

## **BAB II**

### **KAJIAN KASUS DAN TEORI**

#### **A. Kajian Kasus**

##### **1. Asuhan Kehamilan**

Ny. D usia 35 tahun, pendidikan terakhir Sarjana, bekerja sebagai karyawan swasta. Suami Ny. D yaitu Tn. A berusia 37 tahun, pendidikan terakhir Sarjana bekerja sebagai Karyawan Swasta. Ny. D dan suami tinggal di Sanggrahan, Rt 03, Kowen II, Timbulharjo, Bantul. Berdasarkan riwayat menstruasi, siklus menstruasi teratur 28 hari, lama menstruasi 7 hari, tidak ada keputihan dan saat menstruasi tidak mengalami nyeri haid/dismenorea. Hari pertama haid terakhir (HPHT) 08 Juni 2025, dan HPL 15 Maret 2026. Riwayat perkawinan status sudah menikah. Ny. D mengatakan pernah menikah 1 kali. Menikah pertama tahun 20. Ny. D mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit seperti penyakit jantung, asma, DM, ginjal, TBC, maupun HIV/AIDS.

Berdasarkan riwayat menstruasi, siklus menstruasi teratur 28 hari, lama menstruasi 7 hari, tidak ada keputihan dan saat menstruasi tidak mengalami nyeri haid/dismenorea.

Riwayat kehamilan dan persalinan yang lalu ibu belum pernah hamil dan melahirkan, saat ini merupakan kehamilan pertama. Riwayat KB tidak menggunakan KB. Pola Nutrisi Ny. D makan 3-4x sehari dengan lauk pauk yang mengandung protein hewani dan nabati tanpa ada keluhan. Minum kurang lebih 2 liter per hari tanpa ada keluhan.

Pola Aktivitas Ny. D melakukan pekerjaan di sebuah kantor cabang PT Amerta Indah Otsuka (produsen Pocari Sweat), yang tergolong sebagai aktivitas fisik intensitas sedang karena bekerja di bagian administrasi dan cukup sering mengikuti program senam hamil. Pola istirahat ibu tidur siang terkadang 1 sampai 2 jam, tidur malam +/- 8 jam. Pola Personal hygiene Ny. D Mandi 2 kali sehari, menggunakan

pakaian berbahan katun dan mengganti pakaiannya jika tidak nyaman, Ny. D selalu menjaga area kewanitaannya dengan menyiram dengan air bersih dari depan ke belakang setiap selesai BAB dan BAK. Pola Seksual pada Ny.D 2x/minggu.

Ny. D menerima kehamilannya dengan perasaan yang sangat positif dan penuh harapan. Ia mengatakan bahwa sejak awal kehamilan, ia sangat menantikan kehadiran buah hati ini, sehingga secara rutin memeriksakan kehamilannya ke tenaga kesehatan, menjaga pola makan bergizi, serta memperhatikan waktu istirahat yang cukup. Dukungan keluarga, terutama dari suami, sangat kuat dalam mendampingi proses kehamilan hingga pasca persalinan yang akan membantu dalam proses pemulihan dan adaptasi ibu terhadap peran barunya.

Selama kehamilan ini, Ny. D sudah memeriksakan kehamilannya sebanyak 13 kali. Pelayanan antenatal (*Antenatal Care/ANC*) pada kehamilan normal minimal 6x dengan rincian 2x di trimester 1, 1x di trimester 2, dan 3x di trimester 3. Ibu mengatakan sampai saat ini, gerak janin masih aktif dan dalam 12 jam terakhir terdapat 10 gerakan hingga lebih.

Asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. D dilakukan pada tanggal 02 Maret 2026 usia kehamilan 38<sup>+1</sup> minggu, Ny. D datang ke Puskesmas Sewon 1 untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, dalam kunjungan ini ibu mengatakan keluhan sering ingin BAK. Setelah dilakukan pemeriksaan fisik didapatkan hasil data objektif pada Ny. D yaitu keadaan umum baik, kesadaran composmentis, TD 112/74 mmHg, MAP 87 mmhg, suhu 36,2<sup>0</sup>C, pernapasan 20 x/menit, nadi 93x/m, LILA 30 CM, BB 64,3 kg, BB sebelum hamil 53 kg, TB 155, IMT 22,1 kg/m<sup>2</sup>. Hasil pemeriksaan abdomen yaitu TFU 31 cm, presentasi kepala sudah masuk PAP, punggung kanan, DJJ 155 x/m. Riwayat pemeriksaan penunjang dari pemeriksaan. Setelah dilakukan pemeriksaan dilanjutkan memberi KIE pada Ny. D mengenai pemenuhan asupan nutrisi, tanda-tanda persalinan, selalu mematuhi protokol kesehatan,

rutin mengkonsumsi vitamin ibu hamil, dan kunjungan ulang 1 minggu lagi.

Pada tanggal 9 Maret 2026 datang kembali ke Puskesmas Sewon 1 untuk melakukan kontrol kehamilan dan mengatakan saat ini masih memiliki keluhan yang sama yaitu sering ingin BAK. tanda vital baik dengan hasil TD 116/74 mmHg, MAP 88 mmHg, suhu 36,2<sup>0</sup>C, pernapasan 20 x/menit, nadi 84x/m, LILA 30 CM, BB 65 kg, TB 155. Hasil pemeriksaan abdomen yaitu TFU 31 cm, presentasi kepala sudah masuk PAP, punggung kanan, DJJ 146 x/m. Selanjutnya, memberikan penjelasan mengenai kondisi ibu dan memberikan kie mengenai tanda-tanda dan persiapan persalinan. Ibu diberikan rujukan ke RS PKU Muhammadiyah karena Risiko Usia ibu >35 tahun dan dari keinginan pribadi yang ingin melakukan persalinan di lokasi tersebut.

Memberikan KIE terkait KB IUD pasca-persalinan pada ibu, mengingat usia ibu yang saat ini menjadi faktor Risiko > 35 tahun. Menjelaskan seperti pengertian, cara kerja, efek samping, keuntungan dan kerugian pemakaian.

## 2. Asuhan Persalinan

Pengkajian ini di dapatkan berdasarkan wawancara dengan Ny. D dikarenakan yang mendampingi persalinan adalah pihak keluarga dari Ny. D. Pada tanggal 24 Maret 2026, kehamilan dengan usia kandungan 41 minggu 2 hari. Ibu mengatakan belum merasakan kontraksi atau tanda-tanda persalinan lainnya. Sehingga memutuskan untuk melakukan pemeriksaan di RSU PKU Muhammadiyah Bantul. Hasil pemeriksaan menunjukkan pemeriksaan fisik ibu dan kesejahteraan janin dalam batas normal. Akan tetapi, sesuai petunjuk dokter sebaiknya dilakukan persalinan dengan induksi segera untuk mencegah kemungkinan risiko berlanjut mengingat saat ini usia kandungan ibu termasuk kategorin Late – Aterm dan ibu memiliki risiko tinggi dalam usia ibu. Pada tanggal 25 Maret 2026, pukul 07.00 WIB, dilakukan induksi persalinan pada ibu. Ibu diberikan induksi dengan cairan infus

oksitosin melalui pembuluh darah intravena (IV) dengan mencampur 5 IU oksitosin dalam 500 ml cairan krsitaloid.

Pada pukul 21.00 WIB, setelah dilakukan pemantauan selama 12 jam, penambahan pembukaan serviks ibu hanya sebanyak 2 cm. Ibu mengeluhkan lemas dan tidak dapat makan akibat mual yang dirasakan. Mual yang dirasakan ibu merupakan efek samping dari penggunaan oksitosin. Ibu merasa tidak sanggup jika harus melanjutkan induksi atau melakukan persalinan secara spontan karena tenaga atau fisik ibu yang lemah, sehingga ibu meminta untuk dilakukan tindakan operasi SC (*Sectio Caesarea*). Sebelum dilakukan tindakan operasi Sc, pasien diminta puasa selama 6 jam sebelum dilakukan operasi.

Pada tanggal 26 Maret 2026, pukul 07.00 WIB, ibu memasuki ruang operasi untuk dilakukan operasi SC (*Sectio Caesarea*), dan selesai pada pukul 07.50 WIB. Bayi menangis kuat, gerakan aktif, jenis kelamin Perempuan, BB 3.400 gram, PB 48 cm. Persalinan telah berjalan dengan lancar dan sekaligus dilakukan pemasangan KB IUD pasca plasenta. IUD (*Intra Uterine Device*).

Hasil wawancara dengan Ny. D terdapat pengeluaran ASI payusara kanan dan kiri masih sedikit. Namun, telah diberikan KIE IMD (Inisiasi Menyusui Dini) dan Teknik menyusui yang benar. Bagian perut teraba keras dan mulas. Kondisi ibu yang baik dan dapat melakukan mobilisasi. Ibu dipindahkan ke ruang nifas untuk dilakukan pemantauan kondisi ibu.

### 3. Asuhan Bayi Baru Lahir

Pada tanggal 03 April 2026, dilakukan kunjungan pertama pada bayi baru lahir, dengan usia bayi 7 hari dari hari persalinan, dan termasuk kategori KN 2 (3-7 hari). Dari hasil pemeriksaan subjektif, ibu mengatakan senang dengan kelahiran bayinya. Bayi sudah menyusui kuat dan menyusui setiap 1-2 jam tanpa ada masalah. Bayi sudah BAB dan BAK. Pada pemeriksaan objektif, dilakukan pemeriksaan fiisk yang bertujuan untuk mengathui sedini mungkin jika terdapat kelainan pada

bayi. Didapatkan hasil keadaan umum bayi baik, BB bayi mengalami penurunan menjadi 3.300 gram, PB 48 cm, lila 12 cm, LK 34 cm, LD 33 cm, pemeriksaan head to toe dengan hasil normal

Penatalaksanaan yang dilakukan ialah memberitahu hasil pemeriksaan kepada Ny. D bahwa kondisi bayi baik. Memberikan KIE kepada ibu untuk menjaga agar bayi tetap kering dan hangat, serta kebersihan tali pusat, selalu pastikan bayi menggunakan topi dan tidak menyalakan kipas dengan arah langsung ke bayi dan dalam jarak dekat karena mekanisme pengaturan temperature tubuh pada BBL belum berfungsi sempurna. Oleh karena itu, jika tidak segera dilakukan upaya pencegahan kehilangan panas tubuh maka bayi baru lahir dapat mengalami hipotermi. Menganjurkan ibu untuk menjemur bayi pada saat pagi hari, sekitar jam 7-9 pagi, agar bayi terkena sinar matahari pagi. Sinar matahari sangat penting untuk sintesis vitamin D.

Pada tanggal 10 april 2026, dilakukan kunjungan kedua, dengan usia bayi 14 hari setelah kelahiran. Dari hasil pemeriksaan subjektif, ibu mengatakan tidak ada masalah dan mengatakan anaknya sudah mengalami kenaikan BB dari sebelumnya. Pada pemeriksaan objektif, dilakukan pemeriksaan fisik dengan hasil keadaan umum bayi baik, BB bayi mengalami kenaikan menjadi 3.450 gram, PB 48 cm, lila 12 cm, LK 34 cm, LD 33 cm, pemeriksaan head to toe dengan hasil normal, dan tali pusat sudah puput.

Penatalaksanaan yang dibeikan pada kunjungan ini adalah beritahu ibu dan keluarga tentang hasil pemeriksaan, memeriksa apakah ada tanda bahaya pada bayi, jaga kehangatan bayi, pastikan bayi dalam keadaan bersih dan aman, motivasi ibu untuk tetap menyusui bayinya setiap 2 jam atau jika bayinya ingin menyusu dan memberikan bayinya ASI saja tanpa tambahan makanan apapun sampai 6 bulan, pastikan ibu telah menyusui dengan baik dan dengan teknik menyusui yang benar, anjurkan ibu untuk mengikuti posyandu bayinya setiap 1 bulan sekali yang ada di wilayah ibu untuk mengetahui pertumbuhan bayinya dan

setiap posyandu selalu membawa buku KIA, berikan konseling pada ibu tentang jadwal imunisasi.

Pada tanggal 12 April 2026, dilakukan kunjungan ketiga, dengan usia bayi 16 hari setelah kelahiran. Dari hasil pemeriksaan subjektif, ibu mengatakan tidak ada masalah setelah kemarin melakukan control kembali ke Rumah sakit. BB 3.510 gram, PM 48 cm, lila 12 cm, LK 34 cm, LD 33 cm. Penatalaksanaan yang dilakukan terkait ASI on demand, menjaga kehangatan bayi dan melakukan imunisasi rutin sesuai usia bayi di pelayanan kesehatan terdekat.

Pada tanggal 23 April 2026, dilakukan kunjungan ke empat, dengan usia bayi 25 hari setelah kelahiran. Dari hasil pemeriksaan subjektif, ibu mengatakan tidak ada masalah dan mengatakan anaknya sudah mengalami kenaikan BB dari sebelumnya. Pada pemeriksaan objektif, dilakukan pemeriksaan fisik dengan hasil keadaan umum bayi baik, BB bayi mengalami penurunan menjadi 4.030 gram, PB 49 cm, lila 12 cm, LK 34 cm, LD 33 cm, pemeriksaan head to toe dengan hasil normal, dan tali pusat sudah puput. Sudah dilakukan imunisasi BCG (*Bacille Calmette Guerin*) di Puskesmas Sewon I.

Penatalaksanaan yang dibeikan pada kunjungan ini adalah beritahu ibu dan keluarga tentang hasil pemeriksaan, memeriksa adanya tanda bahaya pada bayi, jaga kehangatan bayi, pastikan bayi dalam keadaan bersih dan aman, motivasi ibu untuk tetap menyusui bayinya setiap 2 jam atau jika bayinya ingin menyusui dan memberikan bayinya ASI saja tanpa tambahan makanan apapun sampai 6 bulan, pastikan ibu telah menyusui dengan baik dan dengan teknik menyusui yang benar, anjurkan ibu untuk mengikuti posyandu bayinya setiap 1 bulan sekali yang ada di wilayah ibu untuk mengetahui pertumbuhan bayinya dan setiap posyandu selalu membawa buku KIA, berikan konseling pada ibu tentang jadwal imunisasi sesuai usia bayi.

#### 4. Asuhan Masa Nifas

Pada tanggal 03 April 2026, dilakukan kunjungan pertama pada Ny. D, yang masuk dalam kategori KF 2. Dari hasil pengkajian subjektif, ibu merasakan senang dengan kelahiran anak pertamanya, anak yang sangat diharapkan. Ibu mengatakan keluhannya yaitu masih merasakan nyeri pada jahitan luka di abdomen. Ibu sudah makan dan minum dengan asupan gizi yang baik, konsumsi vitamin penambah darah dan vitamin A. Eliminasi pada ibu sudah baik, ibu sudah BAB dan BAK dengan baik tanpa rasa takut. Pola istirahat ibu sedikit terganggu karena bayi yang rewel saat malam hari, namun ibu masih dapat beristirahat dengan baik karena dukungan dan bantuan keluarga dalam bergantian menjaga bayi. Pada pemeriksaan objektif, didapatkan hasil TD 110/78 mmHg, MAP 88,6 mmHg, nadi 82 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, suhu 36,2<sup>0</sup>C. Pemeriksaan fisik dalam batas normal, ASI sudah keluar dengan lancar, TFU pertengahan antara pusat dengan simfisis, dan kontraksi keras, jahitan luka SC masih basah, tidak ada tanda infeksi. Pada genetalia terdapat pengeluaran darah berwarna merah kecoklatan atau merah kuning, berisi darah dan lender (Lochea Sanguinolenta), sebanyak setengah pembalut. Ekstermitas tidak odema, gerak aktif

Menjelaskan pada ibu mengenai nyeri luka SC yang dirasakan ibu merupakan hal yang normal. Mengajarkan Teknik pijat refleksi pada ibu. Kemudian, menganjurkan ibu untuk mengonsumsi makanan bergizi seimbang, terutama yang mengandung protein, seperti ikan, ayam, tempe, tahu, telur, dan lain-lain. Mengajarkan ibu mengenai personal hygiene yang baik dan perawatan luka SC di abdomen. Memberikan KIE tanda bahaya nifas seperti perdarahan hebat, demam, keluar cairan berbau dari jalan lahir, kejang, serta payudara bengkak kemerahan disertai sakit dan juga menjelaskan pada ibu cara mengetahui baik tidaknya kontraksi uterus.

Pada tanggal 10 April 2026, dilakukan kunjungan kedua pada Ny. D, yang masuk dalam kategori KF 3. Dari hasil pengkajian subjektif,

ibu mengatakan saat ini tidak memiliki keluhan. Ibu mengatakan keluarga dan lingkungan sangat membantu dan mendukung penyembuhan ibu.

Pada pemeriksaan objektif, didapatkan hasil TD 111/71 mmHg, MAP 84,3 mmHg, nadi 78 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, suhu 36,3<sup>0</sup>C. Pemeriksaan fisik (head to toe) dalam batas normal, ASI keluar dengan lancar, TFU 1jari diatas simfisis, jahitan luka SC sudah kering, tidak ada tanda infeksi. Pada genetalia terdapat pengeluaran darah berwarna putih kekuningan atau putih bening (Lochea Alba).

Menganjurkan ibu untuk tetap menyusui anaknya dengan kedua payudara secara bergantian supaya tidak terjadi bendungan ASI. Memberikan KIE ASI eksklusif, dengan melibatkan suami dan keluarga. Asi eksklusif Adalah pemberian ASI saja pada bayi usia 0-6 bulan tanpa pemberian tambahan cairan lainnya, seperti susu formula, air jeruk, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, papaya, bubur susu, biscuit, dan nasi tim.

Pada tanggal 23 April 2026, dilakukan kunjungan ketiga pada Ny. D, yang masuk dalam kategori KF 3. Dari hasil pengkajian subjektif, ibu mengatakan saat ini tidak memiliki keluhan. Ibu mengatakan keluarga dan lingkungan sangat membantu dan mendukung penyembuhan ibu.

Pada pemeriksaan objektif, didapatkan hasil TD 110/72 mmHg, MAP 84,6 mmHg, nadi 76 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, suhu 36,3<sup>0</sup>C. Pemeriksaan fisik (head to toe) dalam batas normal, ASI keluar dengan lancar, TFU 1jari diatas simfisis, jahitan luka SC sudah kering, tidak ada tanda infeksi. Pada genetalia terdapat pengeluaran darah berwarna putih kekuningan atau putih bening (Lochea Alba).

Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan pemenuhan nutrisi dengan makanan yang mengandung karbohidrat, protein, vitamin, serat, vitamin, lemak, dan kacang-kacangan. Memberikan edukasi terkait pemenuhan waktu istirahat dengan mengusahakan ikut istirahat saat bayi tidur. Memberikan edukasi terkait perawatan payudara agar tidak

terjadi bendungan ASI, atau putting lecet. Memberikan edukasi terkait penimbangan ASI dalam kantong ASI secara baik dan benar.

5. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Akseptor KB

Pada tanggal 03 April 2026, dilakukan kunjungan pertama pada Ny. D, sebagai akseptor KB. Berdasarkan pemeriksaan subjektif, ibu mengatakan sudah menggunakan kontrasepsi KB IUD Pasca Plasenta atau Pasca Salin dan mengatakan saat ini tidak memiliki keluhan terkait KB. Ibu mengatakan memilih KB ini berdasarkan pemahaman yang telah diberikan oleh mahasiswa kebidanan dan atas dari dokter. Ibu memahami saat ini usianya menjadi faktor risiko dalam kehamilan yang dapat menyebabkan bahaya bagi kesehatannya maupun anaknya, sehingga ibu sangat yakin dengan keputusan yang diambil. Suami dan keluarga juga memberikan dukungan terhadap pilihan ibu terkait KB.

Pada pemeriksaan objektif, didapatkan hasil TD 110/78 mmHg, MAP 88,6 mmHg, nadi 82 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, suhu 36,2<sup>0</sup>C. Pemeriksaan fisik dalam batas normal, ASI sudah keluar dengan lancer, TFU pertengahan antara pusat dengan simfisis, dan kontraksi keras, jahitan luka SC masih basah, tidak ada tanda infeksi. Pada genitalia terdapat pengeluaran darah berwarna merah kecoklatan atau merah kuning, berisi darah dan lender (Lochea Sanguinolenta), sebanyak setengah pembalut. Ekstermitas tidak odema, gerak aktif. Penatalaksanaan dengan menjelaskan kembali terkait KB IUD kepada ibu.

Pada tanggal 10 April 2026, dilakukan kunjungan kedua (evaluasi) pada Ny. D, sebagai akseptor KB. Berdasarkan pemeriksaan subjektif, ibu mengatakan tidak memiliki keluhan dengan KB yang digunakan. Dan sudah melakukan kontrol KB IUD 1 minggu pasca pemasangan di Rumah Sakit dengan hasil normal, posisi IUD baik.

Pada pemeriksaan objektif, didapatkan hasil TD 112/76 mmHg, MAP 88 mmHg, nadi 78 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, suhu 36,3<sup>0</sup>C. Pemeriksaan fisik (head to toe) dalam batas normal, ASI keluar

dengan lancar, TFU 1 jari diatas simfisis, jahitan luka SC sudah kering, tidak ada tanda infeksi. Pada genetalia terdapat pengeluaran darah berwarna putih kekuningan atau putih bening (Lochea Alba).

## **B. Kajian Teori**

### **1. Asuhan Kebidanan *Contunuity Of Care***

Konsep Dasar Teori Kehamilan *Continuity Of Care* dalam kebidanan merupakan serangkaian kegiatan pelayanan berkesinambungan mulai dari kehamilan, persalinan, nifas, bayi baru lahir, serta keluarga berencana. 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.<sup>7</sup>

*Continuity Of Care* memiliki tiga jenis pelayanan yaitu manajemen, informasi dan hubungan. Kesinambungan manajemen melibatkan komunikasi antara perempuan dan bidan. Kesinambungan informasi menyangkut ketersediaan waktu yang relevan. Kedua hal tersebut penting untuk mengatur dan memberikan pelayanan kebidanan.<sup>6</sup> 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. 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.<sup>9</sup>

## 2. Konsep Dasar Teori Kehamilan

### a. *Antenatal Care (ANC)*

*Antenatal Care* adalah upaya preventif program pelayanan kesehatan obstetrik optimalisasi luaran maternal dan neonatal melalui serangkaian kegiatan pemantauan selama kehamilan.<sup>10</sup> Ibu hamil dapat melaksanakan pemeriksaan kehamilan di sarana kesehatan seperti rumah sakit, puskesmas, posyandu, praktek mandiri bidan dan dokter praktik.<sup>10</sup> Frekuensi kunjungan ANC Minimal 2 kali pada trimester I, Minimal 1 kali pada trimester II, Minimal 3 kali pada trimester III

#### 1) Tujuan ANC

- a) Mempromosikan dan menjaga kesehatan fisik maupun mental ibu dan bayi dengan pendidikan, nutrisi, kebersihan diri, serta proses kelahiran bayi.
- b) Mendeteksi dan menatalaksanaan komplikasi medis, beda, atau obstetri selama kehamilan.
- c) Memantau kemajuan kehamilan, memastikan kesejahteraan ibu, dan tumbuh kembang janin.
- d) Mengembangkan persiapan persalinan serta kesiapan menghadapi komplikasi.
- e) Membantu menyiapkan ibu untuk menyusui dengan sukses, menjalankan nifas normal, serta merawat anak secara fisik, psikologis, dan sosial.
- f) Mempersiapkan ibu dan keluarga dapat berperan dengan baik dalam memelihara bayi agar dapat tumbuh dan berkembang secara normal.

#### 2) Standar ANC yang diprogramkan

Standar pelayanan ANC meliputi standar 10T, sehingga

ibu hamil yang datang memperoleh pelayanan komprehensif dengan harapan antenatal care dengan standar 10T dapat sebagai daya ungkit pelayanan kehamilan dan diharapkan ikut andil dalam menurunkan angka kematian ibu.<sup>11</sup> Pelayanan sesuai standart, yaitu 10 T sesuai dengan kebijakan Pengurus Pusat Ikatan Bidan Indonesia (PPIBI), ada sepuluh standar pelayanan yang harus dilakukan oleh bidan atau tenaga kesehatan yang dikenal dengan 10T. Pelayanan atau asuhan standar minimal 10T adalah sebagai berikut:<sup>10</sup>

a) Timbang berat badan dan ukur tinggi badan (T1)

Pada kunjungan antenatal pertama (Trimester I), pengukuran berat badan dan tinggi badan ibu hamil sangat penting untuk mengevaluasi status gizi dan risiko kehamilan. Penimbangan rutin selama kehamilan juga membantu memantau pertumbuhan janin. Penambahan berat badan ideal berkisar antara 11–16 kg, tergantung status IMT sebelum hamil. Kenaikan berat badan kurang dari 9 kg atau kurang dari 1 kg per bulan bisa menunjukkan risiko gangguan pertumbuhan janin atau malnutrisi maternal.

Pengukuran tinggi badan bertujuan mendeteksi risiko Cephalo Pelvic Disproportion (CPD) pada ibu dengan tinggi badan di bawah 145 cm, yang bisa menyebabkan kesulitan saat persalinan. Perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah komponen penting dalam penilaian status gizi ibu

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)}^2}$$

| Klasifikasi          | IMT (kg/m <sup>2</sup> )    | Rekomendasi Penambahan Berat Badan |
|----------------------|-----------------------------|------------------------------------|
| Tabel 1. Klasifikasi |                             |                                    |
| Kurus (Underweight)  | <18,5 kg/m <sup>2</sup>     | 12,5-18 kg                         |
| Normal               | 18,5-22,9 kg/m <sup>2</sup> | 11,5-16 kg                         |
| Gemuk                | 25.0-29,9 kg/m <sup>2</sup> | 7-11,5 kg                          |
| Obesitas             | >30,0 kg/m <sup>2</sup>     | 5-9 kg                             |

Sumber: Menurut Keputusan Direktur Jenderal Kesehatan tentang Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan Berbahan Pangan Lokal bagi Ibu Hamil dan Balita Bermasalah Gizi<sup>12</sup>

b) Nilai status gizi (Ukur Lingkar Lengan Atas /LILA) (T2)

Pengukuran LILA hanya dilakukan pada kontak pertama oleh tenaga kesehatan di trimester I untuk skrining ibu hamil berisiko Kekurangan Energi Kronik (KEK). KEK disini maksudnya ibu hamil yang mengalami kekurangan gizi dan telah berlangsung lama (beberapa bulan/tahun) dimana LILA kurang dari 23,5 cm. Ibu hamil dengan KEK akan dapat melahirkan bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR).

c) Ukur tekanan darah (T3)

Tekanan darah yang normal 100/70 – 140/90 mmHg, pengukuran tekanan darah pada setiap kali kunjungan antenatal dilakukan untuk mendeteksi adanya hipertensi (tekanan darah melebihi 140/90 mmHg) perlu diwaspadai pada kehamilan dan terjadinya pre eklampsia (hipertensi disertai odema wajah dan atau tungkai bawah; dan atau proteinuria.

d) Ukur tinggi fundus uteri (T4)

Pengukuran tinggi fundus pada setiap kali kunjungan antenatal dilakukan untuk mendeteksi pertumbuhan janin

sesuai atau tidak dengan umur kehamilan. Jika tinggi fundus tidak sesuai dengan umur kehamilan, kemungkinan ada gangguan pertumbuhan janin. Standar pengukuran menggunakan pita pengukur setelah kehamilan 24 minggu.

e) Tentukaan Presentasi Janin dan Denyut Jantung Janin (DJJ) (T5)

Menentukan presentasi janin dilakukan pada akhir trimester II dan selanjutnya setiap kali kunjungan antenatal. Pemeriksaan ini dimaksudkan untuk mengetahui letak janin. Jika pada trimester III bagian bawah janin bukan kepala, atau kepala janin belum masuk ke panggul berarti ada kelainan letak, panggul sempit atau ada masalah lain. Penilaian DJJ dilakukan pada akhir trimester I dan selanjutnya setiap kali kunjungan antenatal. DJJ lambat kurang dari 120/menit atau DJJ cepat lebih dari 160/menit menunjukkan adanya gawat janin.

f) Beri imunisasi Tetanus Toksoid (TT) (T6)

Pada kunjungan pertama ANC, dilakukan skrining status imunisasi TT ibu hamil, apabila diperlukan, diberikan imunisasi pada saat pelayanan antenatal. Tujuan dari imunisasi TT ini yaitu untuk mencegah terjadinya tetanus pada bayi baru lahir serta melengkapi status imunisasi TT.

Tabel 2. Skrining Imunisasi TT

| Riwayat Imunisasi Ibu Hamil | Imunisasi Yang Didapat           | Status Yang Diberikan                                                                                                              |
|-----------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Imunisasi Dasar Lengkap     | DPT-Hb 1<br>DPT-Hb 2<br>DPT-Hb 3 | T1 dan T2                                                                                                                          |
| Anak Sekolah Kelas 1 SD     | DT                               | T3                                                                                                                                 |
| Kelas 2 SD                  | Td                               | T4                                                                                                                                 |
| Kelas 3 SD                  | Td                               | T5                                                                                                                                 |
| Calon Pengantin, Masa Hamil | TT                               | 1. Jika ada status T diatas yang tidak terpenuhi<br>2. Lanjutkan urutan T yang belum terpenuhi<br>3. Perhatikan interval pemberian |

Sumber: PPIBI, 2016: 60<sup>13</sup>

Tabel 3. Interval dalam Perlindungan TT Imunisasi

| Imunisasi | Pemberian Imunisasi | Selang waktu pemberian minimal | Masa Perlindungan |
|-----------|---------------------|--------------------------------|-------------------|
| TT WUS    | T1                  | -                              | -                 |
|           | T2                  | 4 minggu setelah T1            | 3 tahun           |
|           | T3                  | 6 bulan setelah T2             | 5 tahun           |
|           | T4                  | 1 tahun setelah T3             | 10 tahun          |
|           | T5                  | 3 tahun setelah T4             | 25 tahun          |

Sumber: PPIBI, 2016: 60<sup>13</sup>

## g) Beri Tablet Tambah Darah (Tablet Besi) (T7)

Untuk mencegah anemia gizi besi, setiap ibu hamil harus mendapat tablet tambah darah (tablet zat besi) dan Asam Folat minimal 90 tablet selama kehamilan diberikan sejak kontak pertama.

#### h) Periksa Laboratorium (Rutin dan Khusus) (T8)

Pemeriksaan laboratorium dilakukan pada saat antenatal, pemeriksaan dibagi menjadi pemeriksaan laboratorium wajib dan atas indikasi sebagai berikut:

##### (1) Pemeriksaan rutin

###### (a) Pemeriksaan golongan darah

Pemeriksaan golongan darah pada ibu hamil tidak hanya untuk mengetahui jenis golongan darah ibu melainkan juga untuk mempersiapkan calon pendonor darah yang sewaktu-waktu diperlukan apabila terjadi situasi kegawatdaruratan.

###### (b) Pemeriksaan kadar haemoglobin darah (Hb)

Pemeriksaan kadar haemoglobin darah ibu hamil dilakukan minimal sekali pada trimester pertama dan sekali pada trimester ketiga. Pemeriksaan ini ditujukan untuk mengetahui ibu hamil tersebut menderita anemia atau tidak selama kehamilannya karena kondisi anemia dapat mempengaruhi proses tumbuh kembang janin dalam kandungan.

###### (c) Pemeriksaan Human Immunodeficiency Virus (HIV)

Pemeriksaan HIV terutama untuk daerah dengan risiko tinggi kasus HIV dan ibu hamil yang dicurigai menderita HIV. Ibu hamil setelah menjalani konseling kemudian diberi kesempatan untuk menetapkan sendiri keputusannya untuk menjalani tes HIV.

###### (d) Pemeriksaan protein dalam urine

Pada ibu hamil dilakukan pada trimester kedua dan ketiga atas indikasi. Pemeriksaan ini ditujukan untuk mengetahui adanya proteinuria pada ibu

hamil. Proteinuria merupakan salah satu indikator terjadinya pre-eklampsia pada ibu hamil.

(e) Pemeriksaan Hbsag

Semua Ibu hamil secara rutin harus menjalani pemeriksaan HBsAg pada kunjungan awal / trimester I dalam setiap kehamilan,. ibu hamil yang berstatus HBsAg positif, bayinya harus dijamin mendapatkan vaksinasi atau imonoglobulin sesuai kebutuhan.

(f) Pemeriksaan dengan indikasi

- i. Pemeriksaan kadar gula darah (bila ada indikasi)
- ii. Pemeriksaan darah malaria (untuk daerah endemis malaria)
- iii. Pemeriksaan tes Sifilis (bila ada indikasi)
- iv. Pemeriksaan BTA

Pemeriksaan BTA dilakukan pada ibu hamil yang dicurigai menderita penyakit tuberculosis sebagai pencegahan agar infeksi tuberculosis tidak mempengaruhi kesehatan janin.

- v. Pemeriksaan protein dalam urin (Bila ada indikasi)

Pemeriksaan protein dalam urine pada ibu hamil dilakukan pada trimester kedua dan ketiga atas indikasi. Pemeriksaan ini ditujukan untuk mengetahui adanya proteinuria pada ibu hamil. Proteinuria merupakan salah satu indikator terjadinya pre-eklampsia pada ibu hamil.

i) Tatalaksana atau Penanganan Kasus (T9)

Berdasarkan hasil pemeriksaan antenatal di atas dan hasil pemeriksaan laboratorium, setiap kelainan yang ditemukan pada ibu hamil harus ditangani sesuai dengan standar dan kewenangan tenaga kesehatan. Kasus-kasus yang tidak dapat ditangani dirujuk sesuai dengan sistem rujukan.

j) Temu wicara (Konseling) (T10)

Temu wicara dan konseling dilakukan setiap kunjungan antenatal yang meliputi kesehatan ibu, perilaku hidup sehat, peran suami/keluarga dalam kehamilan dan perencanaan persalinan, tanda bahaya pada kehamilan, persalinan dan nifas serta kesiapan menghadapi komplikasi, asupan gizi seimbang, gejala penyakit menular dan tidak menular, penawaran untuk melakukan testind dan konseling HIV, Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, KB paska persalinan, imunisasi dan peningkatan kesehatan intelegensia pada kehamilan.

3) Pelayanan Antenatal Terintegrasi

Merupakan pelayanan kesehatan komprehensif dan berkualitas yang dilakukan melalui deteksi dini masalah, penyakit dan penyulit/komplikasi kehamilan menanyakan tanda-tanda penting yang terkait dengan kehamilan dan penyakit yang kemungkinan diderita ibu hamil :<sup>14</sup>

a) Muntah berlebihan

Rasa mual dan muntah bisa muncul pada kehamilan muda terutama padapagi hari namun kondisi ibu biasanya hilang setelah kehamilan berumur 3 bulan. Keadaan ini tidak perlu dikhawatirkan, kecuali kalau memang cukup berat, hingga tidak dapat makan dan berat badan menurun terus.

b) Pusing

Pusing biasa muncul pada kehamilan muda. Apabila pusing sampai mengganggu aktifitas sehari-hari maka perlu diwaspadai.

c) Sakit Kepala

Sakit kepala yang hebat atau yang menetap timbul pada ibu hamil mungkin dapat membahayakan kesehatan kesehatan ibu dan janin.

d) Perdarahan

Perdarahan waktu hamil, walaupun hanya sedikit sudah merupakan tanda bahaya sehingga ibu hamil harus waspada.

e) Sakit perut hebat

Nyeri perut yang hebat dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin.

f) Demam

Demam tinggi lebih dari 2 hari atau keluarnya cairan berlebihan dari liangrahim dan kadang-kadang berbau merupakan salah satu tanda bahaya pada kehamilan.

g) Batuk lama

Batuk lama lebih dari 2 minggu, perlu ada pemeriksaan lanjut dan dapat dicurigai ibu hamil menderita TB.

h) Berdebar-debar

Jantung berdebar-debar pada ibu hamil merupakan salah satu masalah pada kehamilan yang harus diwaspadai.

i) Cepat lelah

Dalam dua atau tiga bulan pertama kehamilan, biasanya timbul rasa lelah, mengantuk yang berlebihan dan pusing, yang biasanya terjadi pada sore hari. Kemungkinan ibu menderita kurang darah.

j) Sesak nafas atau sukar bernafas

Pada akhir bulan ke delapan ibu hamil sering merasa sedikit sesak bila bernafas karena bayi menekan paru-paru ibu. Namun apabila hal ini terjadi berlebihan maka perlu diwaspadai.

k) Keputihan yang berbau

Keputihan yang berbau merupakan salah satu tanda bahaya pada ibu hamil.

l) Gerakan janin

Gerakan bayi mulai dirasakan ibu pada kehamilan akhir bulan keempat. Apabila gerakan janin belum muncul pada usia kehamilan ini, gerakan yang semakin berkurang atau tidak ada gerakan janin maka ibu hamil harus waspada

m) Perilaku berubah selama hamil

Perilaku berubah selama hamil seperti gaduh gelisah, menarik diri, bicara sendiri, tidak mandi dan sebagainya. Selama kehamilan, ibu bisa mengalami perubahan perilaku. Hal ini disebabkan karena perubahan hormonal. Pada kondisi yang mengganggu kesehatan ibu dan janinnya maka akan dikonsulkan ke psikiater.

n) Riwayat Kekerasan terhadap Perempuan (KtP) selama kehamilan

Informasi mengenai kekerasan terhadap perempuan terutama ibu hamil seringkali sulit untuk digali. Korban kekerasan selalu mau berterus terang pada kunjungan pertama, yang mungkin disebabkan oleh rasa takut atau belum mampu mengemukakan masalahnya kepada orang lain, termasuk petugas kesehatan. Dalam keadaan ini, petugas kesehatan diharapkan dapat mengenali korban dan memberikan dukungan agar mau membuka diri.

b. Pedoman Program Perencanaan Pencegahan Komplikasi (P4K) <sup>15,16</sup>

1) Pengertian

P4K dengan stiker adalah kepanjangan dari Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi, yang merupakan suatu kegiatan yang difasilitasi oleh bidan di desa dalam rangka peningkatan peran aktif suami, keluarga, dan masyarakat dalam merencanakan persalinan yang aman dan persiapan menghadapi komplikasi bagi ibu hamil, termasuk perencanaan penggunaan KB pasca persalinan dengan menggunakan stiker sebagai media notifikasi sasaran dalam rangka meningkatkan cakupan dan mutu pelayanan kesehatan bagi ibu dan bayi baru lahir. <sup>15,16</sup>

2) Tujuan Umum Program P4K

Meningkatnya cakupan dan mutu pelayanan kesehatan bagi ibu hamil dan bayi baru lahir melalui peningkatan peran aktif keluarga dan masyarakat dalam merencanakan persalinan yang aman dan persiapan menghadapi komplikasi dan tanda bahaya kebidanan bagi ibu sehingga melahirkan bayi yang sehat. <sup>15,16</sup>

3) Tujuan khusus adanya program P4K antara lain

- (1) Terdatanya status ibu hamil dan terpasangnya stiker P4K di setiap rumah ibu hamil yang memuat informasi tentang lokasi tempat tinggal ibu hamil, identitas ibu hamil, taksiran persalinan, penolong persalinan, pendamping persalinan, fasilitas tempat persalinan, calon pendonor darah, transportasi yang akan digunakan serta pembiayaan.
- (2) Adanya perencanaan persalinan termasuk pemakaian metode KB pasca persalinan yang sesuai dan disepakati ibu hamil, suami, keluarga dan bidan.

- (3) Terlaksananya pengambilan keputusan yang cepat dan tepat bila terjadi komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan nifas.
- (4) Meningkatkan keterlibatan tokoh masyarakat baik formal maupun non formal, dukun atau pendamping persalinan dan kelompok masyarakat dalam perencanaan persalinan dan pencegahan komplikasi dengan stiker, dan KB pasca salin sesuai dengan perannya masing-masing.

#### 4) Manfaat P4K

- a) Mempercepat berfungsinya desa siaga.
- b) Meningkatkan cakupan pelayanan Ante Natal Care (ANC) sesuai standart.
- c) Meningkatkan cakupan persalinan oleh tenaga kesehatan terampil.
- d) Meningkatkan kemitraan bidan dan dukun.
- e) Tertanganinya kejadian komplikasi secara dini.
- f) Meningkatkan peserta KB pasca salin.
- g) Terpantaunya kesakitan dan kematian ibu dan bayi.
- h) Menurunnya kejadian kesakitan dan kematian ibu serta bayi.
- i) Terapi yang Diberikan Pada Ibu Hamil Selama Masa kehamilan<sup>15,16</sup>

##### (1) Multiple Mikronutrien Suplementasi (MMS)

MMS merupakan suplement multivitamin yang ditujukan untuk memenuhi berbagai mikronutrien yang dibutuhkan ibu hamil. Manfaat diantaranya mengurangi risiko bayi dengan berat badan lahir (BBLR), mengurangi risiko kematian janin, mencegah kelahiran prematur dan mengurangi anemia saat hamil. Dengan kandungan Vitamin A, C, D, E, B1, B2, B3, B6, B12, Asam Folat, Zat Besi,

Iodium, Zink, Selenium, Tembaga. Ibu hamil dianjurkan untuk minum MMS 1 tablet setiap hari selama 180 hari.<sup>17</sup>

(2) Kalk (*Calcium lactate*)

*Calcium lactate* atau kalsium laktat adalah obat untuk mencegah atau mengobati rendahnya kadar kalsium dalam darah pada orang-orang yang tidak mendapatkan cukup kalsium dalam makanannya. *Calcium lactate* biasanya digunakan oleh ibu hamil dan menyusui, serta penderita penyakit yang diakibatkan tingkat kalsium rendah seperti osteoporosis, hipoparatiroidisme, dan penyakit otot tertentu. Kalk ini diberikan untuk memenuhi kebutuhan kalsium terutama bagi ibu hamil. Kalk diberikan dengan dosis 1x1. Perlu diperhatikan bahwa penggunaan yang berlebihan akan mengganggu metabolisme.

(3) Tablet Besi ( Fe)

Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah (haemoglobin). Penyerapan besi dipengaruhi oleh banyak faktor. Protein hewani dan vitamin C meningkatkan penyerapan, sedangkan kopi, teh, susu, coklat, minuman bersoda dapat menghambat penyerapan zat besi di dalam tubuh, jadi waktu dan tepatnya untuk minum Fe yaitu pada malam hari menjelang tidur hal ini untuk mengurangi rasa mual dan timbul setelah ibu meminumnya.

(4) Asam Folat

Asam folat merupakan jenis sintetis dari vitamin B9 dan dapat larut dalam air. Sumber asam folat secara

alami terdapat dalam makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Bentuk sintetis asam folat sering digunakan dalam bentuk suplemen makanan. Asam folat bagi ibu hamil sangat berperan penting dalam proses pembentukan sepertiga sel darah merah dan berbagai jaringan uterus. Oleh karena itu, ibu hamil yang mengalami kekurangan asam folat dapat menyebabkan terjadinya risiko anemia dan segala akibatnya (pucat, mudah lelah, serta letih dan lemah). Tentu saja ada juga risiko kelahiran prematur, persalinan prematur (kelahiran prematur), dan bayi kembar.<sup>18,19</sup>

c. Kehamilan dengan Risiko Tinggi<sup>20</sup>

1) Pengertian Kehamilan Risiko Tinggi

Keadaan yang dapat mempengaruhi keadaan ibu maupun janin pada kehamilan yang dihadapi. Kehamilan resiko tinggi adalah kehamilan yang dapat menyebabkan ibu hamil dan bayi menjadi sakit atau meninggal sebelum kelahiran berlangsung. Karakteristik ibu hamil diketahui bahwa faktor penting penyebab resiko tinggi pada kehamilan terjadi pada kelompok usia 35 tahun dikatakan usia tidak aman karena saat bereproduksi pada usia 35 tahun dimana kondisi organ reproduksi wanita sudah mengalami penurunan kemampuan untuk bereproduksi, tinggi badan kurang dari 145 cm, berat badan kurang dari 45 kg, jarak anak terakhir dengan kehamilan sekarang kurang dari 2 tahun, jumlah anak lebih dari 4. Faktor penyebab resiko kehamilan apabila tidak segera ditangani pada ibu dapat mengancam keselamatan bahkan dapat terjadi hal yang paling buruk yaitu kematian ibu dan bayi.<sup>20</sup>

a) Kriteria Kehamilan Risiko Tinggi Kehamilan

Kehamilan risiko tinggi dibagi menjadi 3 kategori menurut Rochjati yaitu: <sup>20</sup>

- (1) Kehamilan Risiko Rendah (KRR) dengan jumlah skor 2 Merupakan kehamilan yang tidak disertai oleh faktor risiko atau penyulit sehingga kemungkinan besar ibu akan melahirkan secara normal dengan ibu dan janinnya dalam keadaan hidup sehat.
- (2) Kehamilan Risiko Tinggi (KRT) dengan skor 6-10 Merupakan kehamilan yang disertai satu atau lebih faktor risiko/penyulit baik yang berasal dari ibu maupun janinnya sehingga memungkinkan terjadinya kegawatan saat kehamilan maupun persalinan namun tidak darurat.
- (3) Kehamilan Risiko Sangat Tinggi (KRTS) dengan jumlah skor >12 Kehamilan Risiko Sangat Tinggi (KRST) merupakan kehamilan dengan faktor Risiko.

| SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |      |                           |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------|--------|----------|----|-----|----|--|--|-----------|--|-------------------------|--|-----|------|--------|-------|-----|----|-----------------------|------|----------|-----|--------|--------|-------|------|--------|--------|---|----|-----|----|---|---|--------------------------|---|--|--|--|--|--|---|-------------------------|---|--|--|--|--|--|---|--------------------------|---|--|--|--|--|--|---|--------------------------|---|--|--|--|--|--|---|--------------------------|---|--|--|--|--|--|---|--------------------------|---|--|--|--|--|--|---|--------------------------|---|--|--|--|--|--|---|--------------------------|---|--|--|--|--|--|---|--------------------------|---|--|--|--|--|--|----|--------------------------|---|--|--|--|--|--|----|--------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|--|----|---------------------------|---|--|--|--|--|-------------|--|--|--|--|--|--|--|
| Nama : ..... Alamat : .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |      |                           |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| Umur ibu : ..... Kehamilan : .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |                           |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| Pendidikan : ..... Pekerjaan : .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |      |                           |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| Hamil Ke : ..... Hari Terakhir Tgl : ..... Perkiraan Persalinan tgl : .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |      |                           |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| Periksa I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |      |                           |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| Umur Kehamilan : ..... Hm : ..... Di : .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |      |                           |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">I</th> <th colspan="2">II</th> <th colspan="2">III</th> <th colspan="2">IV</th> </tr> <tr> <th>REL</th> <th>NO</th> <th>Masalah/Faktor Risiko</th> <th>SKOR</th> <th colspan="4">Tindakan</th> </tr> <tr> <th></th> <th></th> <th></th> <th></th> <th>I</th> <th>II</th> <th>III</th> <th>IV</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>1</td> <td>Yellu muka hamil &gt; 16 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>2</td> <td>Yellu tua hamil &gt; 35 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>3</td> <td>Yellu hamil ke-1 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>4</td> <td>Yellu hamil ke-2 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>5</td> <td>Yellu hamil ke-3 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>6</td> <td>Yellu hamil ke-4 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>7</td> <td>Yellu hamil ke-5 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>8</td> <td>Yellu hamil ke-6 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>9</td> <td>Yellu hamil ke-7 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>10</td> <td>Yellu hamil ke-8 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>11</td> <td>Yellu hamil ke-9 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>12</td> <td>Yellu hamil ke-10 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>13</td> <td>Yellu hamil ke-11 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>14</td> <td>Yellu hamil ke-12 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>15</td> <td>Yellu hamil ke-13 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>16</td> <td>Yellu hamil ke-14 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>17</td> <td>Yellu hamil ke-15 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>18</td> <td>Yellu hamil ke-16 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>19</td> <td>Yellu hamil ke-17 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>20</td> <td>Yellu hamil ke-18 &gt; 10 th</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="3">Jumlah skor</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> |      |                           |        |          |    |     |    |  |  | I         |  | II                      |  | III |      | IV     |       | REL | NO | Masalah/Faktor Risiko | SKOR | Tindakan |     |        |        |       |      |        |        | I | II | III | IV | 1 | 1 | Yellu muka hamil > 16 th | 4 |  |  |  |  |  | 2 | Yellu tua hamil > 35 th | 4 |  |  |  |  |  | 3 | Yellu hamil ke-1 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 4 | Yellu hamil ke-2 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 5 | Yellu hamil ke-3 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 6 | Yellu hamil ke-4 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 7 | Yellu hamil ke-5 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 8 | Yellu hamil ke-6 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 9 | Yellu hamil ke-7 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 10 | Yellu hamil ke-8 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 11 | Yellu hamil ke-9 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 12 | Yellu hamil ke-10 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 13 | Yellu hamil ke-11 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 14 | Yellu hamil ke-12 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 15 | Yellu hamil ke-13 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 16 | Yellu hamil ke-14 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 17 | Yellu hamil ke-15 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 18 | Yellu hamil ke-16 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 19 | Yellu hamil ke-17 > 10 th | 4 |  |  |  |  |  | 20 | Yellu hamil ke-18 > 10 th | 4 |  |  |  |  | Jumlah skor |  |  |  |  |  |  |  |
| I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |      | II                        |        | III      |    | IV  |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| REL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | NO   | Masalah/Faktor Risiko     | SKOR   | Tindakan |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |      |                           |        | I        | II | III | IV |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1    | Yellu muka hamil > 16 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2    | Yellu tua hamil > 35 th   | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 3    | Yellu hamil ke-1 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 4    | Yellu hamil ke-2 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 5    | Yellu hamil ke-3 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 6    | Yellu hamil ke-4 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 7    | Yellu hamil ke-5 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 8    | Yellu hamil ke-6 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 9    | Yellu hamil ke-7 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 10   | Yellu hamil ke-8 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 11   | Yellu hamil ke-9 > 10 th  | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 12   | Yellu hamil ke-10 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 13   | Yellu hamil ke-11 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 14   | Yellu hamil ke-12 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 15   | Yellu hamil ke-13 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 16   | Yellu hamil ke-14 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 17   | Yellu hamil ke-15 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 18   | Yellu hamil ke-16 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 19   | Yellu hamil ke-17 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 20   | Yellu hamil ke-18 > 10 th | 4      |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| Jumlah skor                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |      |                           |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">KEMAMPUAN</th> <th colspan="2">KEMAMPUAN DENGAN RISIKO</th> </tr> <tr> <th>JUL</th> <th>SKOR</th> <th>PERAWA</th> <th>RUJUK</th> </tr> <tr> <th></th> <th></th> <th>TAN</th> <th>KAN</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-10</td> <td>KRT</td> <td>DOCTER</td> <td>DOCTER</td> </tr> <tr> <td>11-20</td> <td>KRTS</td> <td>DOCTER</td> <td>DOCTER</td> </tr> </tbody> </table>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |      |                           |        |          |    |     |    |  |  | KEMAMPUAN |  | KEMAMPUAN DENGAN RISIKO |  | JUL | SKOR | PERAWA | RUJUK |     |    | TAN                   | KAN  | 1-10     | KRT | DOCTER | DOCTER | 11-20 | KRTS | DOCTER | DOCTER |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| KEMAMPUAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |      | KEMAMPUAN DENGAN RISIKO   |        |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| JUL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | SKOR | PERAWA                    | RUJUK  |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |      | TAN                       | KAN    |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| 1-10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KRT  | DOCTER                    | DOCTER |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |
| 11-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KRTS | DOCTER                    | DOCTER |          |    |     |    |  |  |           |  |                         |  |     |      |        |       |     |    |                       |      |          |     |        |        |       |      |        |        |   |    |     |    |   |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                         |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |   |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                          |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |  |    |                           |   |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |  |  |

  

| KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI' PERENCANAAN PERSALINAN AMAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------------------|----------------|--------------|-----------------------|----------------|-----------|------------------|----------------|--------------|---------|---------------|--|--|
| Persalinan Merencanakan tanggal : .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th>RUJUK DAR :</th> <th>RUJUK KE :</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Sendi</td> <td>1. Bidan</td> </tr> <tr> <td>2. Daktar</td> <td>2. Puskesmas</td> </tr> <tr> <td>3. Bidan</td> <td>3. RS</td> </tr> <tr> <td>4. Puskesmas</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>                                                                                                                                                                                                            |                              | RUJUK DAR :                                        | RUJUK KE :                                    | 1. Sendi                          | 1. Bidan                     | 2. Daktar                   | 2. Puskesmas             | 3. Bidan       | 3. RS        | 4. Puskesmas          |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| RUJUK DAR :                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | RUJUK KE :                   |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 1. Sendi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1. Bidan                     |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 2. Daktar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2. Puskesmas                 |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 3. Bidan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 3. RS                        |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 4. Puskesmas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th>RUJUKAN :</th> <th>RUJUKAN TITIP WAKTU (RTW) :</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Rujukan Dini Berencana (RDB) /</td> <td>2. Rujukan Titip Waktu (RTW)</td> </tr> </tbody> </table>                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                              | RUJUKAN :                                          | RUJUKAN TITIP WAKTU (RTW) :                   | 1. Rujukan Dini Berencana (RDB) / | 2. Rujukan Titip Waktu (RTW) |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| RUJUKAN :                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | RUJUKAN TITIP WAKTU (RTW) :  |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 1. Rujukan Dini Berencana (RDB) /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2. Rujukan Titip Waktu (RTW) |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th>Gawat Obstetrik :</th> <th>Gawat Obstetrik :</th> </tr> <tr> <th>Ket. Faktor Risiko I &amp; II</th> <th>Ket. Faktor Risiko I &amp; II</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. ....</td> <td>1. Persalinan antepartum</td> </tr> <tr> <td>2. ....</td> <td>2. ....</td> </tr> <tr> <td>3. ....</td> <td>3. ....</td> </tr> <tr> <td>4. ....</td> <td>4. ....</td> </tr> <tr> <td>5. ....</td> <td>5. ....</td> </tr> <tr> <td>6. ....</td> <td>6. ....</td> </tr> </tbody> </table> |                              | Gawat Obstetrik :                                  | Gawat Obstetrik :                             | Ket. Faktor Risiko I & II         | Ket. Faktor Risiko I & II    | 1. ....                     | 1. Persalinan antepartum | 2. ....        | 2. ....      | 3. ....               | 3. ....        | 4. ....   | 4. ....          | 5. ....        | 5. ....      | 6. .... | 6. ....       |  |  |
| Gawat Obstetrik :                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Gawat Obstetrik :            |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| Ket. Faktor Risiko I & II                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Ket. Faktor Risiko I & II    |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 1. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1. Persalinan antepartum     |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 2. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2. ....                      |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 3. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 3. ....                      |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 4. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 4. ....                      |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 5. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 5. ....                      |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 6. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 6. ....                      |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th>TEMPAT :</th> <th>PENOLONG :</th> <th>MACAM PERSALINAN :</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Rumah Ibu</td> <td>1. Dukun</td> <td>1. Normal</td> </tr> <tr> <td>2. Rumah Bidan</td> <td>2. Bidan</td> <td>2. Tindakan Perawatan</td> </tr> <tr> <td>3. Puskesmas</td> <td>3. Dokter</td> <td>3. Operasi Sesar</td> </tr> <tr> <td>4. Rumah Sakti</td> <td>4. Lain-lain</td> <td></td> </tr> <tr> <td>5. Persalinan</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>            |                              | TEMPAT :                                           | PENOLONG :                                    | MACAM PERSALINAN :                | 1. Rumah Ibu                 | 1. Dukun                    | 1. Normal                | 2. Rumah Bidan | 2. Bidan     | 2. Tindakan Perawatan | 3. Puskesmas   | 3. Dokter | 3. Operasi Sesar | 4. Rumah Sakti | 4. Lain-lain |         | 5. Persalinan |  |  |
| TEMPAT :                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | PENOLONG :                   | MACAM PERSALINAN :                                 |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 1. Rumah Ibu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1. Dukun                     | 1. Normal                                          |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 2. Rumah Bidan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2. Bidan                     | 2. Tindakan Perawatan                              |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 3. Puskesmas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 3. Dokter                    | 3. Operasi Sesar                                   |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 4. Rumah Sakti                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 4. Lain-lain                 |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 5. Persalinan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th>PASCA PERSALINAN :</th> <th>TEMPAT KEMATIAN IBU :</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. ....</td> <td>1. Rumah Ibu</td> </tr> <tr> <td>2. ....</td> <td>2. Rumah Bidan</td> </tr> <tr> <td>3. ....</td> <td>3. Puskesmas</td> </tr> <tr> <td>4. ....</td> <td>4. Rumah Sakti</td> </tr> <tr> <td>5. ....</td> <td>5. Persalinan</td> </tr> </tbody> </table>                                                                                                                     |                              | PASCA PERSALINAN :                                 | TEMPAT KEMATIAN IBU :                         | 1. ....                           | 1. Rumah Ibu                 | 2. ....                     | 2. Rumah Bidan           | 3. ....        | 3. Puskesmas | 4. ....               | 4. Rumah Sakti | 5. ....   | 5. Persalinan    |                |              |         |               |  |  |
| PASCA PERSALINAN :                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TEMPAT KEMATIAN IBU :        |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 1. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1. Rumah Ibu                 |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 2. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2. Rumah Bidan               |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 3. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 3. Puskesmas                 |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 4. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 4. Rumah Sakti               |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 5. ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 5. Persalinan                |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th>BAH :</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Berat lahir : ..... gram, Laki / Perempuan</td> </tr> <tr> <td>2. Lahir hidup : ..... hari</td> </tr> <tr> <td>3. Lahir mati : ..... hari</td> </tr> <tr> <td>4. Mati kemati : ..... hari</td> </tr> <tr> <td>5. Kematian : ..... hari</td> </tr> </tbody> </table>                                                                                                                                                                  |                              | BAH :                                              | 1. Berat lahir : ..... gram, Laki / Perempuan | 2. Lahir hidup : ..... hari       | 3. Lahir mati : ..... hari   | 4. Mati kemati : ..... hari | 5. Kematian : ..... hari |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| BAH :                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 1. Berat lahir : ..... gram, Laki / Perempuan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 2. Lahir hidup : ..... hari                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 3. Lahir mati : ..... hari                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 4. Mati kemati : ..... hari                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 5. Kematian : ..... hari                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th>KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (2 Hari Pasca Salin)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Sehat</td> <td>2. Sakit</td> <td>3. Mati, penyebab :</td> </tr> </tbody> </table>                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                              | KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (2 Hari Pasca Salin) | 1. Sehat                                      | 2. Sakit                          | 3. Mati, penyebab :          |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (2 Hari Pasca Salin)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                              |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 1. Sehat                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2. Sakit                     | 3. Mati, penyebab :                                |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th>Keluarga Berencana</th> <th>Kategori Keluarga Miskin</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Ya</td> <td>1. Ya</td> </tr> <tr> <td>2. Tidak</td> <td>2. Tidak</td> </tr> </tbody> </table>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                              | Keluarga Berencana                                 | Kategori Keluarga Miskin                      | 1. Ya                             | 1. Ya                        | 2. Tidak                    | 2. Tidak                 |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| Keluarga Berencana                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kategori Keluarga Miskin     |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 1. Ya                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1. Ya                        |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |
| 2. Tidak                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2. Tidak                     |                                                    |                                               |                                   |                              |                             |                          |                |              |                       |                |           |                  |                |              |         |               |  |  |

Gambar 1. Kartu Skor Poedji Rochjati

Perdarahan sebelum bayi lahir, dimana hal ini akan memberikan dampak gawat dan darurat pada ibu dan janinnya sehingga membutuhkan rujukan tepat waktu dan penanganan segera yang adekuat untuk menyelamatkan dua nyawa. Ibu dengan faktor risiko dua atau lebih, dimana tingkat kegawatannya meningkat sehingga pertolongan persalinan harus di rumah sakit dengan ditolong oleh dokter spesialis.

## 2) Faktor-faktor Kehamilan Risiko Tinggi

Faktor resiko adalah kondisi pada ibu hamil yang dapat 96 menyebabkan kemungkinan resiko/bahaya terjadinya komplikasi pada persalinan yang dapat menyebabkan kematian atau kesakitan pada ibu dan bayinya. Ciri- ciri faktor resiko:<sup>20</sup>

- a) Faktor resiko mempunyai hubungan dengan kemungkinan terjadinya komplikasi tertentu pada persalinan.
- b) Faktor resiko dapat ditemukan dan diamati/dipantau selama kehamilan sebelum peristiwa yang diperkirakan terjadi.
- c) Pada seorang ibu hamil dapat mempunyai faktor resiko tunggal, ganda yaitu dua atau lebih yang bersifat sinergik dan kumulatif. Hal ini berarti menyebabkan kemungkinana terjadinya resiko lebih besar.

Batasan dalam faktor risiko atau masalah dapat dibagi menjadi tiga yaitu ada potensi gawat obstetri (APGO), ada gawat obstetri (AGO), dan ada gawat darurat obstetri (AGDO). Kelompok faktor resiko ada ibu hamil dikelompokkan menjadi 3 yaitu kelompok I, II, III berdasarkan kapan ditemukan, cara pengenalan dan sifat atau tingkat resikonya.

### a) Kelompok I

Ada Potensi Gawat Obstetrik (APGO) ada 10 faktor resiko, yaitu:<sup>20</sup>

### (1) Primi Muda

Ibu hamil pertama pada umur  $< 20$  tahun, rahim dan panggul belum tumbuh mencapai ukuran dewasa. Kehamilan pada usia remaja mempunyai risiko medis yang cukup tinggi karena pada masa ini alat reproduksi belum cukup matang untuk melakukan fungsinya. Alasan mengapa kehamilan remaja dapat menimbulkan risiko antara lain rahim remaja belum siap untuk mendukung kehamilan. Rahim baru siap melakukan fungsinya setelah umur 20 tahun, karena pada usia ini fungsi hormonal melewati masa kerjanya yang maksimal. Dampak kehamilan pada kesehatan reproduksi di usia muda yaitu:<sup>20</sup>

- (a) Keguguran pada usia muda dapat terjadi secara tidak disengaja, misalnya karena terkejut, cemas dan stress. Secara sengaja dilakukan oleh tenaga non-professional yang dapat menimbulkan akibat efek samping yang serius seperti tingginya angka kematian dan infeksi alat reproduksi yang pada akhirnya dapat menimbulkan kemandulan.
- (b) Persalinan premature berat badan lahir rendah (BBLR) dan kelainan bawaan. Terjadi karena kurang matangnya alat reproduksi terutama Rahim yang belum siap dalam suatu proses kehamilan, berat badan lahir rendah (BBLR) juga dipengaruhi gizi saat hamil kurang dan juga umur ibu yang belum menginjak 20 tahun. Cacat bawaan dipengaruhi kurangnya pengetahuan ibu tentang kehamilan, pengetahuan akan asupan gizi rendah, pemeriksaan kehamilan kurang dan keadaan psikologi ibu yang kurang stabil selain

itu juga disebabkan keturunan (genetik) dan proses pengguguran sendiri yang gagal.

- (c) Mudah terjadi infeksi karena adanya keadaan gizi buruk, tingkat sosial ekonomi rendah dan stress memudahkan terjadi infeksi saat hamil terlebih pada kala nifas.
- (d) Anemia kehamilan atau kekurangan zat besi pada saat hamil di usia muda disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan pentingnya gizi pada saat hamil dan mayoritas seorang ibu mengalami anemia pada saat hamil. tambahan zat besi dalam tubuh fungsinya untuk meningkatkan jumlah sel darah merah, membentuk sel darah merah janin pada plasenta seorang yang kehilangan sel darah merah semakin lama akan menjadi anemia.
- (e) Keracunan kehamilan terjadi karena kombinasi keadaan alat reproduksi yang belum siap hamil dan anemia, makin meningkatkan terjadinya keracunan hamil dalam bentuk preeklamsia atau eklamsia yang dapat menyebabkan kematian.
- (f) Kematian ibu tinggi disebabkan remaja yang stress akibat kehamilannya sering mengambil jalan pintas untuk melakukan gugur kandungan oleh tenaga dukun. Angka kematian karena gugur kandungan yang dilakukan dukun cukup tinggi, tetapi angka pasti tidak diketahui.

## (2) Primi Tua

Primi tua adalah wanita yang mencapai usia 35 tahun atau lebih pada saat hamil pertama. Ibu dengan usia ini mudah terjadi penyakit pada organ kandungan

yang menua, jalan lahir juga tambah kaku. Ada kemungkinan lebih besar ibu hamil mendapatkan anak cacat, terjadi persalinan macet dan perdarahan.

Anak terkecil kurang dari 2 tahun Ibu hamil yang jarak kelahiran dengan anak terkecil kurang dari 2 tahun. Kesehatan fisik dan Rahim ibu masih butuh cukup istirahat. Ada kemungkinan ibu masih menyusui. Anak masih butuh asuhan dan perhatian orang tuanya.

- (3) Primi tua sekunder Ibu hamil dengan persalinan terakhir >10 tahun yang lalu. Ibu dalam kehamilan dan persalinan ini seolah-olah menghadapi persalinan yang pertama lagi. Bahaya yang dapat terjadi yaitu persalinan dapat berjalan tidak lancar dan perdarahan pasca persalinan.

- (4) Grade multi

Ibu pernah hamil atau melahirkan 4 kali atau lebih, karena ibu sering melahirkan maka kemungkinan akan banyak ditemui keadaan seperti Kesehatan terganggu, kekendoran pada dinding rahim. Bahaya yang dapat terjadi yaitu kelainan letak, persalinan letak lintang, robekan rahim pada kelainan letak lintang, persalinan lama dan perdarahan pasca persalinan. Grade multi para juga dapat menyebabkan solusio plasenta dan plasenta previa

- (5) Umur 35 tahun atau lebih

Ibu hamil berusia 35 tahun atau lebih, dimana pada usia tersebut terjadi perubahan pada jaringan alat-alat kandungan dan jalan lahir tidak lentur lagi. Selain itu ada kecenderungan didapatkan penyakit lain dalam tubuh ibu. Bahaya yang dapat terjadi tekanan darah

tinggi dan pre eklamsia, ketuban pecah dini, persalinan tidak lancar atau macet, perdarahan setelah bayi lahir.

(6) Tinggi badan 145 cm atau kurang Terdapat tiga batasan pada kelompok risiko ini yaitu:

- (a) Ibu hamil pertama sangat membutuhkan perhatian khusus. Luas panggul ibu dan besar kepala janin mungkin tidak proporsional, dalam hal ini ada dua kemungkinan yang terjadi. Pertama, panggul ibu sebagai jalan lahir ternyata sempit dengan janin atau kepala tidak besar dan kedua panggul ukuran normal tetapi anaknya besar atau kepala besar.
- (b) Ibu hamil kedua, dengan kehamilan lalu bayi lahir cukup bulan tetapi mati dalam waktu (umur bayi) 7 hari atau kurang.
- (c) Ibu hamil dengan kehamilan sebelumnya belum pernah melahirkan cukup bulan, dan berat badan lahir rendah.

(7) Riwayat Obstetri Buruk (ROB)

- (a) Ibu hamil dengan kehamilan kedua, dimana kehamilan yang pertama mengalami keguguran, lahir belum cukup bulan, lahir mati, lahir hidup lalu mati umur  $< 7$  hari.
- (b) Kehamilan ketiga atau lebih, kehamilan yang lalu pernah mengalami keguguran  $> 2$  kali.
- (c) Kehamilan kedua atau lebih, kehamilan terakhir janin mati dalam kandungan.

(8) Persalinan yang lalu dengan tindakan

Persalinan yang ditolong dengan alat melalui jalan lahir biasa atau pervaginam (tindakan dengan

cunam/forsep/vakum). Bahaya yang dapat terjadi yaitu robekan atau perlukaan jalan lahir dan perdarahan pasca persalinan. Uri manual, yaitu tindakan pengeluaran plasenta dari rongga rahim dengan menggunakan tangan. Tindakan ini dilakukan apabila setelah 30 menit uri tidak lahir sendiri dan apabila terjadi perdarahan uri belum juga lahir.

- (9) Bekas operasi sesar Ibu hamil pada persalinan yang lalu dilakukan operasi sesar. Oleh karena itu pada dinding rahim ibu terdapat cacat bekas luka operasi. Bahaya pada robekan rahim yaitu kematian janin dan kematian ibu, perdarahan dan infeksi.

b) Kelompok II

Ada Gawat Obstetrik (AGO) ada 8 faktor resiko. Ada gawat obstetric (AGO) adalah tanda bahaya pada saat kehamilan, persalinan, dan nifas yang terdiri dari:

- (1) Penyakit pada ibu hamil Penyakit -penyakit yang menyertai kehamilan ibu yaitu anemia (kurang darah), malaria, tuberkulosis paru, payah jantung, diabetes mellitus, *Human Immunodeficiency Virus/Acquired Immune Deficiency Syndrome (HIV/AIDS)*, Toksoplasma, preeklamsia.
- (2) Hamil kembar Kehamilan kembar adalah kehamilan dengan dua janin atau lebih. Rahim ibu membesar dan menekan organ dalam dan menyebabkan keluhan – keluhan seperti sesak nafas, edema kedua bibir kemaluan dan tungkai, varises, dan haemorrhoid. Bahaya yang dapat terjadi yaitu keracunan kehamilan, hidramnion, anemia, persalinan premature, kelainan letak, persalinan sukar, dan perdarahan saat persalinan.

- (3) Hindramnion adalah kehamilan dengan jumlah cairan amnion lebih dari 2 liter, dan biasanya Nampak pada trimester III, dapat terjadi perlahan – lahan atau sangat cepat. Bahaya yang dapat terjadi yaitu keracunan kehamilan, cacat bawaan pada bayi, kelainan letak, persalinan premature, dan perdarahan pasca persalinan.
- (4) Janin mati dalam rahim atau intrauterine fetal death (IUFD) Keluhan yang dirasakan yaitu tidak terasa gerakan janin, perut terasa mengecil, dan payudara mengecil. Pada kehamilan normal gerakan janin dapat dirasakan pada umur kehamilan 4-5 bulan. Bila Gerakan janin berkurang, melemah, atau tidak bergerak sama sekali dalam 12 jam, kehidupan janin mungkin terancam. Bahaya yang dapat terjadi pada ibu dengan janin mati dalam rahim yaitu gangguan pembekuan darah ibu, disebabkan dari jaringan – jaringan mati yang masuk ke dalam darah ibu.
- (5) Hamil serotinus/hamil lebih bulan yaitu ibu dengan usia kehamilan >42 minggu dimana fungsi dari jaringan uri dan pembuluh darah menurun. Dampaknya dapat menyebabkan distosia karena aksi uterus tidak terkoordinir, janin besar, dan moulding (moulase) kepala kurang sehingga sering dijumpai partus lama, kesalahan letak, insersia uteri, distosia bahu, dan perdarahan pasca persalinan.
- (6) Letak sungsang Letak sungsang adalah kehamilan tua (hamil 8-9bulan), letak janin dalam rahim dengan kepala diatas dan bokong atau kaki dibawah. Bahaya yang dapat terjadi yaitu bayi lahir dengan gawat napas yang berat dan bayi dapat mati

(7) Letak lintang Kelainan letak janin didalam rahim pada kehamilan tua (hamil 8-9 bulan), kepala ada di samping kanan atau kiri dalam rahim ibu. Bayi letak lintang tidak dapat lahir melalui jalan lahir biasa, karena sumbu tubuh janin melintang terhadap sumbu tubuh ibu. Bahaya yang dapat terjadi pada kelainan letak lintang yaitu pada persalinan yang tidak di tangani dengan benar, dapat terjadi robekan rahim. Akibatnya adalah perdarahan yang mengakibatkan anemia berat, infeksi, ibu syok dan dapat menyebabkan kematian ibu dan janin.

c) Kelompok III

Ada Gawat Darurat Obstetrik (AGDO), ada 2 faktor resiko. Ada gawat darurat obstetric adalah adanya ancaman nyawa pada ibu dan bayinya. Salah satu penyebabnya adalah perdarahan pada saat kehamilan. Perdarahan antepartum adalah perdarahan sebelum persalinan atau perdarahan terjadi sebelum kelahiran bayi. Tiap perdarahan keluar dari liang senggama pada ibu hamil setelah 28 minggu, disebut perdarahan antepartum. Perdarahan antepartum haru dapat perhatian penuh, karena merupakan tanda 19 bahaya yang dapat mengancam nyawa ibu dan janinnya, perdarahan dapat keluar sedikit – sedikit tapi terus menerus, lama kelamaan ibu menderita anemia berat atau sekaligus banyak yang menyebabkan ibu syok dan bayi dapat mengalami kelahiran premature sampai kematian janin karena asfiksia. Perdarahan dapat terjadi pada plasenta previa dan solusio plasenta. Biasanya disebabkan karena trauma atau kecelakaan dan tekanan darah tinggi atau pre-eklamsia sehingga terjadi perdarahan pada tempat melekat plasenta yang menyebabkan adanya penumpukan darah beku dibelakang plasenta.

Preeklamsia berat dan Eklamsia Preeklamsia berat terjadi bila ibu dengan preeklamsia ringan tidak dirawat dan ditangani dengan benar. Preeklamsia berat dapat mengakibatkan kejang – kejang atau eklamsia. Bahaya yang dapat terjadi yaitu ibu dapat tidak sadar (koma sampai meninggal).

3) Bahaya Kehamilan Risiko Tinggi

Dampak yang dapat ditimbulkan akibat ibu hamil dengan risiko tinggi sendiri dapat berdampak antara lain:

- a) Bagi Ibu yaitu terjadi keguguran (abortus), partus macet, pendarahan antepartum dan postpartum, IUFD, preeklamsia dan eklamsia.
- b) Bagi Janin yaitu bayi lahir belum cukup bulan dan terjadinya Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR).
- k) Pencegahan Kehamilan Risiko Tinggi

5) Penyuluhan Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) untuk kehamilan dan persalinan aman tentang

- a) Kehamilan Risiko Rendah (KRR), tempat persalinan dapat dilakukan di rumah maupun di polindes, tetapi penolong persalinan harus bidan, dukun membantu perawatan nifas bagi ibu dan bayinya.
- b) Kehamilan Risiko Tinggi (KRT), memberi penyuluhan agar pertolongan persalinan oleh bidan atau dokter puskesmas, dipolindes atau puskesmas (PKM), atau langsung dirujuk ke rumah sakit, misalnya pada letak lintang dan ibu hamil pertama (primi) dengan tinggi badan rendah.
- c) Kehamilan Risiko Sangat Tinggi (KRST), diberi penyuluhan dirujuk untuk melahirkan di rumah sakit dengan alat lengkap dan di bawah pengawasan dokter spesialis.

6) Pengawasan Antenatal Memberikan manfaat dengan ditemukannya berbagai kelainan yang menyertai kehamilan

secara dini, sehingga dapat diperhitungkan dan dipersiapkan langkah – langkah dalam pertolongan persalinannya, seperti:

- a) Mengenal dan menangani sedini mungkin penyulit yang terdapat saat kehamilan, saat persalinan, dan kala nifas.
  - b) Mengenal dan menangani penyakit yang menyertai kehamilan, persalinan, dan kala nifas.
  - c) Memberikan nasihat dan petunjuk yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, kala nifas, laktasi, dan aspek keluarga berencana.
  - d) Menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu dan perinatal.
- 7) Pendidikan Kesehatan Pendidikan Kesehatan yang dapat diberikan kepada ibu, yaitu sebagai berikut:
- a) Diet dan pengawasan berat badan. Kekurangan atau kelebihan nutrisi dapat menyebabkan kelainan yang tidak diinginkan pada wanita hamil. Kekurangan nutrisi dapat menyebabkan anemia, partus prematur, abortus, dan lain-lain, sedangkan kelebihan nutrisi dapat menyebabkan preeklamsia, bayi terlalu besar, dan lain-lain.
  - b) Kehamilan bukan merupakan halangan untuk melakukan hubungan seksual. Umumnya hubungan seksual diperbolehkan pada masa kehamilan jika dilakukan dengan hati-hati.
  - c) Kebersihan dan pakaian. Kebersihan harus selalu dijaga pada masa hamil, pakaian harus longgar, bersih, dan mudah dipakai, memakai sepatu dengan tumit yang tidak terlalu tinggi, memakai kutang yang menyokong payudara, dan pakaian dalam selalu bersih.
  - d) Perawatan gigi. Wanita hamil pada trimester I mengalami mual dan muntah (morning sickness). Keadaan ini menyebabkan perawatan gigi yang tidak diperhatikan dengan baik, sehingga timbul karies gigi, gingivitis, dan sebagainya.

- e) Perawatan payudara. Perawatan payudara ini bertujuan memelihara hygiene payudara, melenturkan/menguatkan puting susu, dan mengeluarkan puting susu yang datar atau masuk ke dalam.
  - f) Imunisasi Tetanus Toksoid (TT). Imunisasi untuk melindungi janin yang akan dilahirkan terhadap tetanus neonatorum.
  - g) Wanita pekerja. Wanita hamil boleh bekerja tetapi jangan terlampau berat. Melakukan istirahat sebanyak mungkin. Menurut undang-undang perburuhan, wanita hamil berhak mendapat cuti hamil satu setengah bulan sebelum bersalin atau satu setengah bulan setelah bersalin.
  - h) Merokok, minum alkohol dan kecanduan narkotik. Ketiga kebiasaan ini secara langsung dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin dan menimbulkan kelahiran dengan berat badan lebih rendah, atau mudah mengalami abortus dan partus prematurus, dapat menimbulkan cacat bawaan atau kelainan pertumbuhan dan perkembangan mental.
  - i) Obat-obatan. Pengobatan penyakit saat hamil harus memperhatikan apakah obat tersebut tidak berpengaruh terhadap tumbuh kembang janin.
- 8) Penatalaksanaan Kehamilan Risiko Tinggi
- Kehamilan risiko tinggi dapat dicegah dengan pemeriksaan dan pengawasan kehamilan yaitu deteksi dini ibu hamil risiko tinggi yang lebih difokuskan pada keadaan yang menyebabkan kematian ibu dan bayi. Pengawasan antenatal menyertai kehamilan secara dini, sehingga dapat diperhitungkan dan dipersiapkan langkah langkah dan persiapan persalinan. Anjurkan setiap ibu hamil untuk melakukan kunjungan antenatal komprehensif yang berkualitas minimal 4 kali dengan 1 kali pada trimester I, 1 kali pada trimester II dan 2 kali pada trimester III,

termasuk minimal 1 kali kunjungan diantar suami/pasangan atau anggota keluarga.

9) Risiko Persalinan pada Ibu Usia > 35 Tahun<sup>21</sup>

a) Persalinan dapat berjalan tidak lancar (Partus Lama)

Partus lama (partus tak maju) yaitu persalinan yang ditandai tidak adanya pembukaan serviks dalam 2 jam dan tidak adanya penurunan janin dalam 1 jam. Partus lama (partus tak maju) berarti meskipun kontraksi uterus kuat, janin tidak dapat turun karena faktor mekanis. Kemacetan persalinan biasanya terjadi pada pintu atas panggul, tetapi dapat juga terjadi pada rongga panggul atau pintu bawah panggul. Biasanya tidak ada pembukaan serviks, turunnya kepala dan putar paksi sebelum 2 jam terakhir.

Usia ibu hamil dan jumlah paritas merupakan penyebab terjadinya partus lama. Usia reproduksi yang optimal bagi seorang ibu untuk hamil dan melahirkan adalah 20-35 tahun karena pada usia ini secara fisik dan psikologi ibu sudah cukup matang dalam menghadapi kehamilan dan persalinan. Usia >35 tahun organ reproduksi mengalami perubahan yang terjadi karena proses menuanya organ kandungan dan jalan lahir kaku atau tidak lentur lagi. Selain itu peningkatan umur seseorang akan mempengaruhi organ yang vital seperti sistim kardiovaskuler, ginjal dll (pada umur tersebut mudah terjadi penyakit pada ibu yang akan memperberat tugas organ-organ tersebut sehingga berisiko mengalami komplikasi pada ibu dan janin).

b) Perdarahan Pasca Persalinan

Perdarahan adalah kehilangan darah lebih dari 500 ml melalui jalan lahir yang terjadi pada proses persalinan. Perdarahan pada kala III dapat disebabkan diantaranya:

(1) Atonia uteri Atonia uteri adalah suatu kondisi dimana

miometrium tidak dapat berkontraksi dan bila ini terjadi maka darah yang keluar dari bekas tempat melekatnya plasenta menjadi tidak terkendali.

(2) Retensio plasenta Retensio plasenta adalah keadaan dimana plasenta belum lahir dalam waktu 1 jam setelah bayi lahir.

(3) Sisa plasenta Penemuan secara dini, hanya dimungkinkan dengan melakukan pemeriksaan kelengkapan plasenta setelah dilahirkan. Gejala yang selalu ada yaitu plasenta atau sebagian selaput (mengandung pembuluh darah) tidak lengkap dan perdarahan segera.

c) Ruptur Uteri

Rupture uteri adalah robeknya dinding uterus pada saat kehamilan atau dalam persalinan dengan atau tanpa robeknya peritoneum visceral. Terjadinya rupture uteri pada seorang ibu hamil atau sedang bersalin masih merupakan suatu bahaya besar yang mengancam jiwanya dan janinnya. Kematian ibu dan anak karena rupture uteri masih tinggi. Terdapat beberapa faktor risiko penyebab terjadinya ruptur uteri seperti riwayat sectio caesarea atau sikatriks pada uteri, grande multipara, penggunaan oxytocin dan misoprostol, placenta percreta, dan malpresentasi.

3. Konsep Dasar Teori Persalinan dan BBL

a. Konsep Kehamilan

1) Pengertian

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang telah cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau jalan lahir lain dengan atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri).<sup>22</sup>

Persalinan dianggap normal jika terjadi pada kehamilan usia cukup bulan (>37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit. Persalinan dimulai (inpartu) sejak uterus berkontraksi dan menyebabkan perubahan pada serviks (membuka dan menipis) dan berakhir dengan lahirnya plasenta secara lengkap. Ibu belum inpartu jika kontraksi uterus tidak mengakibatkan perubahan serviks. Persalinan dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu: <sup>22</sup>

a) Persalinan spontan

Persalinan yang berlangsung dengan kekuatan ibu sendiri dan melalui jalan lahir.

b) Persalinan buatan

Persalinan yang dibantu dengan tenaga dari luar, misalnya dengan ekstraksi vakum, forseps, ataupun sectio caesarea.

c) Persalinan anjuran

Persalinan yang berlangsung dengan pemberian obat untuk merangsang timbulnya kontraksi, misalnya dengan pemecahan ketuban, pemberian pitocin, atau prostaglandin.

d) Teori Persalinan

Terdapat berbagai teori persalinan, di antaranya adalah: <sup>22</sup>

d) Teori Penurunan Progesteron

Progesteron menimbulkan relaksasi otot-otot rahim, sebaliknya estrogen meningkatkan kerentanan otot rahim. Selama kehamilan terdapat keseimbangan antara kadar progesteron dan estrogen dalam darah, tetapi pada akhir kehamilan kadar progesteron menurun sehingga timbul his. Proses penebaran plasenta terjadi mulai umur kehamilan 28 minggu, dimana terjadi penimbunan jaringan ikat, dan pembuluh darah mengalami penyempitan dan buntu. Produksi progesteron mengalami penurunan, sehingga otot rahim lebih sensitif terhadap oksitosin. Akibatnya otot rahim mulai berkontraksi setelah tercapai tingkat penurunan progesteron tertentu.

e) Teori Oksitosin

Menjelang persalinan, terjadi peningkatan reseptor oksitosin dalam otot rahim, sehingga mudah terangsang saat disuntikkan oksitosin dan menimbulkan kontraksi. Diduga bahwa oksitosin dapat meningkatkan pembentukan prostaglandin dan persalinan berlangsung.

f) Teori Keregangan Otot Rahim

Keadaan uterus yang terus membesar dan menjadi tegang mengakibatkan iskemia otot-otot uterus. Hal ini merupakan faktor yang dapat mengganggu sirkulasi uteroplaster sehingga plasenta mengalami degenerasi. Otot rahim mempunyai kemampuan meregang sampai batas tertentu. Apabila batas tersebut sudah terlewati, maka akan terjadi kontraksi sehingga persalinan dapat dimulai.

g) Teori Prostaglandin

Prostaglandin meningkat pada cairan amnion dan desidua dari minggu ke-15 hingga aterm, dan kadarnya meningkat hingga ke waktu partus. Diperkirakan terjadinya penurunan progesteron dapat memicu interleukin-1 untuk dapat melakukan “hidrolisis gliserofosfolipid”, sehingga terjadi pelepasan dari asam arakidonat menjadi prostaglandin, PGE2 dan PGF2 alfa. Terbukti pula bahwa saat mulainya persalinan, terdapat penimbunan dalam jumlah besar asam arakidonat dan prostaglandin dalam cairan amnion. Di samping itu, terjadi pembentukan prostasiklin dalam miometrium, desidua, dan korion leave. Prostaglandin dapat melunakkan serviks dan merangsang kontraksi, bila diberikan dalam bentuk infus, per os, atau secara intravaginal.

h) Teori Janin

Terdapat hubungan hipofisis dan kelenjar suprarenal yang menghasilkan sinyal kemudian diarahkan kepada maternal

sebagai tanda bahwa janin telah siap lahir. Namun mekanisme ini belum diketahui secara pasti.

i) Teori Plasenta Menjadi Tua

Plasenta yang semakin tua seiring dengan bertambahnya usia kehamilan akan menyebabkan turunnya kadar estrogen dan progesteron sehingga timbul kontraksi rahim.

2) Tanda-tanda Persalinan Sudah Dekat

a) Lightening

Pada minggu ke-36 pada primigravida terjadi penurunan fundus karena kepala bayi sudah masuk pintu atas panggul yang disebabkan oleh: <sup>22</sup>

(1) Kontraksi Braxton Hicks

- (a) Ketegangan otot perut
- (b) Ketegangan ligamentum rotundum
- (c) Gaya berat janin kepala ke arah bawah

b) Terjadinya His Permulaan

Makin tua usia kehamilan, pengeluaran progesteron dan estrogen semakin berkurang sehingga oksitosin dapat menimbulkan kontraksi, yang lebih sering disebut his palsu. Sifat his palsu : <sup>22</sup>

- (1) Rasa nyeri ringan dibagian bawah
- (2) Datangnya tidak teratur
- (3) Tidak ada perubahan serviks
- (4) Durasinya pendek
- (5) Tidak bertambah jika beraktivitas

3) Tanda-tanda Persalinan

a) Terjadinya His Persalinan

His persalinan memiliki sifat, yaitu :

- (1) Pinggang terasa sakit, yang menjalar ke depan
- (2) Sifatnya teratur, intervalnya makin pendek dan kekuatannya makin besar

(3) Kontraksi uterus mengakibatkan pendataran /pembukaan servik

b) Bloody Show

Pengeluaran lendir disertai darah melalui vagina. Dengan his permulaan, terjadi perubahan pada serviks yang menimbulkan pendataran dan pembukaan, lendir yang terdapat di kanalis servikalis lepas, kapiler pembuluh darah pecah, yang menjadikan perdarahan sedikit.

c) Pengeluaran Cairan

Terjadi akibat pecahnya ketuban atau selaput ketuban robek. Sebagian besar ketuban baru pecah menjelang pembukaan lengkap tetapi kadang pecah pada pembukaan kecil.

4) Perubahan Fisiologis Persalinan

a) Perubahan-Perubahan Fisiologis Kala I: <sup>22</sup>

(1) Tekanan Darah

Tekanan darah meningkat selama kontraksi (sistolik rata-rata naik 10-20 mmHg. Distole 5-10 mmHg. Antara kontraksi, tekanan darah kembali normal pada level sebelum persalinan. Dengan rasa sakit, takut, dan cemas juga akan meningkatkan tekanan darah. Wanita yang memang memiliki resiko hipertensi kini resikonya meningkat untuk mengalami komplikasi, seperti perdarahan otak.

(2) Metabolisme

Metabolisme karbohidrat aerob dan anaerob akan meningkat secara berangsur disebabkan karena kecemasan. Peningkatan ini ditandai dengan adanya peningkatan suhu, denyut nadi, kardiak output, pernapasan dan cairan yang hilang.

### (3) Suhu Tubuh

Karena terjadi peningkatan metabolisme, maka suhu tubuh agak meningkat selama persalinan terutama selama dan segera setelah persalinan. Peningkatan ini jangan melebihi 0,50C-10C.

### (4) Detak Jantung

Detak jantung secara dramatis naik selama kontraksi. Pada setiap kontraksi, 400 ml darah dikeluarkan dari uterus dan masuk ke dalam sistem vaskuler ibu. Hal ini akan meningkatkan curah jantung.

### (5) Pernapasan

Terjadi sedikit peningkatan laju pernapasan dianggap normal. Hiperventilasi yang lama dianggap tidak normal dan bisa menyebabkan alkalosis.

### (6) Ginjal

Poliuria sering terjadi selama persalinan, mungkin disebabkan oleh peningkatan kardiak output, peningkatan filtrasi dan glomerulus, dan peningkatan aliran plasma ginjal. Proteinuria yang sedikit dianggap normal dalam persalinan.

### (7) Gastrointestinal

Mortilitas lambung dan absorpsi makanan padat secara substansial berkurang banyak selama persalinan. Selain itu, pengeluaran getah lambung berkurang menyebabkan aktivitas pencernaan hampir berhenti, dan pengosongan lambung menjadi sangat lambat. Mual atau muntah biasa terjadi sampai mencapai akhir kala I.

### (8) Hematologi

Hemoglobin meningkat sampai 1,2 gr/100 ml, selama persalinan dan akan kembali sebelum persalinan, sehari pasca persalinan kecuali perdarahan postpartum.

b) Perubahan-Perubahan Fisiologis Kala II: <sup>22</sup>

(1) Kontraksi Persalinan

Kelahiran bayi dimungkinkan oleh gabungan kekuatan antara uterus dan otot abdomen karena kekuatan tersebut membuka serviks dan mendorong janin melewati jalan lahir.

(2) Kontraksi Uterus

Kontraksi uterus selama persalinan berirama, teratur, involunter, serta mengikuti pola yang berulang. Kontraksi tersebut bertambah lebih kuat, datang setiap 2-3 menit dan berlangsung antara 50-100 detik. Setiap kali otot berkontraksi, kantong amnion didorong ke bawah ke dalam serviks. Serviks pertama-tama menipis mendatar dan kemudian terbuka, dan otot pada fundus menjadi lebih tebal.

(3) Vulva dan Anus

Saat kepala berada di dasar panggul, perineum menjadi menonjol dan lebar dan anus membuka. Labia mulai membuka dan kepala janin tampak di vulva pada waktu his.

(4) Janin

Bagian janin akan turun lebih cepat pada kala II yaitu rata-rata 1,6 cm/jam untuk primipara dan 5,4 cm untuk multipara. Pada kala II sebagai tanda bahwa kepala sudah sampai di dasar panggul, perineum menonjol, vulva menganga dan rectum terbuka.

c) Perubahan-Perubahan Fisiologis Kala III: <sup>22</sup>

(1) Mekanisme Pelepasan Plasenta

Setelah janin lahir, uterus mengadakan kontraksi otot uterus (miometrium) yang mengakibatkan penciutan permukaan kavum uteri, lepas dari tempat implantasinya.

#### Tanda-tanda Lepasnya Plasenta:

(a) Perubahan bentuk tinggi fundus

Setelah uterus berkontraksi dan plasenta terdorong ke bawah, uterus menjadi bulat, dan fundus berada diatas pusat (sering kali mengarah ke sisi kanan).

(b) Tali pusat memanjang

Tali pusat terlihat keluar memanjang (terjulur melalui vulva dan vagina).

(c) Semburan darah tiba-tiba

Semburan darah tiba-tiba menandakan bahwa darah yang terkumpul antara tempat melekatnya plasenta dan permukaan maternal plasenta, keluar melalui tepi plasenta yang terlepas.

#### 5) Perubahan Psikologis Persalinan

a) Perubahan-Perubahan Psikologis Kala I

Pada persalinan Kala I selain pada saat kontraksi uterus, umumnya ibu dalam keadaan santai, tenang dan tidak terlalu pucat. Kondisi psikologis yang sering terjadi pada wanita dalam persalinan kala I adalah: <sup>22,23</sup>

- (1) Kecemasan dan ketakutan pada dosa-dosa atau kesalahan-kesalahan sendiri. Ketakutan tersebut berupa rasa takut jika bayi yang akan dilahirkan dalam keadaan cacat, serta takhayul lain. Walaupun pada jaman ini kepercayaan pada ketakutan-ketakutan gaib selama proses reproduksi sudah sangat berkurang sebab secara biologis, anatomis, dan fisiologis kesulitan-kesulitan pada peristiwa partus bisa dijelaskan dengan alasan-alasan patologis atau sebab abnormalitas (keluarbiasaan). Tetapi masih ada perempuan yang diliputi rasa ketakutan akan takhayul.

- (2) Timbulnya rasa tegang, takut, kesakitan, kecemasan dan konflik batin. Hal ini disebabkan oleh semakin membesarnya janin dalam kandungan yang dapat mengakibatkan calon ibu mudah capek, tidak nyaman badan, dan tidak bisa tidur nyenyak, sering kesulitan bernafas dan macam-macam beban jasmaniah lainnya diwaktu kehamilannya.
- (3) Sering timbul rasa jengkel, tidak nyaman dan selalu kegerahan serta tidak sabaran sehingga harmoni antara ibu dan janin yang dikandungnya menjadi terganggu. Ini disebabkan karena kepala bayi sudah memasuki panggul dan timbulnya kontraksi-kontraksi pada rahim sehingga bayi yang semula diharapkan dan dicintai secara psikologis selama berbulan-bulan itu kini dirasakan sebagai beban yang amat berat.
- (4) Ketakutan menghadapi kesulitan dan resiko bahaya melahirkan bayi yang merupakan hambatan dalam proses persalinan:
  - (a) Adanya rasa takut dan gelisah terjadi dalam waktu singkat dan tanpa sebab sebab yang jelas
  - (b) Ada keluhan sesak nafas atau rasa tercekik, jantung berdebar-debar
  - (c) Takut mati atau merasa tidak dapat tertolong saat persalinan
  - (d) Muka pucat, pandangan liar, pernafasan pendek, cepat dan takikardi

b) Perubahan-Perubahan Psikologis Kala II

Pada masa persalinan seorang wanita ada yang tenang dan bangga akan kelahiran bayinya, tapi ada juga yang merasa takut. Adapun perubahan psikologis yang terjadi adalah sebagai berikut:<sup>22,23</sup>

- (1) Perasaan ingin meneran dan ingin BAB
  - (2) Panik dan terkejut dengan apa yang terjadi pada saat pembukaan lengkap.
  - (3) Bingung dengan adanya apa yang terjadi pada saat pembukaan lengkap.
  - (4) Frustasi dan marah
  - (5) Tidak memperdulikan apa saja dan siapa saja yang ada di kamar bersalin
  - (6) Rasa lelah dan sulit mengikuti perintah
  - (7) Fokus pada dirinya sendiri
- c) Perubahan-Perubahan Psikologis Kala III: <sup>22,23</sup>
- (1) Ibu ingin melihat, menyentuh dan memeluk bayinya
  - (2) Merasa gembira, lega dan bangga akan dirinya, juga merasa sangat lelah.
  - (3) Memusatkan diri dan kerap bertanya apakah vaginanya perlu dijahit.
- d) Perubahan-perubahan psikologis Kala IV: <sup>22,23</sup>
- (1) Perasaan lelah, karena segenap energi psikis dan kemampuan jasmaninya dikonsentrasikan pada aktivitas melahirkan.
  - (2) Dirasakan emosi-emosi kebahagiaan dan kenikmatan karena terlepas dari kekuatan, kecemasan dan kesakitan. Meskipun sebenarnya rasa sakit masih ada. Rasa ingin tau yang kuat akan bayinya.
  - (3) Timbul reaksi-reaksi terhadap bayinya: rasa bangga sebagai wanita, istri dan ibu. Terharu, bersyukur pada maha kuasa dan sebagainya.
- 6) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persalinan
- Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi persalinan antara lain:<sup>22</sup>

a) *Power* (Kekuatan)

*Power* adalah kekuatan atau tenaga yang mendorong janin keluar. Kekuatan tersebut meliputi:

b) His (Kontraksi Uterus)

His adalah kekuatan kontraksi uterus karena otot-otot polos rahim bekerja dengan baik dan sempurna. Sifat his yang baik adalah kontraksi simetris, fundus dominan, terkoordinasi dan relaksasi. Walaupun his itu kontraksi yang fisiologis akan tetapi bertentangan dengan kontraksi fisiologis lainnya, bersifat nyeri. Tiap his dimulai sebagai gelombang dari salah satu sudut di mana tuba masuk ke dalam dinding uterus.

c) Tenaga Mengedan

Setelah pembukaan lengkap dan setelah selaput ketuban pecah atau dipecahkan, serta sebagian presentasi sudah berada di dasar panggul, sifat kontraksi berubah, yakni bersifat mendorong keluar dibantu dengan keinginan ibu untuk mengedan atau usaha volunteer.

d) *Passage* (Jalan Lahir)

*Passage* atau jalan lahir dibagi menjadi dua:

(1) Bagian keras : meliputi tulang panggul, ruang panggul, bidang hodge dan ukuran-ukuran panggul. Bagian-bagian tulang panggul :

- (a) Os Ischium
- (b) Os Pubis
- (c) Os Sacrum
- (d) Os Illium
- (e) Os Cocsigis

(2) Bagian-bagian bidang Hodge

Bidang panggul adalah bidang datar imajiner yang melintang terhadap panggul pada tempat yang berbeda.

Bidang ini digunakan untuk menjelaskan proses persalinan. Bidang Hodge :

- (a) Hodge I: Dibentuk pada lingkaran PAP dengan bagian atas simfisis dan promontorium
  - (b) Hodge II: Sejajar dengan Hodge I setinggi pinggir bawah simfisis
  - (c) Hodge III: Sejajar dengan Hodge I dan II setinggi spina ischiadika kanan dan kiri
  - (d) Hodge IV: Sejajar Hodge I, II, dan III setinggi os coccygis.
- (3) Bagian lunak : meliputi diafragma pelvis dari dalam ke luar dan perineum.
- (4) *Passanger* (Janin dan Plasenta)

(a) Janin

Passanger atau janin bergerak sepanjang jalan lahir merupakan akibat interaksi beberapa faktor, yakni kepala janin, presentasi, letak, sikap, dan posisi janin. Karena plasenta juga harus melewati jalan lahir, maka dia dianggap sebagai bagian dari passanger yang menyertai janin. Namun plasenta jarang menghambat proses persalinan normal.

(b) Plasenta

Plasenta merupakan organ yang luar biasa. Plasenta berasal dari lapisan trofoblas pada ovum yang dibuahi, lalu terhubung dengan sirkulasi ibu untuk melakukan fungsi-fungsi yang belum dapat dilakukan oleh janin itu sendiri selama kehidupan intrauterine. Keberhasilan janin untuk hidup tergantung atas keutuhan dan efisiensi plasenta.

(5) Psikologis

Kelahiran bayi merupakan peristiwa penting bagi

kehidupan seorang ibu dan keluarganya. Banyak ibu mengalami psikis (kecemasan, keadaan emosional wanita) dalam menghadapi persalinan, hal ini perlu diperhatikan oleh seseorang yang akan menolong persalinan.

Perasaan cemas, khawatir akan mempengaruhi hormone stress yang akan mengakibatkan komplikasi persalinan. Tetapi sampai saat ini hampir tidak ada catatan yang menyebutkan mengenai hormone stress terhadap fungsi uteri, juga tidak ada catatan mengenai hubungan antara kecemasan ibu, pengaruh lingkungan, hormone stress dan komplikasi persalinan. Namun demikian seorang penolong persalinan harus memperhatikan keadaan psikologis ibu yang akan melahirkan karena keadaan psikologis mempunyai pengaruh terhadap persalinan dan kelahiran.

#### (6) Penolong

Penolong persalinan perlu kesiapan dan menerapkan asuhan sayang ibu. Asuhan sayang ibu adalah asuhan yang menghargai budaya, kepercayaan dan keinginan sang ibu. Beberapa prinsip dasar asuhan sayang ibu adalah dengan mengikut sertakan suami dan keluarga selama proses persalinan dan kelahiran bayi. Banyak penelitian menunjukkan bahwa jika para ibu diperhatikan dan diberi dukungan selama persalinan dan kelahiran bayi serta mengetahui dengan baik mengenai proses persalinan dan asuhan yang akan mereka terima, mereka akan mendapatkan rasa aman dan hasil yang lebih baik. Disebutkan pula bahwa hal tersebut diatas dapat mengurangi terjadinya persalinan dengan vakum, cunam, dan seksio sesar, dan persalinan

berlangsung lebih cepat. Prinsip umum dari asuhan sayang ibu yang harus diikuti oleh bidan adalah :

- (a) Rawat ibu dengan penuh hormat.
- (b) Mendengarkan dengan penuh perhatian apa yang dikatakan ibu. Hormati pengetahuan dan pemahaman mengenai tubuhnya.
- (c) Menghargai hak-hak ibu dan memberikan asuhan yang bermutu serta sopan.
- (d) Memberikan asuhan dengan memperhatikan privasi.
- (e) Selalu menjelaskan apa yang akan dikerjakan sebelum anda melakukannya serta meminta izin dahulu.
- (f) Selalu mendiskusikan temuan-temuan kepada ibu, serta kepada siapa saja yang ia inginkan untuk berbagi informasi ini.
- (g) Selalu mendiskusikan rencana dan intervensi serta pilihan yang sesuai dan tersedia bersama ibu.
- (h) Mengizinkan ibu untuk memilih siapa yang akan menemaninya selama persalinan, kelahiran dan pasca salin.
- (i) Mengizinkan ibu menggunakan posisi apa saja yang diinginkan selama persalinan dan kelahiran.
- (j) Menghindari penggunaan suatu tindakan medis yang tidak perlu (episiotomy, pencukuran dan enema).
- (k) Memfasilitasi hubungan dini antara ibu dan bayi baru lahir (Bouding and attachment).

## 7) Tahapan Persalinan

### a) Kala I (Kala Pembukaan)

Inpartu ditandai dengan keluarnya lendir

bercampur darah karena serviks mulai membuka dan mendatar. Darah berasal dari pecahnya pembuluh darah kapiler sekitar kanalis servikalis karena pergeseran-pergeseran, ketika serviks mendatar dan membuka.<sup>22</sup>

Kala I persalinan dimulai sejak terjadinya kontraksi uterus dan pembukaan serviks, hingga mencapai pembukaan lengkap (10 cm). Persalinan kala I dibagi menjadi dua fase, yaitu fase laten dan fase aktif.<sup>22</sup>

- (1) Fase Laten : dimana pembukaan serviks berlangsung lambat dimulai sejak awal kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan secara bertahap sampai pembukaan 3 cm, berlangsung dalam 7-8 jam.
- (2) Fase Aktif : pembukaan 4-10 cm, berlangsung selama 6 jam dan dibagi dalam 3 subfase, yaitu :
  - (a) Periode Akselerasi berlangsung selama 2 jam (pembukaan menjadi 4 cm)
  - (b) Periode Dilatasi Maksimal berlangsung selama 2 jam (pembukaan berlangsung cepat menjadi 9 cm)
  - (c) Periode Deselerasi berlangsung lambat, dalam 2 jam (pembukaan jadi 10 cm atau lengkap).

Pada fase persalinan, frekuensi dan lama kontraksi uterus umumnya meningkat (kontraksi dianggap adekuat jika terjadi tiga kali atau lebih dalam waktu 10 menit dan berlangsung selama 40 detik atau lebih) dan terjadi penurunan bagian terbawah janin. Berdasarkan kurve Friedman, diperhitungkan pembukaan pada primigravida 1 cm/jam dan pembukaan multigravida 2 cm/jam.

b) Kala II (Kala Pengeluaran)

Kala II persalinan dimulai ketika pembukaan

serviks sudah lengkap (10 cm) dan berakhir dengan lahirnya bayi. Kala II pada primigravida berlangsung selama 2 jam dan multigravida 1 jam. Tanda gejala kala II yaitu:<sup>22</sup>

- (1) Pembukaan Lengkap (10cm)
- (2) Ibu ingin meneran
- (3) Perineum menonjol
- (4) Vulva vagina dan sphincter anus membuka

c) Kala III (Kala Uri)

Kala III (Kala Uri) adalah periode persalinan yang dimulai dari lahirnya bayi sampai dengan lahirnya placenta. Kala III persalinan terdiri atas dua fase, yaitu pelepasan plasenta dan ekspulsi (pengeluaran) plasenta.<sup>22</sup>

Segera setelah bayi dan air ketuban sudah tidak lagi berada di dalam uterus, kontraksi akan terus berlangsung dan ukuran rongga uterus akan mengecil. Pengurangan dalam ukuran uterus ini akan menyebabkan pengurangan dalam ukuran tempat melekatnya plasenta. Oleh karena tempat melekatnya plasenta tersebut menjadi lebih kecil, maka plasenta akan menjadi tebal atau mengkerut dan memisahkan diri dari dinding uterus. Sebagian dari pembuluh-pembuluh darah yang kecil akan robek saat plasenta lepas. Tempat melekatnya plasenta akan berdarah terus hingga uterus seluruhnya berkontraksi. Setelah plasenta lahir, dinding uterus akan berkontraksi dan menekan semua pembuluh-pembuluh darah ini yang akan menghentikan perdarahan dari tempat melekatnya plasenta tersebut. Sebelum uterus berkontraksi, wanita tersebut bisa kehilangan darah 350-360 cc/menit dari tempat melekatnya plasenta tersebut. Uterus tidak bisa sepenuhnya berkontraksi hingga

plasenta lahir dahulu seluruhnya. Oleh sebab itu, kelahiran yang cepat dari plasenta segera setelah ia melepaskan dari dinding uterus merupakan tujuan dari manajemen kebidanan dari kala III yang kompeten.

Langkah utama manajemen aktif kala III adalah:<sup>22</sup>

(1) Pemberian suntikan oksitosin

Pemberian suntikan oksitosin dilakukan dalam 1 menit pertama setelah bayi lahir. Namun perlu diperhatikan dalam pemberian suntikan oksitosin adalah memastikan tidak ada bayi lain (undiagnosed twin) di dalam uterus karena oksitosin dapat menyebabkan uterus berkontraksi yang dapat menurunkan pasokan oksigen pada bayi. Suntikan oksitosin dengan dosis 10 unit diberikan secara intramuskuler (IM) pada sepertiga bagian atas paha bagian luar (aspektus lateralis). Tujuan pemberian suntikan oksitosin dapat menyebabkan uterus berkontraksi dengan kuat dan efektif sehingga dapat membantu pelepasan plasenta dan mengurangi kehilangan darah.

(2) Penegangan tali pusat terkendali

Klem pada tali pusat diletakkan sekitar 5-10 cm dari vulva dikarenakan dengan memegang tali pusat lebih dekat ke vulva akan mencegah evulsi tali pusat. Meletakkan satu tangan di atas simpisis pubis dan tangan yang satu memegang klem di dekat vulva. Tujuannya agar bisa merasakan uterus berkontraksi saat plasenta lepas. Segera setelah tanda-tanda pelepasan plasenta terlihat dan uterus mulai berkontraksi tegangkan tali pusat dengan satu tangan dan tangan yang lain (pada dinding abdomen) menekan uterus ke arah lumbal dan kepala ibu (dorso-kranial). Lakukan

secara hati-hati untuk mencegah terjadinya inversio uteri. Lahirkan plasenta dengan peregangan yang lembut mengikuti kurva alamiah panggul (posterior kemudian anterior). Ketika plasenta tampak di introitus vagina, lahirkan plasenta dengan mengangkat pusat ke atas dan menopang plasenta dengan tangan lainnya. Putar plasenta secara lembut hingga selaput ketuban terpilin menjadi satu.

(3) Masase fundus uteri

Masase fundus uteri segera setelah plasenta lahir, lakukan masase fundus uteri dengan tangan kiri sedangkan tangan kanan memastikan bahwa kotiledon dan selaput plasenta dalam keadaan lengkap. Periksa sisi maternal dan fetal. Periksa kembali uterus setelah satu hingga dua menit untuk memastikan uterus berkontraksi. Evaluasi kontraksi uterus setiap 15 menit selama satu jam pertama pasca persalinan dan setiap 30 menit selama satu jam kedua pasca persalinan.

d) Kala IV (Kala Pengawasan)

Kala IV dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir dua jam setelah proses tersebut. Setelah plasenta lahir tinggi fundus uteri kurang lebih 2 jari dibawah pusat. Otot-otot uterus berkontraksi, pembuluh darah yang ada diantara anyaman-anyaman otot uterus akan terjepit. Proses ini akan menghentikan perdarahan setelah plasenta dilahirkan. Pada fase ini perlu pemantauan intensif yaitu pemantauan 15 menit pada jam pertama setelah kelahiran plasenta, 30 menit pada jam kedua setelah persalinan, jika kondisi ibu tidak stabil, perlu dipantau lebih sering. Pemantauan atau observasi yang harus dilakukan pada kala IV yaitu:

tingkat kesadaran, pemeriksaan tanda-tanda vital (tekanan darah, nadi dan pernapasan), kontraksi uterus, tinggi fundus uterus, kandung kemih, terjadinya perdarahan (perdarahan dianggap masih normal jika jumlahnya tidak melebihi 400-500 cc).<sup>22</sup>

#### 8) Mekanisme Persalinan

##### a) *Engagement*

*Engagement* pada primigravida terjadi pada bulan terakhir kehamilan sedangkan pada multigravida dapat terjadi pada awal persalinan. Engagement adalah peristiwa ketika diameter biparetal (jarak antara dua paretal) melewati pintu atas panggul dengan sutura sagitalis melintang atau oblik di dalam jalan lahir dan sedikit fleksi. Masuknya kepala akan mengalami kesulitan bila saat masuk ke dalam panggul dengan sutura sagitalis dalam antero posterior. Jika kepala masuk kedalam pintu atas panggul dengan sutura sagitalis melintang di jalan lahir, tulang parietal kanan dan kiri sama tinggi, maka keadaan ini disebut sinklitismus. Kepala pada saat melewati pintu atas panggul dapat juga dalam keadaan dimana sutura sagitalis lebih dekat ke promontorium atau ke simfisis maka hal ini disebut asinklitismus.<sup>22</sup>

##### b) Penurunan kepala

Dimulai sebelum persalinan/inpartu. Penurunan kepala terjadi bersamaan dengan mekanisme lainnya. Kekuatan yang mendukung yaitu tekanan cairan amnion, tekanan langsung fundus pada bokong, kontraksi otot-otot abdomen, dan ekstensi dan pelurusan badan janin atau tulang belakang janin.<sup>22</sup>

##### c) Fleksi

Fleksi kepala janin memasuki ruang panggul dengan ukuran yang paling kecil yaitu dengan diameter suboccipito

bregmatikus (9,5 cm) menggantikan suboccipito frontalis (11 cm). Fleksi disebabkan karena janin didorong maju dan sebaliknya mendapat tahanan dari pinggir PAP, cervix, dinding panggul atau dasar panggul. Akibat adanya dorongan di atas kepala janin menjadi fleksi karena moment yang menimbulkan fleksi lebih besar dari pada moment yang menimbulkan defleksi. Sampai di dasar panggul kepala janin berada dalam posisi fleksi maksimal. Kepala turun menemui diafragma pelvis yang berjalan dari belakang atas ke bawah depan. Akibat kombinasi elastisitas diafragma pelvis dan tekanan intra uterin yang disebabkan oleh his yang berulang-ulang, kepala mengadakan rotasi yang disebut sebagai putaran paksi dalam.<sup>22</sup>

d) Rotasi dalam (Putaran Paksi Dalam)

Putaran paksi dalam adalah pemutaran dari bagian depan sedemikian rupa sehingga bagian terendah dari bagian depan memutar ke depan ke bawah symphysis. Pada presentasi belakang kepala bagian terendah adalah daerah ubun-ubun kecil dan bagian ini akan memutar ke depan ke bawah symphysis. Putaran paksi dalam mutlak diperlukan untuk kelahiran kepala, karena putaran paksi merupakan suatu usaha untuk menyesuaikan posisi kepala dengan bentuk jalan lahir khususnya bentuk bidang tengah dan pintu bawah panggul. Putaran paksi dalam terjadi bersamaan dengan majunya kepala dan tidak terjadi sebelum kepala sampai di Hodge III, kadang-kadang baru terjadi setelah kepala sampai di dasar panggul. Sebab-sebab terjadinya putaran paksi dalam, yaitu :<sup>22</sup>

- (1) Pada letak fleksi, bagian kepala merupakan bagian terendah dari kepala janin

(2) Bagian terendah dari kepala mencari tahanan yang paling sedikit terdapat sebelah depan atas dimana terdapat hiatus genitalis antara musculus levator ani kiri dan kanan

(3) Ukuran terbesar dari bidang tengah panggul ialah diameter anteroposterior

e) Ekstensi

Setelah putaran paksi dalam selesai dan kepala sampai di dasar panggul, terjadilah ekstensi atau defleksi dari kepala. Hal ini disebabkan karena sumbu jalan lahir pada pintu bawah panggul mengarah ke depan di atas, sehingga kepala harus mengadakan ekstensi untuk dapat melewati pintu bawah panggul. Dalam rotasi ubun-ubun kecil akan berputar ke arah depan, sehingga di dasar panggul ubun-ubun kecil berada di bawah simfisis, dengan suboksiput sebagai hipomoklion kepala mengadakan gerakan defleksi untuk dapat dilahirkan. Pada saat ada his vulva akan lebih membuka dan kepala janin makin tampak. Perineum menjadi makin lebar dan tipis, anus membuka dinding rektum. Dengan kekuatan his dan kekuatan mengejan, maka berturut-turut tampak bregmatikus, dahi, muka, dan akhirnya dagu dengan gerakan ekstensi. Sesudah kepala lahir, kepala segera mengadakan rotasi, yang disebut putaran paksi luar.<sup>22</sup>

f) Rotasi Luar (Putaran Paksi Luar)

Putaran paksi luar merupakan gerakan memutar ubun-ubun kecil ke arah punggung janin, bagian belakang kepala berhadapan dengan tuber ischiadicum kanan atau kiri, sedangkan muka janin menghadap salah satu paha ibu. Bila ubun-ubun kecil pada mulanya disebelah kiri maka ubun-ubun kecil akan berputar ke arah kiri, bila pada mulanya ubun-ubun kecil disebelah kanan maka ubun-ubun kecil

berputar ke kanan. Gerakan rotasi luar atau putar paksi luar ini menjadikan diameter biakromial janin searah dengan diameter anteroposterior pintu bawah panggul, dimana satu bahu anterior di belakang simpisis dan bahu yang satunya di bagian posterior dibelakang perineum. Sutura sagitalis kembali melintang.<sup>22</sup>

g) Ekspulsi

Setelah terjadinya rotasi luar, bahu depan berfungsi sebagai hypomochlion untuk kelahiran bahu belakang. Kemudian setelah kedua bahu lahir disusul lahirlah trochanter depan dan belakang sampai lahir janin seluruhnya. Gerakan kelahiran bahu depan, bahu belakang dan seluruhnya.<sup>22</sup>

o) Konsep Bayi Baru Lahir (BBL)

1) Pengertian

Bayi baru lahir disebut juga dengan neonatus yaitu bayi yang baru saja mengalami proses kelahiran, berusia 0 – 28 hari. BBL memerlukan penyesuaian fisiologis berupa maturasi, adaptasi (menyesuaikan diri dari kehidupan intrauterin ke kehidupan ekstrauterin) dan toleransi bagi BBL untuk dapat hidup dengan baik.<sup>22</sup>

Bayi baru lahir (neonatus) adalah bayi yang berusia 0-28 hari. Bayi baru lahir normal adalah bayi yang lahir dari kehamilan 37 minggu sampai 42 minggu dan berat badan lahir 2500 gram sampai dengan 4000 gram.<sup>22</sup>

2) Ciri-Ciri

Bayi baru lahir normal mempunyai ciri-ciri berat badan lahir 2500-4000 gram, umur kehamilan 37-40 minggu, bayi segera menangis, bergerak aktif, kulit kemerahan, menghisap ASI dengan baik, dan tidak ada cacat bawaan.<sup>22</sup>

Bayi baru lahir normal memiliki panjang badan 48-52 cm, lingkar dada 30-38 cm, lingkar lengan 11-12 cm, frekuensi

denyut jantung 120-160 x/menit, pernapasan 40-60 x/menit, lanugo tidak terlihat dan rambut kepala tumbuh sempurna, kuku agak panjang dan lemas, nilai APGAR >7, refleks-refleks sudah terbentuk dengan baik (rooting, sucking, morro, grasping), organ genitalia pada bayi laki-laki testis sudah berada pada skrotum dan penis berlubang, pada bayi perempuan vagina dan uretra berlubang serta adanya labia minora dan mayora, mekonium sudah keluar dalam 24 jam pertama berwarna hitam kecoklatan.<sup>22</sup>

### 3) Klasifikasi BBL

Bayi baru lahir atau neonatus di bagi dalam beberapa kasifikasi, yaitu: <sup>22</sup>

a) Neonatus menurut masa gestasinya :

- (1) Kurang bulan (preterm infant) : < 259 hari (37 minggu)
- (2) Cukup bulan (aterm infant) : 259-294 hari (37-42 minggu)
- (3) Lebih bulan (postterm infant) : >294 hari (42 minggu/lebih)

b) Neonatus menurut berat badan lahir :

- (1) Berat lahir rendah : < 2500 gram
- (2) Berat lahir cukup : 2500-4000 gram
- (3) Berat lahir lebih : > 4000 gram

c) Neonatus menurut berat lahir terhadap masa gestasi (masa gestasi dan ukuran berat lahir yang sesuai untuk masa kehamilan) :

- (1) Nenonatus                      cukup/kurang/lebih                      bulan  
(NCB/NKB/NLB)
- (2) Sesuai/kecil/besar              untuk              masa              kehamilan  
(SMK/KMK/BMK)

### 4) Penatalaksanaan Bayi Baru Lahir Normal

Semua bayi diperiksa segera setelah lahir untuk

mengetahui apakah transisi dari kehidupan intrauterine ke ekstrauterine berjalan dengan lancar dan tidak ada kelainan. Pemeriksaan medis komprehensif dilakukan dalam 24 jam pertama kehidupan. Pemeriksaan rutin pada bayi baru lahir harus dilakukan, tujuannya untuk mendeteksi kelainan atau anomali kongenital yang muncul pada setiap kelahiran dalam 10-20 per 1000 kelahiran, pengelolaan lebih lanjut dari setiap kelainan yang terdeteksi pada saat antenatal, mempertimbangkan masalah potensial terkait riwayat kehamilan ibu dan kelainan yang diturunkan, dan memberikan promosi kesehatan, terutama pencegahan terhadap sudden infant death syndrome (SIDS).<sup>22,24</sup>

Tujuan utama perawatan bayi segera sesudah lahir adalah untuk membersihkan jalan napas, memotong dan merawat tali pusat, mempertahankan suhu tubuh bayi, identifikasi, dan pencegahan infeksi. Asuhan bayi baru lahir meliputi:<sup>22,24</sup>

a) Penilaian Awal untuk Memutuskan Resusitasi pada Bayi

Untuk menilai apakah bayi mengalami asfiksia atau tidak dilakukan penilaian sepintas setelah seluruh tubuh bayi lahir dengan tiga pertanyaan:

(1) Apakah kehamilan cukup bulan?

(2) Apakah bayi menangis atau bernapas/tidak megap-megap?

(3) Apakah tonus otot bayi baik/bayi bergerak aktif?

Jika ada jawaban “tidak” kemungkinan bayi mengalami asfiksia sehingga harus segera dilakukan resusitasi. Penghisapan lendir pada jalan napas bayi tidak dilakukan secara rutin.

b) Pemotongan dan Pengikatan Tali Pusat

Setelah penilaian sepintas dan tidak ada tanda asfiksia pada bayi, dilakukan manajemen bayi baru lahir normal dengan mengeringkan bayi mulai dari muka, kepala, dan

bagian tubuh lainnya kecuali bagian tangan tanpa membersihkan verniks, kemudian bayi diletakkan di atas dada atau perut ibu. Setelah pemberian oksitosin pada ibu, lakukan pemotongan tali pusat dengan satu tangan melindungi perut bayi.<sup>22,25</sup>

Perawatan tali pusat adalah dengan tidak membungkus tali pusat atau mengoleskan cairan/bahan apa pun pada tali pusat. Perawatan rutin untuk tali pusat adalah selalu cuci tangan sebelum memegangnya, menjaga tali pusat tetap kering dan terpapar udara, membersihkan dengan air, menghindari dengan alkohol karena menghambat pelepasan tali pusat, dan melipat popok di bawah umbilicus.<sup>22,25</sup>

c) Inisiasi Menyusu Dini (IMD)

Setelah bayi lahir dan tali pusat dipotong, segera letakkan bayi tengkurap di dada ibu, kulit bayi kontak dengan kulit ibu untuk melaksanakan proses IMD selama 1 jam. Biarkan bayi mencari, menemukan puting, dan mulai menyusu. Sebagian besar bayi akan berhasil melakukan IMD dalam waktu 60-90 menit, menyusu pertama biasanya berlangsung pada menit ke 45-60 dan berlangsung selama 10-20 menit dan bayi cukup menyusu dari satu payudara.<sup>22,26</sup>

Jika bayi belum menemukan puting ibu dalam waktu 1 jam, posisikan bayi lebih dekat dengan puting ibu dan biarkan kontak kulit dengan kulit selama 30-60 menit berikutnya. Jika bayi masih belum melakukan IMD dalam waktu 2 jam, lanjutkan asuhan perawatan neonatal esensial lainnya (menimbang, mengukur lingkar kepala, lingkar dada, panjang badan, pemberian vitamin K, salep mata, serta pemberian gelang pengenalan) kemudian dikembalikan lagi kepada ibu untuk belajar menyusu.<sup>26</sup>

d) Mempertahankan Suhu Tubuh Bayi

Mekanisme pengaturan temperatur bayi belum berfungsi sempurna. Oleh karena itu, jika tidak dilakukan pencegahan kehilangan panas maka bayi akan mengalami hipotermia. Hipotermia dapat terjadi pada bayi yang tubuhnya dalam keadaan basah atau tidak segera dikeringkan dan diselimuti walaupun berada dalam ruangan yang hangat. Pencegahan kehilangan panas melalui tunda mandi selama 6 jam, kontak kulit bayi dan ibu serta menyelimuti kepala dan tubuh bayi.<sup>22,24</sup>

e) Pemberian Salep Mata/Tetes Mata

Pemberian salep atau tetes mata diberikan untuk pencegahan infeksi mata. Beri bayi salep atau tetes mata antibiotika profilaksis (tetrasiklin 1%, oxytetrasiklin 1% atau antibiotika lain). Pemberian salep atau tetes mata harus tepat 1 jam setelah kelahiran. Upaya pencegahan infeksi mata tidak efektif jika diberikan lebih dari 1 jam setelah kelahiran.<sup>22,24</sup>

f) Pencegahan Perdarahan Melalui Penyuntikan Vitamin K1 Dosis Tunggal di Paha Kiri.

Semua bayi baru lahir harus diberi penyuntikan vitamin K1 (Phytomenadione) 1 mg intramuskuler di paha kiri, untuk mencegah perdarahan BBL akibat defisiensi vitamin yang dapat dialami oleh sebagian bayi baru lahir.<sup>22,24</sup>

g) Pemberian Imunisasi Hepatitis B (HB 0)

Imunisasi Hepatitis B diberikan 1-2 jam di paha kanan setelah penyuntikan vitamin K1 yang bertujuan untuk mencegah penularan Hepatitis B melalui jalur ibu ke bayi yang dapat menimbulkan kerusakan hati.<sup>22,24</sup>

h) Pemeriksaan Bayi Baru Lahir (BBL)

Pemeriksaan BBL bertujuan untuk mengetahui sedini mungkin kelainan pada bayi. Bayi yang lahir di fasilitas kesehatan dianjurkan tetap berada di fasilitas tersebut selama

24 jam karena risiko terbesar kematian BBL terjadi pada 24 jam pertama kehidupan. Saat kunjungan tindak lanjut (KN) yaitu 1 kali pada umur 1-3 hari, 1 kali pada umur 4-7 hari dan 1 kali pada umur 8-28 hari.<sup>22,24</sup>

Skrining Hipotiroid Kongenital (SHK) adalah skrining yang dilakukan pada bayi baru lahir untuk memilah bayi yang menderita Hipotiroid Kongenital (HK) dan bayi yang bukan penderita. Bayi baru lahir yang bisa diperiksa ialah yang berusia 2-14 hari. Tujuan dilaksanakannya skrining ini adalah untuk mendeteksi kelainan hormon tiroid yang menjadi salah satu resiko timbulnya gangguan fisik dan mental dalam masa tumbuh kembang anak. Darah yang diambil ialah sebanyak 2-3 tetes dari tumit bayi kemudian diperiksa di laboratorium. Apabila hasilnya positif, bayi harus segera diobati sebelum usianya 1 bulan agar terhindar dari kecacatan, gangguan tumbuh kembang, keterbelakangan mental dan kognitif.<sup>27,28</sup>

#### 4. Konsep Dasar Teori Nifas dan Menyusui

##### a. Konsep Nifas

##### 1) Pengertian

Masa nifas berasal dari bahasa latin, yaitu *puer* artinya bayi dan *parous* artinya melahirkan atau masa sesudah melahirkan. Asuhan kebidanan masa nifas adalah penatalaksanaan asuhan yang diberikan pada pasien mulai dari saat setelah lahirnya bayi sampai dengan kembalinya tubuh dalam keadaan seperti sebelum hamil atau mendekati keadaan sebelum hamil.<sup>29</sup>

Masa Nifas dimulai setelah 2 jam postpartum dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil, biasanya berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari,

namun secara keseluruhan baik secara fisiologi maupun psikologis akan pulih dalam waktu 3 bulan. Masa nifas dibagi dalam 4 tahap, yaitu:<sup>29</sup>

a) Periode *immediate postpartum*

Masa segera setelah plasenta lahir sampai dengan 24 jam. Pada masa ini merupakan fase kritis, sering terjadi insiden perdarahan postpartum karena atonia uteri. Oleh karena itu, bidan perlu melakukan pemantauan secara kontinu, yang meliputi; kontraksi uterus, pengeluaran lochea, kandung kemih, tekanan darah dan suhu.

b) Periode *early postpartum* (>24 jam-1 minggu)

Pada fase ini bidan memastikan involusi uteri dalam keadaan normal, tidak ada perdarahan, lochea tidak berbau busuk, tidak demam, ibu cukup mendapatkan makanan dan cairan, serta ibu dapat menyusui dengan baik.

c) Periode *late postpartum* (>1 minggu-6 minggu)

Pada periode ini bidan tetap melakukan asuhan dan pemeriksaan sehari-hari serta konseling perencanaan KB.

d) *Remote puerperium*

*Remote puerperium* adalah waktu yang diperlukan untuk pulih dan sehat terutama bila selama hamil atau bersalin memiliki penyulit atau komplikasi.

2) Perubahan Fisiologis Masa Nifas

Perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi pada masa nifas meliputi hal-hal berikut ini: <sup>29</sup>

a) Perubahan pada sistem reproduksi

(1) Involusi

Involusi adalah kembalinya uterus pada ukuran, tonus dan posisi sebelum hamil. Mekanisme involusi uterus:

(a) *Iskemia miometrium*, hal ini disebabkan oleh kontraksi dan *retraksi* yang terus menerus dari uterus

setelah pengeluaran plasenta sehingga membuat *uterus* menjadi relatif *anemi* dan menyebabkan serat otot *atrofi*.

- (b) *Atrofi* jaringan yang terjadi sebagai reaksi penghentian hormon *estrogen* saat pelepasan *plasenta*.
- (c) *Autolisis*, merupakan proses penghancuran diri sendiri yang terjadi di dalam otot *uterus*. Enzim *proteolitik* akan memendekkan jaringan otot yang telah mengendur hingga panjangnya 10 kali panjang sebelum hamil dan lebarnya 5 kali lebih lebar sebelum hamil yang terjadi selama kehamilan. Proses *autolisis* ini terjadi karena penurunan hormon *estrogen* dan *progesteron*.

Efek Oksitosin menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot *uterus* sehingga akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus. Proses ini membantu untuk mengurangi suplai darah pada tempat *implantasi plasenta* serta mengurangi perdarahan.

Dalam keadaan normal berat *uterus* setelah kelahiran kurang lebih 1 kg sebagai akibat *involusi*. Satu minggu setelah melahirkan beratnya menjadi kurang lebih 500 gram, pada akhir minggu kedua setelah persalinan menjadi kurang lebih 300 gram, setelah itu menjadi 100 gram atau kurang.<sup>30</sup>

Tabel 4. Involusi Uteri

| <i>Involusi Uteri</i> | <i>Tinggi Fundus Uteri</i>     | <i>Berat Uterus</i> | <i>Diameter Uterus</i> |
|-----------------------|--------------------------------|---------------------|------------------------|
| Plasenta lahir        | Setinggi pusat                 | 1000 gram           | 12,5 cm                |
| 7 hari (minggu 1)     | Pertengahan pusat dan simpisis | 500 gram            | 7,5 cm                 |
| 14 hari (minggu 2)    | Tidak teraba                   | 350 gram            | 5 cm                   |
| 6 minggu              | Normal                         | 60 gram             | 2,5 cm                 |

(2) Pengeluaran Lochea dan Pengeluaran Pervaginam

Lochea berasal dari bahasa latin, yang digunakan untuk menggambarkan perdarahan pervaginam setelah persalinan. Macam-macam lochea:<sup>29</sup>

(a) Lochea rubra (crueanta)

Berwanrna merah karena berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, sel-sel desidua, verniks caseosa, lanugo, dan mekoneum selama 2 hari pasca persalinan.

(b) Lochea sanguilenta

Berwarna merah kuning berisi darah dan lendir yang keluar pada hari ke-3 sampai ke-7 pasca persalinan.

(c) Lochea serosa

Lochea ini bentuk serum dan berwarna merah jambu kemudian menjadi kuning. Cairan tidak berdarah lagi pada hari ke-7 sampai hari ke-14 pasca persalinan.

(d) Lochea alba

Dimulai dari hari ke-14, berbentuk seperti cairan putih serta terdiri atas leukosit dan sel-sel desidua.

(3) Serviks

Serviks mengalami involusi bersama-sama uterus.

Setelah persalinan, ostium uteri eksterna dapat dimasuki oleh 2 hingga 3 jari tangan, setelah 6 minggu persalinan serviks akan menutup.<sup>29</sup>

#### (4) Vulva, Vagina dan Perineum

Vulva dan vagina mengalami penekanan serta perenggangan 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 postpartum, vulva dan vagina kembali kepada keadaan tidak hamil dan rugae pada vagina secara berangsur-angsur akan muncul kembali. Himen tampak sebagai carunculae mirtyformis, yang khas pada ibu multipara.<sup>29</sup>

Ukuran vagina agak sedikit lebih besar dari sebelum persalinan. 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.<sup>29</sup>

#### 3) Perubahan pada tanda-tanda vital

Frekuensi nadi ibu secara fisiologis pada kisaran 60-80 kali permenit. Perubahan nadi yang menunjukkan frekuensi bradikardi (100 kali permenit) menunjukkan adanya tanda shock atau perdarahan. Frekuensi dan intensitas nadi merupakan tanda vital yang sensitif terhadap adanya perubahan keadaan umum ibu. Perubahan suhu secara fisiologis terjadi pada masa segera setelah persalinan, yaitu terdapat sedikit kenaikan suhu tubuh

pada kisaran 0,2-0,5°C, dikarenakan aktivitas metabolisme yang meningkat saat persalinan, dan kebutuhan kalori yang meningkat saat persalinan. Perubahan suhu tubuh berada pada kisaran 36,5°C-37,5°C. Namun kenaikan suhu tubuh tidak mencapai 38°C, karena hal ini sudah menandakan adanya tanda infeksi. Perubahan suhu tubuh ini hanya terjadi beberapa jam setelah persalinan, setelah ibu istirahat dan mendapat asupan nutrisi serta minum yang cukup, maka suhu tubuh akan kembali normal.<sup>29</sup>

Setelah kelahiran bayi, harus dilakukan pengukuran tekanan darah. Jika ibu tidak memiliki riwayat morbiditas terkait hipertensi, superimposed hipertensi serta preeklamsi/eklamsi, maka biasanya tekanan darah akan kembali pada kisaran normal dalam waktu 24 jam setelah persalinan. Pada keadaan normal, frekuensi pernapasan relatif tidak mengalami perubahan pada masa postpartum, berkisar pada frekuensi pernapasan orang dewasa 12-16 kali permenit.<sup>29</sup>

#### 4) Perubahan pada 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.<sup>29, 31</sup>

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. Tiga perubahan fisiologi sistem kardiovaskuler pascapartum yang terjadi pada wanita antara lain sebagai berikut:<sup>31</sup>

- (1) Hilangnya sirkulasi uteroplasenta yang mengurangi ukuran pembuluh darah maternal 10-15%.
- (2) Hilangnya fungsi endokrin placenta yang menghilangkan stimulus vasodilatasi.
- (3) Terjadinya mobilisasi air ekstrasvaskular yang disimpan selama wanita hamil.

Denyut jantung, volume dan curah jantung meningkat sepanjang masa hamil. Segera setelah wanita melahirkan, keadaan ini meningkat bahkan lebih tinggi selama 30-60 menit karena darah yang biasanya melintasi sirkulasi uteroplasenta tiba-tiba kembali ke sirkulasi umum. Nilai ini meningkat pada semua jenis kelahiran. Curah jantung biasanya tetap naik dalam 24-48 jam postpartum dan menurun ke nilai sebelum hamil dalam 10 hari. Frekuensi jantung berubah mengikuti pola ini. Resistensi vaskuler sistemik mengikuti secara berlawanan. Nilainya tetap di kisaran terendah nilai pada masa kehamilan selama 2 hari postpartum dan kemudian meningkat ke nilai normal sebelum hamil.<sup>31</sup>

Perubahan faktor pembekuan darah yang disebabkan kehamilan menetap dalam jangka waktu yang bervariasi selama nifas. Peningkatan fibrinogen plasma dipertahankan minimal melewati minggu pertama, demikian juga dengan laju endap darah. Kehamilan normal dihubungkan dengan peningkatan cairan ekstraseluler yang cukup besar, dan diuresis postpartum merupakan kompensasi yang fisiologis untuk keadaan ini. Ini

terjadi teratur antara hari ke-2 dan ke-5 dan berkaitan dengan hilangnya hipervolemia kehamilan residual. Pada preeklampsia, baik retensi cairan antepartum maupun diuresis postpartum dapat sangat meningkat.<sup>31</sup>

#### 5) Perubahan pada sistem musculoskeletal

Otot-otot uterus berkontraksi segera setelah persalinan. Pembuluh-pembuluh darah yang berada di antara anyaman otot-otot uterus akan terjepit. Proses ini akan menghentikan perdarahan setelah placenta dilahirkan. Ligamen-ligamen, diafragma pelvis, serta fascia yang meregang pada waktu persalinan, secara berangsur-angsur menjadi pulih kembali ke ukuran normal. Pada sebagian kecil kasus uterus menjadi retrofleksi karena ligamentum retundum menjadi kendur.

Tidak jarang pula wanita mengeluh kandungannya turun. Setelah melahirkan karena ligamen, fascia, dan jaringan penunjang alat genitalia menjadi kendur. Stabilitas secara sempurna terjadi pada 6-8 minggu setelah persalinan. Sebagai akibat putusnya serat-serat kulit dan distensi yang berlangsung lama akibat besarnya uterus pada waktu hamil, dinding abdomen masih agak lunak dan kendur untuk sementara waktu. Untuk memulihkan kembali jaringan-jaringan penunjang alat genitalia, serta otot-otot dinding perut dan dasar panggul, dianjurkan untuk melakukan latihan atau senam nifas, bisa dilakukan sejak 2 hari post partum.<sup>32</sup>

#### 6) Perubahan pada sistem endokrin

Setelah melahirkan, sistem endokrin kembali kepada kondisi seperti sebelum hamil. Hormon kehamilan mulai menurun segera setelah plasenta lahir. Penurunan hormon estrogen dan progesteron menyebabkan peningkatan prolaktin dan menstimulasi air susu. Perubahan fisiologis yang terjadi pada ibu setelah melahirkan melibatkan perubahan yang

progresif atau pembentukan jaringan-jaringan baru. Selama proses kehamilan dan persalinan terdapat perubahan pada sistem endokrin, terutama pada hormon-hormon yang berperan dalam proses tersebut. Berikut ini perubahan hormon dalam sistem endokrin pada masa postpartum : <sup>31</sup>

a) Oksitosin

Oksitosin disekresikan dari kelenjar hipofisis posterior. Pada tahap kala III persalinan, hormon oksitosin berperan dalam pelepasan plasenta dan mempertahankan kontraksi, sehingga mencegah perdarahan. Hisapan bayi dapat merangsang produksi ASI dan meningkatkan sekresi oksitosin, sehingga dapat membantu uterus kembali ke bentuk normal.

b) Prolaktin

Menurunnya kadar estrogen menimbulkan terangsangnya kelenjar hipofisis posterior untuk mengeluarkan prolaktin. Hormon ini berperan dalam pembesaran payudara untuk merangsang produksi ASI. Pada ibu yang menyusui bayinya, kadar prolaktin tetap tinggi sehingga memberikan umpan balik negatif, yaitu pematangan folikel dalam ovarium yang ditekan. Pada wanita yang tidak menyusui tingkat sirkulasi prolaktin menurun dalam 14 sampai 21 hari setelah persalinan, sehingga merangsang kelenjar gonad pada otak yang mengontrol ovarium untuk memproduksi estrogen dan progesteron yang normal, pertumbuhan folikel, maka terjadilah ovulasi dan menstruasi.

c) Estrogen dan progesterone

Selama hamil volume darah normal meningkat, diperkirakan bahwa tingkat kenaikan hormon estrogen yang tinggi memperbesar hormon antidiuretik yang meningkatkan

volume darah. Disamping itu, progesteron mempengaruhi otot halus yang mengurangi perangsangan dan peningkatan pembuluh darah yang sangat mempengaruhi saluran kemih, ginjal, usus, dinding vena, dasar panggul, perineum, vulva serta vagina.

d) Hormon plasenta

Human chorionic gonadotropin (HCG) menurun dengan cepat setelah persalinan dan menetap sampai 10% dalam 3 jam hingga hari ke 7 postpartum. Enzyme insulinasi berlawanan efek diabetogenik pada saat penurunan hormon human placenta lactogen (HPL), estrogen dan kortisol, serta placenta kehamilan, sehingga pada masa postpartum kadar gula darah menurun secara bermakna. Kadar estrogen dan progesteron juga menurun secara bermakna setelah plasenta lahir, kadar terendahnya dicapai kira-kira satu minggu postpartum. Penurunan kadar estrogen berkaitan dengan dieresis ekstraseluler berlebih yang terakumulasi selama masa hamil. Pada wanita yang tidak menyusui, kadar estrogen mulai meningkat pada minggu ke 2 setelah melahirkan dan lebih tinggi dari ibu yang menyusui pada postpartum hari ke 17.

e) Hormon hipofisis dan fungsi ovarium

Waktu mulainya ovulasi dan menstruasi pada ibu menyusui dan tidak menyusui berbeda. Kadar prolaktin serum yang tinggi pada wanita menyusui berperan dalam menekan ovulasi karena kadar hormon FSH terbukti sama pada ibu menyusui dan tidak menyusui, di simpulkan bahwa ovarium tidak berespon terhadap stimulasi FSH ketika kadar prolaktin meningkat. Kadar prolaktin meningkat secara progresif sepanjang masa hamil. Pada ibu menyusui kadar prolaktin tetap meningkat sampai minggu ke 6 setelah

melahirkan. Kadar prolaktin serum dipengaruhi oleh intensitas menyusui, durasi menyusui dan seberapa banyak makanan tambahan yang diberikan pada bayi, karena menunjukkan efektifitas menyusui. Untuk ibu yang menyusui dan tidak menyusui akan mempengaruhi lamanya ia mendapatkan menstruasi. Sering kali menstruasi pertama itu bersifat anovulasi yang dikarenakan rendahnya kadar estrogen dan progesteron. Di antara wanita laktasi sekitar 15% memperoleh menstruasi selama 6 minggu dan 45% setelah 12 minggu dan 90% setelah 24 minggu. Untuk wanita laktasi, 80% menstruasi pertama anovulasi dan untuk wanita yang tidak laktasi, 50% siklus pertama anovulasi.

#### 7) Perubahan pada Payudara

Pada saat kehamilan sudah terjadi pembesaran payudara karena pengaruh peningkatan hormon estrogen, untuk mempersiapkan produksi ASI dan laktasi. Payudara menjadi besar ukurannya bisa mencapai 800 gr, keras dan menghitam pada areola mammae di sekitar puting susu, ini menandakan dimulainya proses menyusui. Segera menyusui bayi setelah melahirkan melalui proses inisiasi menyusu dini (IMD), walaupun ASI belum keluar lancar, namun sudah ada pengeluaran kolostrum.<sup>31</sup>

Proses IMD ini dapat mencegah perdarahan dan merangsang produksi ASI. Pada hari ke 2 hingga ke 3 postpartum sudah mulai diproduksi ASI matur yaitu ASI berwarna. Pada semua ibu yang telah melahirkan proses laktasi terjadi secara alami. Fisiologi menyusui mempunyai dua mekanisme fisiologis yaitu produksi ASI dan sekresi ASI atau let down reflex.

Selama kehamilan, jaringan payudara tumbuh dan menyiapkan fungsinya untuk menyediakan makanan bagi bayi baru lahir. Setelah melahirkan, ketika hormon yang dihasilkan

plasenta tidak ada lagi, maka terjadi positive feed back hormone (umpan balik positif), yaitu kelenjar pituitary akan mengeluarkan hormon prolaktin (hormon laktogenik). Sampai hari ketiga setelah melahirkan, efek prolaktin pada payudara mulai bisa dirasakan. Pembuluh darah payudara menjadi membesar terisi darah, sehingga timbul rasa hangat. Sel-sel acini yang menghasilkan ASI juga mulai berfungsi. Ketika bayi menghisap puting, reflek saraf merangsang kelenjar posterior hipofisis untuk mensekresi hormon oksitosin. Oksitosin merangsang reflek let down sehingga menyebabkan ejeksi ASI melalui sinus laktiferus payudara ke duktus yang terdapat pada puting.<sup>31</sup>

#### 8) Perubahan Psikologis Masa 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. Menurut Reva Rubin, terdapat tiga fase dalam masa adaptasi peran pada masa nifas, yaitu:<sup>31</sup>

##### a) Masa *Taking In*

Terjadi pada hari pertama dan kedua setelah melahirkan. Ibu baru pada umumnya pasif dan tergantung, perhatiannya tertuju pada kekhawatiran akan tubuhnya. Ibu akan mengulang-ulang menceritakan pengalamannya waktu melahirkan. Pada saat ini, ibu memerlukan istirahat yang cukup agar ibu dapat menjalani masa nifas selanjutnya dengan baik. Ibu juga memerlukan nutrisi yang lebih untuk mempercepat pemulihan dan penyembuhan luka, serta persiapan proses laktasi aktif..

b) Masa *Taking Hold*

Berlangsung pada 3-10 hari postpartum. ibu lebih berkonsentrasi pada kemampuannya dalam menerima tanggung jawab sepenuhnya terhadap perawatan bayi. Ibu berusaha keras untuk menguasai keterampilan perawatan bayi, misalnya menggendong, memandikan, memasang popok, dan sebagainya. Pada masa ini ibu agak sensitif dan merasa tidak mahir dalam melakukan hal-hal tersebut, cenderung menerima nasihat bidan, karena ia terbuka untuk menerima pengetahuan dan kritikan yang bersifat pribadi. Pada tahap ini bidan penting memperhatikan perubahan yang mungkin terjadi dengan memperhatikan komunikasi yang tidak menyinggung perasaan ibu yang membuat tidak nyaman.

c) Masa *Letting Go*

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

Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan adaptasi pada masa transisi menuju masa menjadi orang tua pada saat post partum, antara lain: <sup>31,33</sup>

a) Respon dan dukungan keluarga dan teman

Bagi ibu post partum, apalagi pada ibu yang baru pertama kali melahirkan akan sangat membutuhkan dukungan orang-orang terdekatnya, karena ibu belum sepenuhnya berada pada kondisi stabil, baik fisik maupun psikologisnya. Ibu masih

sangat asing dengan perubahan peran barunya yang begitu dramatis terjadi dalam waktu yang begitu cepat, yaitu peran sebagai seorang “ibu”. Dengan respon positif dari lingkungan terdekatnya, akan mempercepat proses adaptasi peran ini sehingga akan memudahkan bagi bidan untuk memberikan asuhan pada ibu postpartum dengan optimal.

- b) Hubungan dari pengalaman melahirkan terhadap harapan dan aspirasi

Hal yang dialami oleh ibu ketika melahirkan akan sangat mewarnai alam perasaannya terhadap perannya sebagai ibu. Ibu akhirnya menjadi tahu bahwa masa transisi terkadang begitu berat untuk dilalui dan hal tersebut akan memperkaya pengalaman hidupnya untuk lebih dewasa. Banyak kasus terjadi, setelah seorang ibu melahirkan anaknya yang pertama, ibu akan bertekad untuk lebih meningkatkan kualitas hubungannya dengan ibunya, karena baru menyadari dengan nyata ternyata pengalaman menjadi ibu adalah tugas yang luar biasa dan mempunyai tanggung jawab yang berat. Ibu mulai merefleksikan pada dirinya bahwa apa yang dialami orang tuanya terdahulu, terutama ibunya adalah sama dengan yang dialaminya sekarang.

- c) Pengalaman melahirkan dan membesarkan anak yang lalu atau terdahulu

Walaupun kali ini adalah bukan lagi pengalamannya yang pertama melahirkan bayinya, namun kebutuhan untuk mendapatkan dukungan positif dari lingkungannya tidak berbeda dengan ibu yang baru melahirkan anak pertama. Hanya perbedaannya adalah teknik penyampaian dukungan yang diberikan lebih kepada support dan apresiasi dari keberhasilannya dalam melewati saat-saat sulit pada persalinannya yang lalu.

d) Pengaruh budaya

Adanya adat istiadat yang dianut oleh lingkungan dan keluarga sedikit banyak akan mempengaruhi keberhasilan ibu dalam melewati saat transisi ini. Apalagi jika hal yang tidak sinkron atau berbeda antara arahan dari tenaga kesehatan dengan budaya yang dianut. Dalam hal ini, bidan harus bijaksana dalam menyikapi, namun tidak mengurangi kualitas asuhan kebidanan yang harus diberikan. Keterlibatan keluarga dari awal dalam menentukan bentuk asuhan dan perawatan yang harus diberikan pada ibu dan bayi akan memudahkan bidan dalam pemberian asuhan.

9) Ketidaknyamanan dan cara Pemulihan dalam Masa Nifas

Ketidaknyaman pada ibu nifas dapat menyebabkan distress fisik yang bermakna. Terdapat beberapa ketidaknyaman, hal itu bisa dianggap normal. Ketidaknyamanan itu berupa:<sup>31,34</sup>

a) Nyeri setelah melahirkan

Nyeri setelah melahirkan disebabkan oleh kontraksi dan relaksasi uterus yang berurutan yang terjadi secara terus menerus. Nyeri ini lebih umum terjadi pada paritas tinggi dan pada wanita menyusui. Alasan nyeri yang lebih berat pada wanita dengan paritas tinggi adalah penurunan tonus otot uterus secara bersamaan, menyebabkan relaksasi intermiten. Berbeda pada wanita primipara yang tonus ototnya masih kuat dan uterus tetap berkontraksi tanpa relaksasi intermiten. Pada wanita menyusui, isapan bayi menstimulasi produksi oksitosin oleh hipofise posterior. Pelepasan oksitosin tidak hanya memicu refleks let down (pengeluaran ASI) pada payudara, tetapi juga menyebabkan kontraksi uterus. Nyeri setelah melahirkan akan hilang jika uterus tetap berkontraksi dengan baik saat kandung kemih kosong. Kandung kemih

yang penuh mengubah posisi uterus ke atas, menyebabkan relaksasi dan kontraksi uterus lebih nyeri.

Nyeri setelah melahirkan beberapa wanita merasa nyerinya cukup berkurang dengan mengubah posisi tubuhnya menjadi telungkup dengan meletakkan bantal atau gulungan selimut di bawah abdomen. Kompresi uterus yang konstan pada posisi ini dapat mengurangi kram secara signifikan. Analgesia efektif bagi sebagian besar wanita yang kontraksinya sangat nyeri, seperti tylenol, ibuprofen.

b) Masalah Payudara

ASI memiliki kandungan gizi beragam dan lengkap. Kandungan utama ASI sebanyak 88% adalah air. Jumlah ini cukup untuk memenuhi kebutuhan cairan pada bayi. Secara anatomis, setiap kelenjar mammae yang matang atau payudara terdiri dari 15 sampai 25 lobus. Payudara (mammae) adalah kelenjar yang terletak dibawah kulit, diatas otot dada dan fungsinya memproduksi susu untuk nutrisi bayi. Ada tiga bagian utama payudara, yaitu : Korpus (badan), yaitu bagian yang membesar, kedua adalah areola, yaitu bagian yang kehitaman di tengah dan yang ketiga adalah papill (putting) yaitu bagian yang menonjol di puncak payudara.<sup>35</sup>

c) Refleks Prolaktin

Dalam putting susu terdapat banyak ujung saraf sensorik. Bila dirangsang, timbul impuls yang menuju hipotalamus selanjutnya ke kelenjar hipofisis bagian depan sehingga kelenjar ini mengeluarkan hormone prolactin. Hormone inilah yang berperan dalam produksi ASI di tingkat alveoli.

d) Refleks aliran (*Let Down Reflex*)

Rangsang putting susu tidak hanya diteruskan sampai ke kelenjar hipofisis depan, tetapi juga ke kelenjar hipofisis bagian belakang, yang mengeluarkan hormone oksitosin.

Hormone ini berfungsi memacu kontraksi otot polos yang ada di dinding alveolus dan didinding saluran, sehingga ASI di pompa keluar.

Sebaiknya menyusui bayi tanpa dijadwal (*on demand*), karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Ibu harus menyusui bayinya jika bayi menangis tanpa sebab lain. Payudara dapat dikosongkan bayi yang sehat dalam waktu sekitar 5-7 menit, sedangkan dalam 2 jam ASI dilambung akan kosong. Proses menyusui kadang mengalami kegagalan yang sering disebabkan karena timbulnya berbagai masalah, baik masalah dari ibu maupun bayi. Salah satu faktor dari ibu yaitu cara menyusui yang kurang benar. Cara menyusui yang kurang benar dapat menyebabkan puting susu lecet dan ASI tidak keluar optimal. Hal ini dapat menimbulkan gangguan dalam proses laktasi sehingga pemberian ASI tidak adekuat, pemberian ASI yang tidak adekuat dapat mengakibatkan payudara bengkak (*breast engorgement*) karena sisa ASI pada duktus. Statis pada pembuluh darah akan mengakibatkan meningkatnya tekanan intraduktal yang akan mempengaruhi segmen pada payudara sehingga tekanan seluruh payudara meningkat akibatnya payudara sering terasa penuh, tegang serta terasa nyeri.

Teknik menyusui yang benar ialah bayi menghisap secara naluriah akan tetapi pada awalnya mungkin dia mengalami kesulitan menemukan puting ibunya. Cara menolong yang paling mudah adalah dengan menempelkan pipinya ke payudara. Kemudian masukkan puting ke mulut bayi. Pastikan bayi menghisap seluruh area gelap dari payudara (*areola*) dan bukan hanya putingnya saja. Ibu dapat aliran air susu dengan cara menekan-nekan *areola*. Menghentikan hisapan, masukkan sebuah jari disudut

mulutnya atau dorong dagunya ke bawah perlahan-lahan dengan ibu jari dan jari telunjuk. Biasanya bayi berhenti menghisap lalu melepaskan puting setelah merasa kenyang.

Puting susu lecet disarankan kepada ibu untuk tetap menyusui pada puting susu yang normal/ yang lecetnya lebih sedikit. Untuk menghindari tekanan luka pada puting, maka posisi menyusui harus sering diubah. Untuk puting susu yang sakit dianjurkan mengurangi frekuensi dan lamanya menyusui. Mengolesi puting susu yang lecet setiap habis menyusui memakai ASI, kemudian diangin-anginkan sebentar agar kering dengan sendirinya, karena ASI berfungsi sebagai pelembut puting sekaligus sebagai anti infeksi. Membersihkan puting susu tidak menggunakan sabun/ alkohol atau zat iritan lainnya. Ibu juga dapat mengoleskan minyak kelapa yang sudah dimasak terlebih dahulu pada puting yang lecet. Menyarankan ibu untuk menyusui lebih sering (8-12 kali dalam sehari), sehingga payudara tidak sampai terlalu penuh dan bayi tidak terlalu lapar akan menyusui tidak terlalu rakus.<sup>35</sup>

e) Nyeri perineum

Beberapa tindakan dapat mengurangi ketidaknyamanan atau nyeri akibat laserasi atau luka episiotomi dan jahitan laserasi atau episiotomi tersebut. Sebelum tindakan dilakukan, penting untuk memeriksa perineum untuk menyingkirkan komplikasi seperti hematoma. Pemeriksaan ini juga mengindikasikan tindakan lanjutan apa yang mungkin paling efektif.<sup>29,36</sup>

Terdapat beberapa cara untuk mengatasi nyeri perineum, kompres kantong es bermanfaat untuk mengurangi pembengkakan dan membuat perineum nyaman pada periode segera setelah melahirkan. Manfaat optimal dicapai dengan

kompres dingin selama 30 menit. Anestesi topikal sesuai kebutuhan, contoh dari anestesi ini adalah sprai Darmoplast, salep Nupercaine, salep nulpacaine. Salep dioleskan selama beberapa hari postpartum selama periode penyembuhan akut baik karena jahitan atau jika ada hemoroid. Rendam duduk dua sampai tiga kali sehari dengan menggunakan air dingin. Nyeri postpartum hilang dengan penggunaan rendam duduk dingin termasuk penurunan respon pada ujung saraf dan juga fase konstiksi lokal, yang mengurangi pembengkakan dan spasme otot.<sup>37</sup> Kompres witch hazel dapat mengurangi edema dan merupakan analgesik. Latihan Kegel bertujuan menghilangkan ketidaknyamanan dan nyeri yang dialami wanita ketika duduk atau hendak berbaring dan bangun dari tempat tidur. Latihan Kegel akan meningkatkan sirkulasi ke area perineum sehingga meningkatkan penyembuhan. Latihan ini juga dapat mengembalikan tonus otot panggul. Tindakan ini merupakan salah satu tindakan yang paling bermanfaat dan seringkali menghasilkan akibat yang dramatis dalam memfasilitasi kemudahan pergerakan dan membuat wanita lebih nyaman. Pada wanita yang mendapat episiotomi, latihan Kegel ini dapat memberi efek berlawanan sehingga dapat mengakibatkan nyeri.

f) Konstipasi

Konstipasi adalah pergerakan feses yang lambat melewati usus besar dihubungkan dengan banyaknya jumlah feses yang kering dan keras yang terkumpul pada colon descenden yang disebabkan oleh absorpsi cairan yang berlebihan. Konstipasi post-partum dengan gejala seperti rasa sakit atau rasa ketidaknyamanan, tegang, dan feses keras adalah kondisi umum yang mempengaruhi kejadian hemoroid dan nyeri di daerah episiotomi. Hal ini akibat pengaruh

hormon kehamilan dan penggunaan zat besi sebagai suplemen sehingga dapat meningkatkan resiko konstipasi pada ibu post partum.<sup>29</sup>

Rasa takut dapat menghambat fungsi bowel jika wanita takut bahwa hal tersebut dapat merobek jahitan atau akibat nyeri yang disebabkan oleh ingatannya tentang tekanan bowel pada saat persalinan. Konstipasi lebih lanjut mungkin diperberat dengan longgarnya abdomen dan oleh ketidaknyamanan jahitan robekan perineum derajat tiga atau empat.<sup>38</sup>

Masalah konstipasi dapat dikurangi dengan mengkonsumsi makanan tinggi serat dan tambahan asupan cairan. Penggunaan laksatif pada wanita yang mengalami laserasi derajat tiga atau empat dapat membantu mencegah wanita mengejan. Namun asuhan sebelum pemberian laksatif, ambulasi dini dapat dilakukan sebelum intervensi tersebut antara lain pelvic floor muscle training (PFMT).<sup>39,40</sup>

g) Hemoroid

Jika wanita mengalami hemoroid, mungkin mereka sangat merasakan nyeri selama beberapa hari. Hemoroid yang terjadi selama masa kehamilan dapat menimbulkan traumatis dan menjadi lebih edema selama kala dua persalinan. Untuk mengurangi masalah ini dapat dilakukan dengan cara kantong es dan rendam duduk es.<sup>41,42</sup>

10) Tanda Bahaya pada Masa Nifas

Tanda bahaya masa nifas adalah suatu tanda abnormal yang mengindikasikan adanya bahaya atau komplikasi yang dapat terjadi selama masa nifas, apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu. Konseling mengenai tanda-tanda bahaya masa nifas sangat penting dan perlu, karena masih banyak ibu atau wanita yang sedang hamil atau pada masa

nifas belum mengetahui tentang tanda-tanda bahaya masa nifas, baik yang diakibatkan masuknya kuman ke dalam alat kandungan seperti eksogen (kuman datang dari luar), autogen (kuman masuk dari tempat lain dalam tubuh) dan endogen (dari jalan lahir sendiri).<sup>29</sup>

Asuhan pada masa nifas sangat diperlukan dalam periode ini karena masa nifas merupakan masa kritis untuk ibu dan bayinya. Tenaga kesehatan paling sedikit melaksanakan 4 kali kunjungan pada masa nifas. Tujuan kunjungan ini diantaranya yaitu untuk menilai status ibu dan bayinya, melaksanakan screening yang komprehensif, mendeteksi masalah, mengobati atau merujuk bila terjadi komplikasi pada ibu dan bayi. Sehingga diharapkan dengan adanya kunjungan pada ibu nifas, komplikasi yang terjadi pada masa nifas dapat dicegah.<sup>29</sup>

#### 11) Kebutuhan Dasar Masa Nifas

##### a) Ambulasi Dini

Ambulasi dini adalah kebijaksanaan agar secepat mungkin bidan membimbing ibu post partum bangun dari tempat tidurnya dan membimbing ibu secepat mungkin untuk berjalan. Keuntungan early ambulation adalah:<sup>29,43,44</sup>

- (1) Ibu merasa lebih sehat dan kuat dengan early ambulation.
- (2) Faal dan kandung kemih lebih baik.
- (3) Early ambulation memungkinkan kita mengajarkan ibu cara merawat anaknya selama ibu masih di rumah sakit. Misalnya memandikan, mengganti pakaian dan memberi makan.

##### b) Nutrisi

Pada masa nifas masalah nutrisi perlu mendapat perhatian yang serius, karena dengan nutrisi yang baik dapat mempercepat penyembuhan ibu dan sangat mempengaruhi

pada proses menyusuan. Nutrisi yang diberikan harus begizi seimbang, cukup kalori, tinggi protein dan banyak mengandung cairan. Ibu yang menyusui harus memenuhi kebutuhan gizi sebagai berikut: <sup>29,43,44</sup>

- (1) Mengkomsumsi tambahan 500 kalori tiap hari menjadi  $\pm$  2700 – 3000 kalori.
- (2) Makan dengan diet berimbang untuk mendapatkan protein, mineral, dan vitamin yang cukup.
- (3) Minum sedikitnya 3 liter air tiap hari.
- (4) Pil zat besi harus diminum untuk menambah zat gizi, setidaknya selama 40 hari pasca persalinan.
- (5) Minum kapsul vitamin A 200.000 unit agar dapat memberikan vitamin A kepada bayi melalui ASI.

c) Personal Hygiene

Pada masa nifas, seorang ibu sangat rentan terhadap penyakit infeksi. Oleh karena itu kebersihan diri sangat penting untuk mencegah terjadinya infeksi. Kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur dan lingkungan sangat penting untuk menjaga kebersihan dari ibu nifas adalah : <sup>29,43,44</sup>

- (4) Anjurkan kebersihan seluruh tubuh, terutama Perineum.
- (5) Mengajarkan ibu bagaimana membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air. Pastikan bahwa ibu mengerti untuk membersihkan daerah disekitar vulva terlebih dahulu, dari depan ke belakang, kemudian membersihkan daerah sekitar anus. Anjurkan ibu untuk membersihkan vulva setiap kali setelah BAB atau BAK.
- (6) Sarankan ibu untuk mengganti pembalut atau kain pembalut setidaknya 2 kali sehari. Kain dapat digunakan ulang jika telah dicuci dengan baik dan dikeringkan di bawah matahari dan disetrika.

- (7) Sarankan ibu untuk mencuci tangan dengan sabun dan air sebelum dan sesudah membersihkan daerah kelaminnya.
- (8) Jika ibu mempunyai luka episiotomy atau laserasi, sarankan kepada ibu untuk menghindari menyentuh daerah tersebut.

d) Istirahat dan tidur

Hal yang bisa dilakukan pada ibu untuk memenuhi kebutuhan istirahat dan tidur adalah : <sup>29,43,44</sup>

- (1) Anjurkan ibu agar istirahat cukup untuk mencegah kelelahan yang berlebihan.
- (2) Sarankan ibu untuk kembali pada kegiatan-kegiatan rumah tangga secara perlahan-lahan, serta untuk tidur siang atau beristirahat selagi bayi tidur.

Kurang istirahat akan mempengaruhi ibu dalam beberapa hal, yaitu : mengurangi jumlah ASI yang diproduksi, memperlambat proses involusi uterus dan memperbanyak pendarahan, dan menyebabkan depresi serta ketidakmampuan untuk merawat bayi dan dirinya sendiri.

e) Eliminasi

Ibu diminta untuk buang air kecil (BAK) 6 jam post partum, jika dalam 8 jam post partum belum dapat berkemih atau sekali berkemih belum melebihi 100 cc, maka dilakukan kateterasi. Akan tetapi, kalau ternyata kandung kemih penuh, tidak perlu 8 jam untuk kateterisasi. Ibu post partum diharapkan dapat buang air besar (BAB) setelah hari kedua post partum. Jika hari ketiga belum juga BAB, maka perlu diberi obat pencabar per oral atau per rectal. Jika setelah pemberian obat pencabar masih belum bisa BAB, maka dilakukan klisma (huknah). <sup>29,43,44</sup>

## 12) Asuhan Kebidanan Masa Nifas

Asuhan ibu masa nifas adalah asuhan yang diberikan kepada ibu segera setelah kelahiran sampai 6 minggu setelah kelahiran. Tujuan dari asuhan masa nifas adalah untuk memberikan asuhan yang adekuat dan terstandar pada ibu segera setelah melahirkan dengan memperhatikan riwayat selama kehamilan, dalam persalinan dan keadaan segera setelah melahirkan. Adapun hasil yang diharapkan adalah terlaksananya asuhan segera atau rutin pada ibu post partum termasuk melakukan pengkajian, membuat diagnosa, mengidentifikasi masalah dan kebutuhan ibu, mengidentifikasi diagnosa dan masalah potensial, tindakan segera serta merencanakan asuhan. Adapun jadwal kunjungan pada masa nifas adalah sebagai berikut  
: 29,43,44

### a) Kunjungan I (6-8 jam setelah persalinan)

- (1) Mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri
- (2) Mendeteksi dan merawat penyebab lain perdarahan, rujuk bila perdarahan berlanjut.
- (3) Memberikan konseling pada ibu atau salah satu anggota keluarga bagaimana mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri.
- (4) Pemberian ASI awal.
- (5) Melakukan hubungan antara ibu dan bayi baru lahir
- (6) Menjaga bayi tetap sehat dengan cara mencegah hipotermi

### b) Kunjungan II (6 hari setelah persalinan)

- (1) Memastikan involusi uterus berjalan normal : uterus berkontraksi, fundus dibawah umbilicus, tidak ada perdarahan abnormal, dan tidak ada bau
- (2) Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi, atau perdarahan abnormal

- (3) Memastikan ibu mendapatkan cukup makanan, cairan dan istirahat
- (4) Memastikan ibu menyusui dengan baik dan tidak memperlihatkan tanda-tanda penyulit
- (5) Memberikan konseling pada ibu mengenai asuhan pada bayi, tali pusat, menjaga bayi tetap hangat dan perawatan bayi sehari-hari.

c) Kunjungan III (2 minggu setelah persalinan)

- (1) Memastikan involusi uterus berjalan normal : uterus berkontraksi, fundus dibawah umbilicus, tidak ada perdarahan abnormal, dan tidak ada bau
- (2) Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi, atau perdarahan abnormal
- (3) Memastikan ibu mendapatkan cukup makanan, cairan, dan istirahat
- (4) Memastikan ibu menyusui dengan baik, dan tidak memperlihatkan tanda-tanda penyulit
- (5) Memberikan konseling pada ibu mengenai asuhan pada bayi, tali pusat, menjaga bayi tetap hangat dan perawatan bayi sehari-hari

d) Kunjungan IV (6 minggu pasca postpartum)

- (1) Menanyakan pada ibu tentang penyulit-penyulit yang ia alami atau bayinya
- (2) Memberikan konseling KB secara dini
- (3) Menganjurkan/mengajak ibu membawa bayinya ke posyandu atau puskesmas untuk penimbangan dan imunisasi.

b. Konsep Menyusui

1) Pengertian Menyusui dan ASI (Air Susu Ibu)

Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. ASI

adalah makanan utama yang dianjurkan bagi bayi baru lahir hingga usia enam bulan. ASI mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh kembang, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral. Selain itu, sistem kekebalan tubuh bayi memerlukan antibodi dalam ASI untuk memperkuat sistem kekebalan tubuhnya. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menganjurkan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama, diikuti dengan pemberian makanan tambahan yang sesuai.

ASI terbukti mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi dalam jumlah yang tepat dan dengan pertimbangan yang tepat, sehingga menjadi nutrisi yang paling sehat dan paling sempurna bagi bayi. Menyusui merupakan metode pemberian makanan bayi yang paling efektif karena bermanfaat bagi kesehatan ibu dan anak, yang bergantung pada sejumlah hormon, refleks, dan perilaku yang secara alami dikembangkan oleh ibu dan bayi baru lahir.

Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kondisi gizi anak. ASI membantu bayi baru lahir tetap sehat dan lestari dengan memberikan nutrisi penting. Selain itu, Air Susu Ibu sangatlah penting untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat.

## 2) Fisiologi Menyusui

Fisiologi menyusui melibatkan proses kompleks yang terjadi antara ibu dan bayi, serta melibatkan berbagai sistem dalam tubuh ibu. Berikut adalah penjelasan mengenai beberapa aspek utama fisiologi menyusui:

### a) Laktasi

Sejak kehamilan, kelenjar susu telah berubah untuk mempersiapkan masa laktasi, atau menyusui, khususnya

kelenjar, alveoli, dan jaringan lemak semuanya menunjukkan peningkatan proliferasi jaringan.

- b) Kolostrum adalah susu yang keluar dari saluran laktiferus.
- c) Hipervaskularisasi internal dan eksternal, di mana vena membesar sehingga mudah terlihat. Efek supresif dari progesteron dan estrogen menghilang setelah melahirkan. Pengaruh prolaktin atau hormon laktogenik (LH) kemudian muncul, yang merangsang produksi ASI. Kelenjar mioepitel mammae berkontraksi di bawah pengaruh oksitosin, melepaskan ASI. Dua hingga tiga hari setelah melahirkan, produksi akan mencapai puncaknya. Menghisap puting susu saat bayi pertama kali disusui merupakan rangsangan psikologis yang memicu kelenjar pituitari untuk melepaskan oksitosin secara refleks. ASI akan diproduksi lebih banyak. Involusi uterus akan lebih sempurna sebagai hasilnya. Ibu dan bayi dapat ditempatkan di lokasi yang berbeda atau di ruangan yang sama (rooming in). Rooming in memiliki manfaat sebagai berikut:

- (1) Bayi mudah disusui.
- (2) Ibu dan anak selalu berhubungan.
- (3) Ibu sudah belajar cara merawat anaknya sedini mungkin.

- d) Produksi ASI, Produksi ASI dimulai setelah melahirkan, yang dipicu oleh perubahan hormon. Dua hormon penting yang terlibat dalam proses ini adalah oksitosin dan prolaktin. ini:

- (1) Prolaktin: Hormon ini diproduksi oleh kelenjar pituitari. anterior dan bertanggung jawab untuk merangsang kelenjar susu untuk memproduksi ASI. Kadar prolaktin meningkat setelah kelahiran dan saat bayi menyusu.

(2) Oksitosin: Hormon ini juga diproduksi oleh kelenjar pituitari, berfungsi untuk memicu refleksi let-down (refleksi pengeluaran ASI). Kontraksi otot-otot sekitar alveoli payudara oleh oksitosin menghasilkan pelepasan ASI ke dalam saluran susu.

### 3) Macam-Macam ASI

#### a) Kolostrum

Cairan pertama yang keluar adalah kolostrum, yang berwarna kekuningan. Memiliki kandungan protein, antibodi, dan imunoglobulin yang tinggi. Kolostrum memenuhi kebutuhan nutrisi sejak lahir karena mengandung protein tinggi, vitamin A tinggi, rendah lemak, dan tujuh karbohidrat. ASI pertama yang keluar adalah kolostrum. Pada hari pertama hingga keempat setelah melahirkan, kelenjar susu mengeluarkan kolostrum ini. Dibandingkan dengan ASI matang, kolostrum memiliki kadar protein, mineral, garam, vitamin A, nitrogen, sel darah putih, dan antibodi yang lebih tinggi. Lebih jauh lagi, kolostrum tetap rendah laktosa dan lemak. Imunoglobulin, protein utama dalam kolostrum, bertindak sebagai antibodi untuk menghentikan dan menghilangkan parasit, jamur, virus, dan bakteri. Volume kolostrum di payudara kira-kira sama dengan kapasitas lambung bayi berusia antara satu dan dua hari, meskipun jumlah kolostrum yang keluar sedikit menurut standar kita. Kolostrum memiliki kapasitas 150–300 mililiter per hari.<sup>45</sup>

#### b) ASI Peralihan

Berikut ini adalah ciri-ciri ASI pada masa transisi, yaitu setelah kolostrum dan sebelum matang menjadi ASI: <sup>45</sup>

(1) Transformasi ASI dari kolostrum menjadi susu matang.

- (2) Disekresikan selama hari ke-4 dan ke-10 menyusui. Menurut kepercayaan lain, hanya minggu ke-3 hingga ke-5 saat ASI matang diproduksi.
- (3) ASI lebih banyak mengandung lemak, laktosa, dan vitamin yang larut dalam air, lebih rendah protein dan mineral, dan lebih tinggi kalori daripada kolostrum.
- (4) Selain itu, jumlah ASI yang diproduksi akan meningkat setiap hari, mencapai sekitar 800 ml/hr pada usia tiga bulan.

c) Air Susu Matur

Semua zat gizi tersebut terdapat dalam cairan berwarna putih kekuningan. Terjadi mulai hari kesepuluh. Berikut ini adalah ciri-ciri susu yang matang: <sup>45</sup>

- (1) Komposisi ASI cukup stabil, sementara beberapa pihak menyatakan bahwa komposisinya stabil antara minggu ketiga dan kelima.
- (2) Karena ASI adalah satu-satunya makanan bergizi dan cukup untuk bayi hingga usia enam bulan, ibu yang sehat akan menghasilkan cukup ASI untuk anaknya.
- (3) Warna garam kalsium kasein, riboflavin, dan karoten yang dikandungnya menghasilkan cairan putih kekuningan.

4) Indikator Kecukupan ASI

Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI, 2023), ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada bayi usia di bawah enam bulan dapat menilai kecukupan atau kelancaran ASI-nya berdasarkan:<sup>45</sup>

- a) Frekuensi menyusui  $\geq 8$  kali dalam sehari.
- b) Durasi tidur bayi 14-17 jam per hari.
- c) Bayi memiliki frekuensi buang air kecil (BACK) minimal  $\geq 6$  kali sehari.

- d) Setelah itu, payudara ibu terasa lembut dan kosong bayi menyusui, dan biasanya akan kembali terisi dalam waktu 20-30 menit.
- e) Bayi tidur atau merasa tenang selama 2-3 jam setelah menyusui.
- f) Air seni dapat berwarna kuning atau bening, g) Bayi buang air besar 2-5 kali sehari (BAB).

#### 5) Refleks Menyusui

Proses menyusui melibatkan interaksi antara bayi dan ibu yang merangsang refleks menyusui.<sup>45</sup>

- a) Refleks Mencari (Rooting Refleks) Ketika pipi bayi disentuh, bayi akan menggerakkan kepalanya ke arah itu. Bayi akan membuka mulutnya dan mencoba mengisap benda yang disentuh ketika bibirnya disentuh.
- b) Refleks Menghisap (Sucking Refleks) Puting susu ibu merangsang langit-langit mulut bayi, yang memicu refleks menghisap. Areola atau cincin payudara ibu harus ditangkap oleh mulut bayi (masuk ke dalam mulut) agar dapat merangsang langit-langit belakang bayi secara optimal. Gusi, lidah, dan langit-langit akan menekan sinus laktiferus di bawah areola untuk memastikan ASI masuk ke mulut bayi dengan tepat.
- c) Refleks Menelan (Swallowing Refleks) Rahang bayi terbentuk akibat gerakan pipi dan gusi yang menekan areola. Saat ASI memenuhi mulut bayi, ia akan menelannya, yang memicu reaksi ini.
- d) Refleks Let-Down Ketika bayi mulai menyusui, rangsangan pada puting susu memicu otak untuk melepaskan oksitosin, yang menghasilkan ASI dikeluarkan dari payudara. Refleks ini bisa dipicu oleh suara bayi atau bahkan pikiran tentang bayi.

Hormon prolaktin berperan dalam produksi kolostrum di akhir kehamilan, namun, karena tingginya kadar progesteron dan estrogen menurunkan aktivitas prolaktin, jumlah kolostrum yang diproduksi menjadi terbatas. Melalui sumsum tulang belakang hipotalamus, Hipotalamus menerima rangsangan ini dan, pada gilirannya, menekan pelepasan faktor-faktor yang menghambat sekresi prolaktin sambil merangsang pelepasan faktor-faktor yang mendorongnya. Sel-sel alveolar yang memproduksi susu dirangsang oleh hormon ini. Kandungan prolaktin ibu menyusui akan stabil tiga bulan setelah melahirkan, dan tidak akan meningkat lagi sampai bayi disapih, meskipun bayi mengisap dan produksi ASI masih berlangsung Farlikhatun.

6) Posisi dan Peletakan Bayi

Posisi menyusui yang benar menurut IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia) adalah: <sup>45</sup>

- a) Tubuh bayi menghadap ke tubuh ibu, dengan telinga sejajar dengan lengan dan leher.
- b) Payudara ibu adalah tempat dagu bayi menempel
- c) Bibir bayi terlipat ke luar dan mulutnya terbuka
- d) Mulut bayi berisi sebagian besar areola, terutama bagian bawah
- e) Bayi mengisap dengan perlahan
- f) Ibu tidak kesakitan
- g) Bayi tenang saat menyusu
- h) Terdengar bunyi menelan, bukan bunyi berdecak

7) Kandungan Air Susu Ibu (ASI)

Komposisi ASI yang mengandung zat kompleks sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Berikut adalah komponen utama dari kandungan ASI: <sup>45</sup>

a) Nutrisi Makro

- (1) Karbohidrat: Karbohidrat utama dalam ASI, laktosa, memberi bayi sumber energi yang penting. Selain itu, laktosa berperan dalam penyerapan fosfor dan kalsium.
- (2) Protein: ASI mengandung dua jenis protein utama: kasein dan whey. Whey protein lebih mudah dicerna oleh bayi, sementara kasein memberikan konsistensi yang lebih baik untuk pertumbuhan.
- (3) Lemak: ASI kaya akan lemak, yang merupakan sumber energi tinggi dan penting untuk perkembangan otak. Asam lemak esensial omega-3 dan omega-6 terdapat dalam lemak ASI.

b) Nutrisi Mikro

- (1) Vitamin: Vitamin A, C, D, E, dan K termasuk di antara banyak vitamin penting yang ditemukan dalam ASI. Misalnya, sistem kekebalan tubuh dan kesehatan tulang bergantung pada vitamin D.
- (2) Mineral: ASI termasuk mineral seperti zat besi, fosfor, dan kalsium.. Meskipun zat besi dalam ASI tidak sebanyak dalam susu formula, ia diserap dengan sangat baik oleh tubuh bayi

c) Komponen Bioaktif

- (1) Antibodi dan Imunoglobulin: ASI kaya akan imunoglobulin IgA, yang membentuk lapisan pelindung untuk melindungi bayi dari infeksi di saluran pencernaan
- (2) Faktor Pertumbuhan: Faktor pertumbuhan seperti faktor pertumbuhan epidermal (EGF) dalam ASI yang mendukung pertumbuhan sel-sel saluran pencernaan

- (3) Prebiotik dan Probiotik: Selain itu, oligosakarida yang terkandung dalam ASI berfungsi sebagai prebiotik, yang mendorong perkembangan bakteri menguntungkan dalam usus bayi.

#### 8) Manfaat Air Susu Ibu (ASI)

ASI merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi baru lahir, dan memiliki berbagai manfaat yang signifikan baik untuk kesehatan bayi maupun ibu. Berikut adalah beberapa manfaat ASI beserta teori-teori yang mendasarinya: <sup>45</sup>

##### a) Manfaat untuk Kesehatan Bayi

- (1) Nutrisi Optimal: Protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral semuanya terkandung dalam ASI, yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Komposisi alami ASI disesuaikan dengan kebutuhan gizi bayi.
- (2) Perlindungan Imunologis: Antibodi yang ditemukan dalam ASI melindungi bayi terhadap penyakit dan infeksi, khususnya imunoglobulin A (IgA). Dasar teori ini adalah gagasan bahwa antibodi yang diberikan kepada bayi melalui ASI membantu perkembangan sistem kekebalan tubuh mereka.
- (3) Pencegahan Obesitas: Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang hanya menerima ASI umumnya lebih kecil kemungkinannya rendah terkena obesitas di kemudian hari. Teori ini berakar pada mekanisme pengaturan rasa lapar dan kenyang yang lebih baik melalui proses menyusui.

##### b) Manfaat untuk Kesehatan Ibu

- (1) Pemulihan Pasca Melahirkan: Menyusui membantu uterus ibu berkontraksi kembali ke ukuran semula,

mengurangi risiko perdarahan, dan mempercepat pemulihan setelah melahirkan.

(2) Menurunkan Risiko Penyakit: Menyusui dikaitkan dengan risiko lebih rendah terkena kanker ovarium dan payudara, serta diabetes tipe 2. Teori ini berdasar pada pemahaman bahwa hormon yang dilepaskan selama menyusui membantu mengatur metabolisme dan mengurangi risiko penyakit.

(3) Kesehatan Mental: Menyusui dapat meningkatkan kesehatan mental ibu, mengurangi risiko depresi pasca melahirkan. Ini terkait dengan pelepasan hormon oksitosin yang memberikan perasaan nyaman dan Bahagia.

## 5. Konsep Neonatus

### a. Pengertian

Neonatus merupakan bayi yang baru lahir sampai dengan 28 hari pertamanya. Neonatus adalah bayi di awal kelahirannya sedang tumbuh dan harus melakukan penyesuaian diri dari kehidupan intrauterine dan ekstrauterine.

Neonatus normal memiliki berat 2.700 sampai 4000 gram, panjang 48-53 cm, lingkar kepala 33-35 cm (Hastuti et al, 2021). Dari beberapa pengertian di atas, dapat di simpulkan neonatus merupakan waktu bayi baru lahir sampai dengan usia 28 hari.<sup>46</sup>

### b. Klasifikasi

Pemantauan yang dilakukan pada neonatus berdasarkan jenisnya dibagi menjadi dua, yaitu:<sup>46</sup>

#### 1) Neonatus Dini (0-7 hari)

a) Pemeriksaan kesehatan yang meliputi fisik menyeluruh, termasuk penilaian berat badan, panjang tubuh, dan pemeriksaan organ vital.

- b) Perawatan kulit yaitu pengawasan terhadap masalah kulit seperti jaundice (kuning) dan perawatan tali pusat.
- c) Nutrisi dengan melakukan penilaian dan dukungan terkait pemberian ASI atau susu formula. Memantau pola makan dan berat badan bayi.
- d) Imunisasi dengan melakukan vaksin awal yaitu hepatitis B
- e) Melakukan pemantauan tanda-tanda vital, seperti suhu tubuh dan fungsi pernafasan.
- f) Melakukan pencegahan infeksi dengan memperhatikan terhadap tanda-tanda infeksi dan menjaga kebersihan untuk menjaga dan mencegah terjadinya infeksi.

2) Neonatus Lanjut (8-28 hari)

- a) Melakukan pemantauan perkembangan dengan melakukan penilaian perkembangan motorik dan sensorik serta pemantauan pertumbuhan.
- b) Melanjutkan vaksinasi yang diperlukan sesuai jadwal
- c) Melakukan pemeriksaan kesehatan berkala dengan melakukan pemeriksaan rutin untuk mendeteksi potensi masalah kesehatan.
- d) Pencegahan dan penanganan untuk mengatasi masalah kesehatan pada neonatus.
- e) Melakukan pendidikan kesehatan orang tua, memberikan informasi kepada orang tua mengenai perawatan bayi, termasuk tanda bahaya dan kapan harus mencari bantuan medis

c. Ciri-Ciri Neonatus Normal<sup>46</sup>

- 1) Berat badan 2500- 4000 gram.
- 2) Panjang badan 48-52 cm.
- 3) Lingkar dada 30-38 cm. d. Lingkar kepala 33-35 cm.
- 4) Frekuensi denyut jantung 120-160 x/menit.
- 5) Pernafasan 40-60 x/menit.

- 6) Kulit kemerah-merahan dan licin karena jaringan subkutan yang cukup.
- 7) Rambut lanugo tidak terlihat dan rambut kepala biasanya telah sempurna.
- 8) Kuku agak panjang dan lemas.
- 9) Genitalia pada perempuan, labia mayora sudah menutupi labia minora, pada laki-laki testis sudah turun, skrotum sudah ada.
- 10) Bayi lahir langsung menangis kuat.
- 11) Refleks sucking (menghisap dan menelan) sudah terbentuk dengan baik.
- 12) Refleks morro (gerakan memeluk bila dikagetkan) sudah terbentuk dengan baik.
- 13) Refleks grasping (menggenggam) sudah baik.
- 14) Refleks rooting (mencari puting susu dengan rangsangan taktil pada pipi dan daerah mulut) sudah terbentuk dengan baik.

d. Tanda Bahaya Neonatus

Tanda bahaya bayi baru lahir merupakan suatu gejala yang timbul dan dapat mengancam kesehatan bayi baru lahir, bahkan dapat menyebabkan kematian, maka dari itu sudah seharusnya orang tua mengetahui tanda-tanda bahaya bayi baru lahir yang diantaranya adalah: <sup>46</sup>

- 1) Bayi tidak mau menyusu atau muntah.
- 2) Kejang
- 3) Lemah
- 4) Sesak nafas
- 5) Rewel
- 6) Pusar kemerahan
- 7) Demam
- 8) Suhu tubuh dingin
- 9) Mata bernanah
- 10) Diare

## 11) Bayi kuning

### e. Kebutuhan Cairan pada Neonatus<sup>46</sup>

#### 1) Neonatus Dini (0-7 hari)

- a) Kebutuhan cairan, pada hari pertama kelahiran sekitar 60-80 ml/kg berat badan perhari, pada hari berikutnya sekitar 100-150 ml/kg berat badan per hari.
- b) Pemberian airan biasanya diperoleh dari ASI atau susu formula atau susu formula jika bayi memerlukan cairan seperti dalam kasus dehidrasi.
- c) Monitoring dengan melakukan pemantauan asupan cairan dan output, termasuk urinasi dan frekuensi BAB sangat penting.

#### 2) Neonatus Lanjut (8-28 hari)

- a) Kebutuhan cairan sekitar 100-150 ml/kg berat badan per hari, tergantung pada berat badan dan pertumbuhan bayi.
- b) Pemberian airan umumnya diperoleh melalui ASI atau susu formula jika diperlukan.
- c) Melakukan monitoring dengan memantau tanda-tanda hidrasi yang baik dan menyesuaikan asupan cairan sesuai kebutuhan.

### f. Imunisasi

Imunisasi atau vaksinasi adalah cara sederhana, aman dan efektif untuk melindungi seseorang dari penyakit berbahaya, sebelum bersentuhan dengan agen penyebab penyakit. Sedangkan, menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 12 tahun 2017 tentang Penyelenggaraan Imunisasi, imunisasi adalah suatu upaya untuk menimbulkan/meningkatkan kekebalan seseorang secara aktif terhadap suatu penyakit sehingga bila suatu saat terpapar dengan penyakit tersebut tidak akan sakit atau hanya mengalami sakit ringan. Vaksin mengandung virus atau bakteri yang dimatikan atau dilemahkan, dan tidak menyebabkan penyakit atau membuat seseorang berisiko mengalami komplikasi. Kebanyakan vaksin

diberikan melalui suntikan, tetapi beberapa diberikan secara oral (melalui mulut) atau disemprotkan ke hidung.<sup>46</sup>

Sasaran dalam pelayanan imunisasi rutin pada bayi dan anak adalah sebagai berikut:<sup>46</sup>

- 1) Hepatitis B (usia 0-7 hari)
- 2) BCG- Polio 1 (usia 1 bulan)
- 3) Polio/ IPV (usia 1,2,3,4 bulan)
- 4) DPT- Hb-Hib (usia 2,3,4 bulan)
- 5) Campak (usia 9 bulan)

## 6. Konsep Dasar Keluarga Berencana (KB)

### a. Pengertian

Menurut Peraturan Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 24 Tahun 2017 Keluarga Berencana merupakan tindakan yang membantu individu atau pasangan suami istri untuk mendapatkan objektif-objektif tertentu, menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang diinginkan, mengatur interval diantara kehamilan, mengontrol waktu saat kehamilan dalam hubungan dengan suami istri dan menentukan jumlah anak dalam keluarga.<sup>47</sup> KB merupakan salah satu usaha untuk mencapai kesejahteraan dengan menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapat kelahiran yang memang diinginkan, mengatur interval diantara kelahiran. Sedangkan menurut KBBI, Keluarga berencana adalah gerakan untuk membentuk keluarga yang sehat dan sejahtera dengan membatasi kelahiran. Keluarga berencana adalah tindakan yang membantu pasangan suami istri untuk mencegah kehamilan, penundaan usia kehamilan serta menjarangkan kehamilan. Menurut WHO Expert Commite keluarga berencana adalah tindakan yang membantu individu atau pasangan suami istri untuk:<sup>48, 49</sup>

- 1) Mendapatkan objek-objek tertentu.
- 2) Menghindari kelahiran yang tidak diinginkan.
- 3) Mendapatkan kelahiran yang memang diinginkan.

- 4) Mengatur interval di antara kelahiran.
- 5) Mengontrol waktu saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami istri.
- 6) Menentukan jumlah anak dalam keluarga

b. Tujuan

Tujuan dari keluarga berencana adalah untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak serta mewujudkan keluarga yang bahagia dan sejahtera melalui pengendalian kelahiran dan pengendalian pertumbuhan penduduk Indonesia. KB juga diharapkan dapat menghasilkan penduduk yang berkualitas, sumber daya manusia yang bermutu dan meningkatkan kesejahteraan keluarga.<sup>48, 49</sup>

c. Manfaat Keluarga Berencana (KB)

Manfaat Keluarga Berencana (KB) adalah:<sup>48, 49</sup>

- 1) Perbaiki kesehatan badan karena tercegahnya kehamilan yang berulang kali dalam jangka waktu yang terlalu pendek.
- 2) Adanya waktu yang cukup untuk mengasuh anak-anak, untuk istirahat, dan menikmati waktu luang, serta melakukan kegiatan-kegiatan lain.

d. Kebutuhan Pada Calon Akseptor KB

1) Konseling

Konseling adalah suatu proses pemberian informasi objektif dan lengkap, dilakukan secara sistematis dengan panduan sistematis interpersonal, teknik bimbingan dan penguasaan pengetahuan klinik yang bertujuan untuk membantu seseorang mengenali kondisinya saat ini, masalah yang sedang dihadapinya dan menentukan jalan keluar atau upaya dalam mengatasi masalah tersebut. Proses konseling yang benar, objektif dan lengkap akan meningkatkan kepuasan, kelangsungan dan keberhasilan penggunaan berbagai metode kontrasepsi.<sup>50,51</sup>

Dalam memberikan konseling, khususnya bagi calon

akseptor Keluarga Berencana (KB) yang baru, hendaknya dapat diterapkan enam langkah yang sudah dikenal dengan kata kunci SATU TUJU. Penerapan SATU TUJU tersebut tidak perlu dilakukan secara berurutan karena petugas harus menyesuaikan diri dengan kebutuhan klien. Kata kunci SATU TUJU adalah sebagai berikut:<sup>51,52</sup>

- a) SA : SApa dan Salam kepada klien secara terbuka dan sopan. Berikan perhatian sepenuhnya kepada mereka dan berbicara di tempat yang nyaman serta terjamin privasinya. Yakinkan klien untuk membangun rasa percaya diri. Tanyakan kepada klien apa yang perlu dibantu serta jelaskan pelayanan apa yang dapat dipeolehnya.
- b) T : Tanyakan pada klien informasi tentang dirinya  
Bantu klien untuk berbicara mengenai pengalaman Keluarga Berencana (KB) dan Kesehatan Reproduksi (KR), tujuan, kepentingan, harapan, serta keadaan kesehatan dan kehidupan keluarganya. Tanyakan kontrasepsi yang diinginkan oleh klien. Berikan perhatian kepada klien apa yang disampaikan klien sesuai dengan kata-kata, gerak isyarat dan caranya. Coba tempatkan diri kita di dalam hati klien. Perlihatkan bahwa kita memahami. Dengan memahami pengetahuan, kebutuhan dan keinginan klien, kita dapat membantunya.
- c) U : Uraikan kepada klien mengenai pilihannya dan beritahu apa pilihan reproduksi yang paling mungkin, termasuk pilihan beberapa kontrasepsi. Bantulah klien pada jenis kontrasepsi yang paling diinginkan, serta jelaskan pula jenis-jenis kontrasepsi lain yang ada. Uraikan juga mengenai risiko penularan Human Immunodeficiency Virus/ Acquired Immune Deficiency Syndrome (HIV/AIDS) dan pilihan metode ganda.

d) TU: Bantulah klien menentukan pilihannya.

Bantulah klien berpikir mengenai apa yang paling sesuai dengan keadaan dan kebutuhannya.

e) J: Jelaskan secara lengkap kepada klien bagaimana menggunakan kontrasepsi pilihannya. Setelah klien memilih jenis kontrasepsi, jika diperlukan perlihatkan alat kontrasepsinya.

f) U: Perlunya kunjungan Ulang.

Diskusikan dan buat kontrak dengan klien untuk melakukan pemeriksaan lanjutan atau permintaan kontrasepsi apabila dibutuhkan.

## 2) Penapisan Klien

Tujuan utama panapisan klien sebelum pemberian suatu metode kontrasepsi, untuk menentukan apakah ada: <sup>50,51</sup>

a) Kehamilan

Klien tidak hamil apabila :

- (1) Tidak senggama sejak haid terakhir
- (2) Sedang memakai metode efektif secara baik dan benar
- (3) Sekarang didalam 7 hari pertama haid terakhir
- (4) Di dalam 4 minggu pasca persalinan
- (5) Dalam 7 hari pasca keguguran
- (6) Menyusui dan tidak haid

b) Keadaan yang membutuhkan perhatian khusus

c) Masalah (misalnya : diabetes, tekanan darah tinggi) yang membutuhkan pengamatan dan pengelolaan lebih lanjut.

d) Apabila klien menyusui dan kurang dari 6 minggu pasca persalinan maka pil kombinasi adalah metode pilihan terakhir.

e) Tidak cocok untuk pil progestin (minipil), suntikan Depo medroxy progesterone asetat (DMPA) atau Norethindrone enanthate (NET-EN) atau susuk

- f) Tidak cocok untuk suntikan progestin (DMPA atau NET-EN).
- g) Tidak cocok untuk suntikan progestin (DMPA atau NET-EN).

e. Macam-Macam Alat Kontrasepsi

1) Metode Alamiah/Tradisional

a) Metode Amenore Laktasi (MAL)

Metode amenorea laktasi (MAL) adalah kontrasepsi yang mengandalkan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, artinya hanya diberikan ASI tanpa tambahan makanan atau minuman apapun lainnya. MAL dapat dipakai sebagai kontrasepsi bila menyusui secara penuh (*full breast feeding*) lebih efektif bila pemberian  $\geq 8$  x sehari, belum haid dan umur bayi kurang dari 6 bulan. Efektif sampai 6 bulan, dan harus dilanjutkan dengan pemakaian metode kontrasepsi lainnya. Cara kerjanya yaitu penundaan atau penekanan ovulasi.<sup>53</sup>

b) Metode Keluarga Berencana Alamiah (KBA)

Metode kontrasepsi alamiah merupakan metode untuk mengatur kehamilan secara alamiah, tanpa menggunakan alat apapun. Metode ini dilakukan dengan menentukan periode/masa subur yang biasanya terjadi sekitar 14 hari sebelum menstruasi sebelumnya, memperhitungkan masa hidup sperma dalam vagina (48-72 jam), masa hidup ovum (12-24 jam), dan menghindari senggama selama kurang lebih 7-18 hari termasuk masa subur dari setiap siklus.<sup>54</sup>

c) Metode Kalender (Oginu-Knaus)

Pantang berkala atau lebih dikenal dengan system kalender merupakan salah satu cara/metode kontrasepsi sederhana yang dapat dikerjakan sendiri oleh pasangan suami isteri dengan tidak melakukan senggama pada masa

subur. Metode ini lebih efektif bila dilakukan secara baik dan benar. Dengan penggunaan system kalender setiap pasangan dimungkinkan dapat merencanakan setiap kehamilannya.

Metode kalender memerlukan ketekunan ibu untuk mencatat waktu menstruasinya selama 6-12 bulan agar waktu ovulasi dapat ditentukan. Perhitungan masa subur didasarkan pada ovulasi (umumnya terjadi pada hari ke 14+2 hari sebelum menstruasi berikutnya), masa hidup ovum (24 jam), dan masa hidup spermatozoa (2-3 hari). Angka kegagalan metode ini sebesar 14,4-47 kehamilan pada setiap wanita 100 wanita per tahun.

d) Metode Suhu Badan Basal

Metode kontrasepsi ini dilakukan berdasarkan pada perubahan suhu tubuh. Pengukuran dilakukan dengan pengukuran suhu basal (pengukuran suhu yang dilakukan ketika bangun tidur sebelum beranjak dari tempat tidur). Tujuan pengukuran ini adalah mengetahui masa ovulasi. Waktu pengukuran harus dilakukan pada saat yang sama setiap pagi dan setelah tidur nyenyak  $\pm 3-5$  jam serta dalam keadaan istirahat. Pengukuran dapat dilakukan per oral (3 menit), per rectal (1 menit) dan per vagina. Suhu tubuh basal dapat meningkat sebesar  $0,2-0,5^{\circ}\text{C}$  ketika ovulasi. Peningkatan suhu basal dimulai 1-2 hari setelah ovulasi disebabkan peningkatan hormon progesteron. Metode ini memiliki angka kegagalan sebesar 0,3-6,6 per 100 wanita pertahun. Kerugian utama metode suhu basal ini adalah abstinensia (menahan diri tidak melakukan senggama) sudah harus dilakukan pada masa praovulasi.

e) Metode Lendir Serviks

Metode kontrasepsi ini dilakukan berdasarkan perubahan siklus lendir serviks yang terjadi karena

perubahan kadar estrogen. Pada setiap siklus menstruasi, sel serviks memproduksi 2 macam lendir serviks, yaitu lendir estrogenik (tipe E) lendir jenis ini diproduksi pada fase akhir sebelum ovulasi dan fase ovulasi. Sifat lendir ini banyak, tipis, seperti air (jernih) dan viskositas rendah, elastisitas besar, bila dikeringkan akan membentuk gambaran seperti daun pakis (fernlike patterns, ferning, arborization) sedangkan gestagenik (tipe G) lendir jenis ini diproduksi pada fase awal sebelum ovulasi dan setelah ovulasi. Sifat lendir ini kental, viskositas tinggi dan keruh. Angka kegagalan 0,4-39,7 kehamilan pada 100 wanita per tahun. Kegagalan ini disebabkan pengeluaran lendir yang mulainya terlambat, lendir tidak dirasakan oleh ibu dan kesalahan saat menilai lendir.

f) Senggama Terputus

Senggama Terputus (*coitus interruptus*), ialah penarikan penis dari vagina sebelum terjadinya ejakulasi. Hal ini berdasarkan kenyataan, bahwa akan terjadinya ejakulasi disadari sebelumnya oleh sebagian besar laki-laki, dan setelah itu masih ada waktu kira-kira “detik” sebelum ejakulasi terjadi. Waktu yang singkat ini dapat digunakan untuk menarik penis keluar dari vagina. Keuntungan, carai ini tidak membutuhkan biaya, alat-alat ataupun persiapan, tetapi kekurangannya adalah untuk menyukkseskan cara ini dibutuhkan pengendalian diri yang besar dari pihak laki-laki.

2) Metode Kontrasepsi Sederhana<sup>55</sup>

a) Kondom

Kondom terbuat dari karet sintetis yang tipis, berbentuk silinder, dengan muaranya berpinggir tebal, yang bila digulung berbentuk rata atau mempunyai bentuk seperti puting

susu. Kondom ini tidak hanya mencegah kehamilan, tetapi juga mencegah IMS termasuk HIV/AIDS. Pada umumnya standar ketebalan adalah 0,02 mm. Secara ilmiah didapatkan hanya sedikit angka kegagalan kondom yaitu 2-12 kehamilan per 100 perempuan pertahun.

b) Kontrasepsi Barrier Intra Vagina

(1) Diafragma

Diafragma adalah kap berbentuk bulat cembung, terbuat dari lateks (karet) yang diinsersikan ke dalam vagina sebelum berhubungan seksual dan menutupi serviks. Cara kerja diafragma adalah menahan sperma agar tidak mendapat akses mencapai saluran alat reproduksi bagian atas (uterus dan tuba falopii) dan sebagai alat tempat spemisida.

(2) Kondom Wanita

Kondom wanita sebenarnya merupakan kombinasi antara diafragma dan kondom. Alasan utama dibuatnya kondom wanita karena kondom pria dan diafragma biasa tidak dapat menutupi daerah perineum sehingga masih ada kemungkinan penyebaran mikroorganisme penyebab IMS.

(3) Spemisida

Spemisida adalah suatu zat atau bahan kimia yang dapat mematikan dan menghentikan gerak atau melumpuhkan spermatozoa di dalam vagina, sehingga tidak dapat membuahi sel telur. Spemisida dapat berbentuk tablet vagina, krim dan jelly, aerosol (busa/foam), atau tisu KB. Cukup efektif apabila dipakai dengan kontrasepsi lain seperti kondom dan diafragma. Angaka kegagalan 11-31%.

### 3) Kontrasepsi Hormonal

#### a) Pil KB

##### (1) Pil Kombinasi

Pil kombinasi ini dapat diminum setiap hari, efektif dan reversibel, pada bulan-bulan pertama efek samping berupa mual dan perdarahan bercak yang tidak berbahaya dan segera akan hilang, efek samping serius jarang terjadi, dapat dipakai semua ibu usia reproduksi, baik yang sudah mempunyai anak maupun belum, dapat dimulai diminum setiap saat bila yakin sedang tidak hamil, tidak dianjurkan pada ibu yang menyusui dan dapat dipakai sebagai kontrasepsi darurat. Pil kombinasi dibagi menjadi 3 jenis, yaitu pil monofasik yaitu pil yang tersedia dalam kemasan 21 tablet mengandung hormon aktif estrogen/progestin (E/P) dalam dosisi yang sama, dengan 7 tablet tanpa hormon aktif, sedangkan pil bifasik yaitu pil yang tersedia dalam kemasan 21 tablet mengandung hormon aktif estrogen/progesteron (E/P) dengan dua dosisi yang berbeda, dengan 7 tablet tanpa hormon aktif, dan pil trifasik, yaitu pil yang tersedia dalam kemasan 21 tablet mengandung hormon aktif estrogen/progesteron (E/P) dengan tiga dosis yang berbeda, dengan 7 tablet tanpa hormon aktif.<sup>55</sup>

##### (2) Pil Progestin (Mini Pil)

Kontrasepsi minipil ini cocok untuk perempuan menyusui yang ingin memakai pil KB, sangat efektif pada masa laktasi, dosis rendah, tidak menurunkan produksi ASI, tidak memberikan efek samping estrogen, efek samping utama adalah gangguan perdarahan; perdarahan bercak, atau perdarahan tidak

teratur, dan dapat dipakai kontrasepsi darurat. Kontrasepsi mini pil dibagi menjadi 2 jenis, yaitu kemasan dengan isi 35 pil 300 µg levonorgestrel atau 350 µg noretindron, dan kemasan dengan isi 28 pil 75µg desogesterel. Kontrasepsi mini pil sangat efektif (98,5%), pada pengguna mini pil jangan sampai ada tablet yang terlupa, tablet digunakan pada jam yang sama (malam hari), dan senggama sebaiknya dilakukan 3-20 jam setelah penggunaan mini pil.<sup>55</sup>

b) Suntik

Suntik KB ada dua jenis yaitu, suntik KB 1 bulan (*cyclofem*) dan suntik KB 3 bulan (DMPA) Efek sampingnya terjadi gangguan haid, depresi, keputihan, jerawat, perubahan berat badan, pemakaian jangka panjang bisa terjadi penurunan libido, dan densitas tulang.

Cara kerjanya mencegah ovulasi, mengentalkan lendir serviks sehingga menurunkan kemampuan penetrasi sperma, menjadikan selaput lendir rahim tipis dan atrofi dan menghambat transportasi gamet oleh tuba. Kedua kontrasepsi suntik tersebut memiliki efektifitas yang tinggi, dengan 0,3 kehamilan per 100 perempuan per tahun, asal penyuntikannya dilakukan secara teratur sesuai jadwal yang telah ditentukan.<sup>55</sup>

c) Implan

Implan adalah alat kontrasepsi yang disusupkan di bawah kulit, biasanya di lengan atas. Cara kerjanya sama dengan pil, implan mengandung levonogestrel. Keuntungan dari metode implan ini antara lain tahan sampai 5 tahun, kesuburan akan kembali segera setelah pengangkatan. Efektifitasnya sangat tinggi, angka kegagalannya 1-3%.<sup>55</sup>

#### 4) Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR)

Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR) adalah alat kontrasepsi yang dimasukkan ke dalam rahim yang bentuknya bermacam-macam, terdiri dari plastik (*polyethylene*). Ada yang dililit tembaga (Cu), ada pula yang tidak, ada pula yang dililit tembaga bercampur perak (Ag). Selain itu ada pula yang dibatangnya berisi hormon progesteron. Efektifitasnya tinggi, angka kegagalannya 1%.<sup>55</sup>

#### 5) Kontrasepsi Mantab

##### a) Tubektomi

Tubektomi adalah metode kontrasepsi untuk perempuan yang tidak ingin anak lagi. Perlu prosedur bedah untuk melakukan tubektomi sehingga diperlukan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan tambahan lainnya untuk memastikan apakah seorang klien sesuai untuk menggunakan metode ini. Tubektomi termasuk metode efektif dan tidak menimbulkan efek samping jangka panjang, Jarang sekali tidak ditemukan efek samping, baik jangka pendek maupun jangka panjang.<sup>55</sup>

##### b) Vasektomi

Vasektomi adalah metode kontrasepsi untuk lelaki yang tidak ingin anak lagi. Perlu prosedur bedah untuk melakukan vasektomi sehingga diperlukan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan tambahan lainnya untuk memastikan apakah seorang klien sesuai untuk menggunakan metode ini.<sup>55</sup>