi kawat halus yang terbuat dari tembaga (Cu), sangat efektif, reversible, dan berjangka panjang (dapat sampai 10 tahun : CuT.380 A.

IUD merupakan alat kontrasepsi yang sangat efektif. Dari 0,6-0,8 kehamilan/100 perempuan dalam 1 tahun pertama terdapat 1 kegagalan dalam 125 – 170 kehamilan. Efektivitas IUD bergantung pada ukuran, bentuk, dan kandungan bahan dalam IUD.

AKDR akan berada dalam uterus, bekerja terutama mencegah terjadinya pembuahan (fertilisasi) dengan menghalangi bersatunya ovum dengan sperma, mengurangi jumlah sperma yang mencapai tuba falopi dan menginaktivasikan sperma.⁵⁴ Ada beberapa mekanisme cara kerja AKDR sebagai berikut :

- a) Timbulnya reaksi radang lokal di dalam *cavum uteri* sehingga implantasi sel telur yang telah dibuahi terganggu.

Disamping itu, dengan munculnya leukosit, makrofag, dan sel plasma yang dapat mengakibatkan *lysis* dari *spermatozoa* atau ovum dan *blastocyt*.

- b) Produksi lokal prostaglandin yang meninggi, yang menyebabkan terhambatnya implantasi.
- c) Gangguan atau terlepasnya *blastocyt* telah berimplantasi didalam endometrium
- d) Pergerakan ovum yang bertambah cepat di dalam tuba fallopii.
- e) Immobilisasi spermatozoa saat melewati cavum uteri.
- f) Pematatan endometrium oleh leukosit, makrofag, dan limfosit menyebabkan blastokis dirusak oleh makrofag dan balstokis tidak dapat melakukan nidasi.
- g) Ion Cu yang dikeluarkan AKDR dengan Cupper menyebabkan gangguan gerak spermatozoa sehingga mengurangi kemampuan untuk melakukan konsepsi

Keuntungan pemakaian IUD yakni hanya memerlukan sekali pemasangan untuk jangka waktu yang lama dengan biaya yang relatif murah. Selain itu, keuntungan dari pemakaian IUD di antaranya tidak menimbulkan efek sistemik, efektivitas cukup tinggi, reversible, dan cocok untuk penggunaan secara massal. Keuntungan yang lain dari IUD antara lain dapat diterima masyarakat dengan baik, pemasangan tidak memerlukan medis teknis yang sulit, kontrol medis ringan, penyulit tidak terlalu berat, pulihnya kesuburan setelah IUD dicabut berlangsung baik. Pemakaian IUD juga memiliki keuntungan yaitu tidak mempengaruhi hubungan seksual, tidak mahal jika ditinjau dari rasio biaya dan waktu penggunaan kontrasepsi, metode yang nyaman, tidak perlu disediakan setiap bulan dan pemeriksaan berulang. IUD dapat digunakan sampai menopause (1 tahun atau

lebih setelah haid terakhir), dapat dipasang segera setelah melahirkan atau sesudah abortus (apabila tidak terjadi infeksi), tidak ada interaksi dengan obat-obat.⁵⁵

Pemakaian IUD juga dapat mengalami komplikasi seperti merasakan sakit dan kejang selama 3 sampai 5 hari setelah pemasangan, perdarahan berat pada waktu haid atau di antaranya yang memungkinkan penyebab anemia, perforasi dinding uterus (sangat jarang apabila pemasangannya benar). IUD tidak mencegah IMS termasuk HIV/AIDS, tidak baik digunakan pada perempuan dengan IMS atau perempuan yang sering berganti pasangan, penyakit radang panggul (PRP) terjadi sesudah perempuan dengan IMS memakai IUD karena PRP dapat memicu infertilitas, dan tidak mencegah terjadinya kehamilan ektopik terganggu karena fungsi IUD untuk mencegah kehamilan normal.⁵⁶

Beberapa efek samping ringan diantaranya nyeri pada waktu pemasangan. Apabila nyeri sekali, dapat dilakukan anestesi paraservikal. Kejang rahim, terutama pada bulan-bulan pertama. Hal ini dapat diatasi dengan memberikan spasmolitikum atau pemakaian AKDR lebih kecil ukurannya, nyeri pelvik, perdarahan diluar haid, darah haid lebih banyak dan sekret vagina lebih banyak

6) Alat Kontrasepsi Bawah Kulit (AKBK)

Implan atau alat kontrasepsi bawah kulit (AKBK) adalah kontrasepsi yang diinsersikan tepat dibawah kulit, dilakukan pada bagian dalam lengan atas atau dibawah siku melalui insisi tunggal dalam bentuk kipas. Implan merupakan metode kontrasepsi hormonal yang efektif, tidak permanen dan dapat mencegah terjadinya kehamilan antara 3 – 5 tahun. Metode ini dikembangkan oleh *The Population Council* yaitu suatu organisasi internasional

yang didirikan tahun 1952 untuk mengembangkan teknologi kontrasepsi.⁵⁷

7) Kontrasepsi Mantab (Kontab)

Kontrasepsi mantab adalah pemotongan/ pengikatan kedua saluran telur wanita (tubektomi) atau kedua saluran sperma laki-laki (vasektomi). Cara kerja dari kontrasepsi ini adalah mencegah pertemuan sel telur dengan sperma.

8. Kewenangan Bidan

Bidan bertugas memberikan pelayanan dalam penyelenggaraan praktik kebidanan yang meliputi pelayanan kesehatan ibu, pelayanan kesehatan anak, pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana serta pelaksanaan tugas berdasarkan pelimpahan wewenang dan/atau pelaksanaan tugas dalam keadaan keterbatasan tertentu menurut pasal 46 ayat 1, UU Kebidanan No. 4 tahun 2019. Dalam menyelenggarakan praktik kebidanan sesuai pasal 47 ayat 1 UU Kebidanan No. 4 tahun 2019 bidan dapat berperan sebagai pemberi pelayanan kebidanan, pengelola pelayanan kebidanan, penyuluh dan konselor, pendidik, pembimbing, dan fasilitator klinik, penggerak peran serta masyarakat dan pemberdayaan perempuan, dan/atau peneliti. Bidan berhak melakukan kegiatan secara mandiri, kolaborasi, dan/atau rujukan sesuai tingkat kasus yang dihadapi.⁵⁸

Pada pelayanan kesehatan ibu, bidan berwenang memberikan asuhan kehamilan normal, persalinan normal, masa nifas, pertolongan pertama kegawatdaruratan dilanjutkan rujukan serta melakukan deteksi dini kasus risiko dan komplikasi dilanjutkan rujukan. Pada pelayanan kesehatan anak, bidan berwenang memberikan asuhan bayi baru lahir, bayi, balita dan anak prasekolah, memberikan imunisasi program pemerintah, melakukan pemantauan tumbuh kembang dan penanganan kegawatdaruratan dilanjutkan rujukan. Bidan dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga

berencana berwenang melakukan komunikasi, informasi, edukasi, konseling, dan memberikan pelayanan kontrasepsi sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan. Peraturan pemberian pelayanan kontrasepsi diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) No 28 tahun 2017. Bidan berwenang memberikan pelayanan kontrasepsi oral, kondom, dan suntikan. Bidan juga memiliki kewenangan memberikan pelayanan berdasarkan penugasan dari pemerintah sesuai kebutuhan dan/atau akibat adanya pelimpahan wewenang. Kewenangan memberikan pelayanan berdasarkan penugasan dari pemerintah sesuai kebutuhan salah satunya terdiri atas pemberian kewenangan berdasarkan program pemerintah. Bidan berhak mendapatkan kewenangan tersebut setelah mendapatkan pelatihan. Program pemerintah yang dimaksud untuk dapat dilaksanakan bidan dalam bidang KB adalah pemberian AKDR/IUD dan AKBK/Implan.⁵⁹

9. Asuhan SOAP

Asuhan SOAP meliputi data Subjektif, Objektif, Analisa dan Penatalaksanaan merupakan metode yang digunakan dalam melakukan pengkajian dan penatalaksanaan pada pasien. Hal yang perlu dikaji dan tujuan dari pengkajian dijelaskan sebagai berikut :

a. Identitas

- 1) Nama : Mengetahui nama pasien berguna untuk memperlancar komunikasi dalam asuhan sehingga tidak terlihat kaku dan lebih akrab
- 2) Umur : Umur perlu dikaji guna mengetahui umur pasien yang akan diberikan asuhan
- 3) Agama : Untuk mengetahui keyakinan serta cara pandang yang dianutnya
- 4) Pendidikan : Menanyakan pendidikan tertinggi yang klien

tamatkan. Informasi ini membantu klinis memahami klien sebagai individu dan memberi gambaran pengetahuan klien

- 5) Suku/ Bangsa : Untuk mengetahui sosial budaya dan adat istiadat untuk memperoleh gambaran tentang budaya yang dianut pasien apakah bertentangan atau mendukung pola – pola Kesehatan
- 6) Pekerjaan : Untuk mengetahui apakah pasien berada dalam keadaan masih sekolah, bekerja, dan status ekonomi keluarga
- 7) Alamat : Untuk mengetahui daerah lingkungan tempat tinggal, karena lingkungan sangat berpengaruh terhadap kesehatan pasien

b. Data Subjektif

- 1) Keluhan utama : Dikaji untuk mengetahui apa keluhan atau masalah kesehatan pasien, dan sejak kapan hal tersebut dikeluhkan pasien
- 2) Riwayat pernikahan : Untuk mengetahui umur pasien pada pernikahan pertama dan jumlah pernikahan serta lama pernikahan
- 3) Riwayat menstruasi : Untuk mengetahui permasalahan kesehatan pasien ditinjau dari riwayat menstruasi meliputi usia menarche, siklus, lamanya, dan volume serta keluhan saat menstruasi
- 4) Riwayat kehamilan persalinan, nifas yang lalu : Untuk mengetahui riwayat antenatal ibu pada kehamilan sebelumnya dan riwayat intranatal sebelumnya
- 5) Riwayat kontrasepsi : Untuk mengetahui penggunaan kontrasepsi yang pernah digunakan oleh pasien

- 6) Riwayat kesehatan : Data dari riwayat kesehatan ini dapat kita gunakan sebagai penanda (warning akan adanya penyulit). Riwayat Kesehatan ini meliputi riwayat kesehatan pasien sekarang dan terdahulu, dan riwayat kesehatan keluarga
- 7) Pola pemenuhan nutrisi : Data ini penting untuk diketahui agar bisa mendapatkan bagaimana pasien mencukupi asupan gizinya
- 8) Pola Eliminasi : Dikaji meliputi pola BAB dan BAK meliputi frekuensi, jenis, warna dan keluhan
- 9) Aktivitas : Data ini memberikan gambaran tentang seberapa berat aktivitas yang biasa dilakukan pasien di rumah
- 10) Istirahat : Jadwal istirahat perlu diperhatikan karena istirahat dan tidur yang teratur dapat meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani
- 11) *Personal hygiene* : Kebersihan jasmani sangat penting karena saat remaja banyak berkeringat terutama di daerah lipatan kulit. Mandi 2- 3x sehari membantu kebersihan badan dan mengurangi infeksi. Pakaian sebaiknya dari bahan yang dapat menyerap keringat, sehingga badan selalu kering terutama di daerah lipatan kulit
- 12) Riwayat psikososial : Untuk mengetahui apakah kehamilan ini direncanakan atau tidak, pengetahuan ibu tentang kehamilan, persiapan dan rencana persalinan pada kehamilan ini

c. Data Objektif

- 1) Pemeriksaan umum meliputi keadaan umum, tanda vital, pemeriksaan antropometri
- 2) Pemeriksaan fisik *head to toe* termasuk pemeriksaan abdomen yang meliputi pemeriksaan inspeksi, palpasi dan auskultasi

3) Pemeriksaan penunjang yang meliputi pemeriksaan laboratorium sederhana, pemeriksaan USG oleh dokter spesialis kandungan, atau pemeriksaan dalam pada saat persalinan

d. Analisa

Analisa dapat ditegakkan dari hasil pengkajian data subjektif dan data objektif. Pada bagian analisa dijelaskan diagnosa pada pasien, diagnosa potensial, kebutuhan serta rencana tindakan/penatalaksanaan.

e. Penatalaksanaan

Pelaksanaan asuhan yang dilakukan sesuai dengan apa yang sudah teridentifikasi dari kondisi pasien atau dari setiap masalah yang berkaitan, dari kerangka pedoman antisipasi terhadap wanita tersebut, apa yang akan terjadi berikutnya, apakah dibutuhkan penyuluhan, konseling, dan apakah perlu merujuk dan berkolaborasi dengan tenaga medis yang lain bila ada masalah-masalah yang berkaitan dengan keluhan pasien yang dialami. Dengan kata lain, asuhan terhadap pasien tersebut harus mencakup setiap hal yang berkaitan dengan semua aspek asuhan kesehatan.

f. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengkaji keefektifan dari asuhan yang sudah diberikan dan mengetahui sejauh mana keberhasilan asuhan yang diberikan kepada pasien, mengacu kepada tujuan asuhan kebidanan, efektivitas tindakan untuk mengatasi masalah dan hasil asuhan.

10. Rangkuman Jurnal

Tabel. 7 Rangkuman Jurnal

No	Peneliti, Tahun, Judul	Metode	Hasil
1	Melati Nur Arummega, dkk, 2022, Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III : Literatur Review	Literatur review	Dari 9 artikel nasional dan 15 internasional, diketahui faktor yang mempengaruhi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III diklasifikasikan dari usia kehamilan, umur, paritas, aktivitas sehari-hari yang berpengaruh terhadap nyeri punggung dan <i>body relaxation</i> dapat mengurangi nyeri punggung
2	Lina Fitriani, 2018, Efektivitas Snam Hamil dan Yoga Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Pekkabata	Quasi <i>experimental</i> dengan <i>two group pre test – post test</i>	Senam hamil efektif dalam menurunkan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III dengan hasil <i>pvalue</i> = 0,000 dan nilai <i>mean</i> yaitu 26. Sedangkan yoga hamil juga efektif dengan hasil <i>pvalue</i> = 0,000 dan nilai <i>mean</i> yaitu 29. Dengan demikian yoga hamil lebih efektif dalam menurunkan nyeri punggung bawah.
3	Maghfiroh, 2021, Penatalaksanaan Odema Ekstremitas Bawah Pada Ibu Postpartum Fisiologis Hari ke 1-3 di BPM Mutmainah S.ST, Bd,SE Kecamatan Tanjung Bumi Bangkalan	Metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus	Proses penyembuhan kaki bengkak dengan pemberian kompres hangat dan kaki ditinggikan sama-sama efektif

4	Dyah Ayu Lestari & Nikmatul Khayati, 2023, Pemberian Kompres Hangat Basah Dapat Mengurangi Pembengkakan Payudara Pada Masa Laktasi	Metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus	Penerapan kompres hangat mampu menurunkan pembengkakan payudara pada pasien post partum SC. Kompres hangat akan memberi efek vasodilatasi otot polos pada pembuluh darah. Efek vasodilatasi pembuluh darah akan meningkatkan suplai hormon oksitosin pada payudara, nyeri payudara menurun, kenyamanan dalam menyusui meningkat, sehingga menyusui lebih sering dan bendungan ASI menurun
5	<i>Loretta Anderson, et al, 2019, Effectiveness of breast massage for the treatment of women with breastfeeding problems : a systematic review</i>	<i>Systematic review</i>	Semua penelitian yang dikaji, melaporkan penurunan rasa sakit terlepas dari teknik pijat payudara yang digunakan. Secara keseluruhan, berbagai jenis pijat payudara bermanfaat dalam mengurangi rasa sakit dan mengatasi gejala