BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Konsep Dasar Teori Kehamilan

a. Pengertian Kehamilan

Kehamilan didefinisikan sebagai persatuan antara sebuah telur dan sebuah sperma, yang menandai awal suatu peristiwa yang terpisah, tetapi ada suatu rangkaian kejadian yang mengelilinginya. Kejadian-kejadian itu ialah pembentukan gamet (telur dan sperma), ovulasi (pelepasan telur), penggabungan gamet dan implantasi embrio di dalam uterus. (Oktavia & Lubis, 2024)

b. Kehamilan merupakan kondisi yang mana rentan terhadap semua jenis "stres", yang berakibat pada perubahan fungsi fisiologis dan metabolik. Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin mulai sejak konsepsi sampai permulaan persalinan. kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, di mana trimester pertama berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40). (Oktavia & Lubis, 2024) Perubahan dan Adaptasi Fisiologis Ibu Hamil Trimester III

Perubahan fisiologis dalam kehamilan merupakan perubahan pada fisik ibu hamil pada saat hamil yang disebabkan oleh perubahan

hormonal. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024) Berikut perubahan fisiologis ibu hamil Trimester III:

1) Sistem Reproduksi

a) Uterus

Pada usia kehamilan trimester III frekuensi dan kekuatan kontraksi otot segmen atas rahim semakin meningkat. Oleh karena dapat menyebabkan segmen bawah rahim itu menjadi lebih lebar dan tipis. Ibu hamil uterusnya tumbuh membesar akibat pertumbuhan isi konsepsi intrauterin. Hormon Estrogen menyebabkan hiperplasi jaringan, hormon progesteron berperan untuk elastisitas/kelenturan uterus. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

Uterus pada ibu hamil sering berkontraksi tanpa perasaan nyeri, juga bila disentuh, misalnya pada waktu pemeriksaan dalam, kadang-kadang kita meraba bahwa sewaktu pemeriksaan, konsistensi rahim dari lunak menjadi keras, kemudian lunak kembali Apabila rahim sudah dapat diraba dari luar, maka kotraksi ini dapat dirasakan dengan palpasi Kontraksi ini dianggap sebagai tanda kehamilan yang dikenal dengan nama kontraksi dari Braxton hicks. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

Braxton hicks yaitu kontraksi membuat perut ibu terasa kencang dan hilang dengan sendirinya. untuk mengatasi

sering kenceng-kenceng diantaranya seperti menjelaskan penyebab terjadinya sering kenceng-kenceng, menganjurkan ibu untuk latihan pernafasan, menganjurkan ibu untuk istirahat apabila terjadi kenceng-kenceng, memberikan ibu KIE ketidaknyamanan TM III, dan menganjurkan ibu makan makanan yang seimbang. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

Tabel 2.1 Normal TFU sesuai umur kehamilan, untuk memantau pertumbuhan janin

Umur Kehamilan	TFU (cm)	TFU Leopold
12 minggu	-	1-2 jari diatas simfisis
16 minggu	-	Pertengahan simfisis - pusat
20 minggu	20 mgg (± 2 cm)	2-3 jari dibawah pusat
22-27 minggu	Umur kehamilan dalam minggu = cm (± 2 cm)	Setinggi umbilikus
28 minggu	28 cm (±2)	Pertengahan pusat - px
29-35 minggu	Umur kehamilan dalam minggu = cm (± 2 cm)	3 jari dibawah px
36-40 minggu	36 cm (± 2 cm)	Pada px atau pertengahan pusat-px

Sumber: (Nawangsari & Shofiyah, 2022)

b) Serviks

Karena pengaruh hormone estrogen, serviks uteri pada kehamilan juga mengalami perubahan. Jika korpus uteri mengandung lebih banyak jaringan otot, maka serviks lebih banyak mengandung jaringan ikat,dan hanya 10% jaringan otot. Jaringan ikat pada serviks ini banyak mengandung kolagen. Akibat kadar estrogen yang meningkat dan dengan adanya hipervaskularisasi

maka konsistensi serviks menjadi lunak. (Mizawati, 2016)

2) Kelenjar-kelenjar di serviks akan berfungsi lebih dan akan mengeluarkan sekresi lebih banyak. Kadang-kadang wanita yang sedang hamil mengeluh mengeluarkan cairan pervagina lebih banyak. Keadaan ini sampai batas tertentu masih merupakan keadaan yang fisiologik. Pada akhir kehamilan serviks menjadi lunak sekali dan portio menjadi pendek dan dapat dimasuki dengan mudah oleh satu jari. Serviks yang demikian disebut serviks yang matang. (Mizawati, 2016) Sistem kardiovaskuler

Meningkatnya beban kerja menyebabkan otot jantung mengalami hipertrrofi, terutama ventrikel kiri sebagai pengatur pembesaran jantung. Kecepatan darah meningkat (jumlah darah yang dialirkan oleh jantung dalam setiap denyutnya) sebagai hasil dari peningkatan curah jantung. Ini meningkatkan volume darah dan oksigen ke seluruh organ dan jaringan ibu untuk pertumbuhan janin. Perubahan pada sistem kardiovaskuler pada ibu hamil antara lain:

- Cardiac Output: Cardiac output maternal meningkat sekitar 30 sampai 50% selama kehamilan. Cardiac output mencapai kadar maksimumselama trimester pertama atau kedua kehamilan dan tetap tinggi sampai persalinan. Cardia posisi output tergantung pada posisi ibu. Jika ibu posisi telentang,

uterus yang membesar menekan vena cava inferior, mengurangi aliran balik vena ke jantung sehingga menurunkan cardiac output. Pengaruh ini lebih besar pada saat kehamilan aterm. Antara 1 sampai 10 persen ibu hamil mengalami supine hypotension syendrome/ sindrom hipotensi pada saat berbaring telentang dan mengalami penurunan tekanan darah disertai gejala-gejala seperti pusing, pening, mual dan rasa akan pingsan.

- Tekanan Darah dan Nadi: Penurunan tahanan vaskular prefier selama kehamilan terutama disebabkan karena relaksasi otot polos sebagai akibat pengaruh hormon progesteron. Jantung harus memompa dengan kekuatan yang lebih besar, khususnya pada saat menjelang aterm, sehingga terjadi sedikit dilatasi. Hormon progesteron akan menimbulkan relaksasi otot-otot polos dan menyebabkan dilatasi dinding pembuluh darah yang akan mengimbangi peningkatan kekuatan dari jantung. Dengan demikian, tekanan darah harus tetap atau mendekati nilai pada keadaan tidak hamil. Walaupun demikian, seorang wanita hamil cenderung mengalami hipotensi supinasio apabila berbaring terlentang karena vena kava inferior akan tertekan oleh isi uterus yang berat. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

3) Sistem pernafasan

Kehamilan mempengaruhi perubahan sistem pernafasan pada volume paru-paru dan ventilasi. Perubahan anatomi dan fisiologi sistem pernapasan selama kehamilan diperlukan untuk memenuhi peningkatan metabolisme dan kebutuhan oksigen bagi tubuh ibu dan janin. Perubahan tersebut terjadi karena pengaruh hormonal dan biokimia. (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020)

Pada akhir kehamilan, laju pernapasan per menit meningkat sebesar 40%. Perubahan ini membuat ibu berisiko mengalami hiperventilasi. Hiperventilasi memungkinkan terjadinya alkalosis, hal tersebut terjadi dikarenakan adanya kenaikan sekresi bikarbonat oleh ginjal. Tetapi, hiperventilasi terjadi akibat dari feel langsung dari peningkatan hormon progesteron pada pusat pernapasan. Akibatnya, mungkin ibu hamil bisa saja merasa cemas dan sesak napas. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

4) Sistem perkemihan

Pada akhir kehamilan, kepala janin mulai memasuki panggul, keinginan buang air kecil kembali terjadi saat kandung kemih mulai berkontraksi lagi. Selain itu, pengenceran darah juga terjadi sehingga menciptakan kondisi yang menguntungkan bagi metabolisme air. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Di minggu terakhir kehamilan, panggul ginjal kanan dan ureter lebih lebar dari ginjal bagian kiri, hal tersebut mengakibatkan pergerakan rahim ke kanan semakin kuat, sehingga adanya usus besar di rektum kiri. Kondisi perubahan ini, menyebabkan panggul dan ureter mungkin lebih banyak urin dan juga memperlambat aliran urin. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

5) Sistem musculoskeletal

Kehamilan menyebabkan perubahan postur tubuh, posisi dan cara berjalan ibu hamil. Pembesaran perut menyebabkan panggul condong kedepan dan tulang belakang menjadi lordosis. Simfisis pubis melebar 4 mm pada usia kehamilan 32 minggu dan sakrokoksigeus tidak teraba. Peningkatan pergerakan pelvik memunculkan keluhan sakit punggung dan ligamen pada ibu hamil tua. Pada kehamilan otot-otot dinding perut meregang. Karena pengaruh hormon estrogen dan progesterone, terjadi peningkatan hormon relaksin yang menyebabkan relaksasi dari ligamen-ligamen dalam tubuh menyebabkan peningkatan mobilitas dari sambungan/otot terutama pada otot-otot pada pelvix. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

6) Perubahan pada sistem muskuloskeletal menyebabkan ketidaknyamanan nyeri punggung. Keluhan nyeri punggung bawah pada ibu hamil TM III dapat diatasi dengan senam hamil.

Senam hamil dapat meringankan nyeri punggung bawah yang dirasakan ibu hamil karena di dalam senam hamil terdapat gerakan yang dapat memperkuat otot abdomen, membuat elastisitas otot dan ligamen yang ada di punggung dan relaksasi, sehingga senam hamil dapat menurunkan nyeri punggung bagian bawah (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024) Sistem endokrin

Pada usia kehamilan trimester 3 kadar hormon estrogen akan meningkat sedangkan progesterone semakin sedikit. Estrogen bersifat merangsang uterus untuk berkontraksi, sedangkan progesteron menjaga otot rahim agar tetap rileks selama kehamilan. Hormon oksitosin dan prolaktin pada saat kehamilan aterm sampai masa menyusui akan meningkat berfungsi sebagai perangsang produksi ASI. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

Progesteron dan estrogen menfasilitasi cadangan energi ibu selama masa hamil dan laktasi dengan mengendapkan lemak di jaringan subkutan di atas perut ibu, punggung, dan paha atas. Estrogen juga meningkatkan pembesaran alat kelamin, rahim, dan payudara, meningkatkan vaskularisasi, menyebabkan vasodilatasi, relaksasi ligamen dan sendi panggul. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

Prolaktin meningkat yang berfungsi untuk menghasilkan kolostrum. Prolaktin bertanggung jawab untuk laktasi awal namun, tingginya kadar estrogen dan progesteron menghambat laktasi dengan menghalangi pengikatan prolaktin ke jaringan payudara sampai setelah kelahiran. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

Oksitosin diproduksi oleh hipofisis posterior. Jumlahnya semakin meningkat saat janin matur. Hormon ini dapat merangsang kontraksi uterus selama kehamilan, tetapi kadar progesteron yang tinggi mencegah kontraksi hingga waktu dekat. Oksitosin juga menstimulasi reaksi let-down atau ejeksi ASI setelah lahir sebagai respons terhadap mengisap bayi pada payudara ibu. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

7) Sistem Gastrointestinal

Pada saluran gastrointestinal, hormon esterogen membuat pengeluaran asam lambung meningkat, yang dapat menyebabkan pengeluaran air liur yang berlebihan , daerah lambung terasa panas. Kadar progesterone yang tinggi pada kehamilan trimester III menyebabkan penurunan dari peristaltik usus sehingga menyebabkan konstipasi. (Indah, Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena., 2024)

8) Sistem Persyarafan

Menurut (Isnaini, 2023) Perubahan persarafan pada ibu hamil belum banyak diketahui. Gejala neurologis dan neuromuskular yang timbul pada ibu hamil adalah:

- Terjadi perubahan sensori tungkai bawah disebabkan oleh kompresi saraf panggul dan stasis vaskular akibat pembesaran uterus.
- Posisi ibu hamil menjadi lordosis akibat pembesaran uterus, terjadi tarikan saraf atau kompresi akar saraf dapat menyebabkan perasaan nyeri.
- Edema dapat melibatkan saraf perifer, dapat juga menekan saraf median di bawah karpalis pergelangan tangan, sehingga menimbulkan rasa terbakar atau rasa gatal dan nyeri pada tangan menjalar ke siku, paling sering terasa pada tangan yang dominan
- Posisi ibu hamil yang membungkuk menyebabkan terjadinya tarikan pada segmen pleksus brakhialis sehingga timbul akroestesia (rasa baal atau gatal di tangan).
- Ibu hamil sering mengeluh mengalami kram otot hal ini dapat disebabkan oleh suatu keadaan hipokalsemia.
- Nyeri kepala pada ibu hamil dapat disebabkan oleh vasomotor yang tidak stabil, hipotensi postural atau hipoglikemia.

9) Berat badan dan indeks masa tubuh (IMT)

Peningkatan berat badan optimal untuk rata-rata kehamilan adalah 12,5 kg, 9 kg diperoleh pada 20 minggu terakhir. Berat badan yang optimal ini berkaitan dengan resiko komplikasi terendah selama kehamilan dan persalinan serta berat badan bayi lahir rendah. (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020)

Peningkatan berat badan yang tepat bagi setiap ibu hamil saat ini didasarkan pada indeks masa tubuh prekehamilan (body mass index) yang mengambarkan perbandingan berat badannya lebih sedikit daripada ibu yang memasuki kehamilan dengan berat badan sehat.

Terjadi kenaikan berat badan sekitar 5,5 kg, penambahan BB dari mulai awal kehamilan sampai akhir kehamilan ådalah 11-12 kg. (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020), Kemungkinan penambahan BB hingga maksimal 12,5 kg adalah

Tabel.2.2 Kenaikan BB

Jaringan dan cairan	Berat Badan (Kg)
Janin	3-4
Plasenta	0,6
Cairan amnion	0,8
Peningkatan berat uterus	0,9
Peningkatan berat payudara	0,4
Peningkatan volume darah	1,5
Cairan ekstra seluler	1,4
Lemak	3,5
Total	12,5 Kg

Sumber: (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020)

Rumus IMT:

$$IMT = BB/(TB)^2$$

Dimana : - BB Berat badan (Kg)

- Tinggi Badan $(m)^2$

Tabel.2.3 Klasifikasi Berat BadanBerdasarkan IMT

Kategori	IMT	Rekomendasi
Rendah	<19,8	12,5-18
Normal	19,8-26	11,5-16
Tinggi	26-29	7-11,5
Obesitas	>29	≥7
Gemeli		16-20,5

Sumber: (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020)

10) Payudara

Di bawah pengaruh somatotropin, estrogen dan progesteron, kelenjar susu mengencang dan membesar sebagai persiapan untuk menyusui. Payudara wanita memiliki garis-garis akibat adanya peregangan pada permukaan kulit payudara. 50% wanita hamil mengalami hal tersebut. Selama trimester terakhir kehamilan, pertumbuhan kelenjar susu menyebabkan payudara membesar. Pada usia kehamilan ke- 32 minggu, warna produksi air susu sedikit putih dan encer. Diatas kehamilan 32 minggu sampai minggu terakhir mendekati kelahiran bayi, produksi air susu sudah lebih kental dan memiliki warna kekuningan yang mengandung banyak lemak, cairan itu disebut dengan kolostrum. Pada trimester ini, beberapa wanita juga sesekali mengeluarkan kolostrum (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

11) Integument (Kulit)

Perubahan keseimbangan hormone dan peregangan mekanis menyebabkan timbulnya beberapa perubahan dalam sistem integument selama masa kehamilan. Pada bulan-bulan terakhir

kehamilan, umumnya muncul garis-garis kemerahan yang sedikit mencekung pada kulit abdomen dan kadangkala pada kulit payudara dan paha pada sekitar separuh semua wanita hamil. Pada wanita multipara, selain striae kemerahan dari kehamilan yang sekarang, sering terlihat garis-garis keperakan mengkilat yang menunjukkan sikatriks striae kehamilan sebelumnya. Pada banyak wanita, garis tengah kulit abdomen menjadi sangat terpigmentası (hyperpigmentasi), berwarna hitam kecoklatan membentuk linea nigra. Kadangkala bercak-bercak kecoklatan irregular dengan berbagai ukuran terlihat di wajah dan leher sehingga membentuk kloasma atau melasma gravidarum (topeng kehamilan) (Mizawati, 2016)

c. Perubahan Psikologi Trimester III

Periode ini sering disebut priode menunggu dan waspada sebab pada saat itu ibu tidak sabar menunggu kelahiran bayinya, menunggu tanda-tanda persalinan Perhatian ibu berfokur pada bayinya, gerakan janin dan membesarnya uterus mengingatkan pada bayinya. Sehingga ibu selalu waspada untuk melindungi bayinya dari bahaya, cedera dan akan menghindari orang/hal/benda yang dianggapnya membahayakan bayinya. Persiapan aktif dilakukan untuk menyambut kelahiran bayinya, membuat baju, menata kamar bayi, membayangkan mengasuh/merawat bayi, menduga-duga akan jenis kelaminnya dan rupa bayinya. (Walyani & Purwoastuti, 2020)

Pada trimester III biasanya ibu merasa khawatir, takut akan kehidupan dirinya, bayinya, kelainan pada bayinya, persalinan, nyeri persalinan, dan ibu tidak akan pernah tahu kapan ia akan melahirkan. Ketidaknyamanan pada trimester ini meningkat, ibu merasa dirinya aneh dan jelek, menjadi lebih ketergantungan, malas dan mudah tersinggung serta merasa menyulitkan. Disamping itu ibu merasa sedih akan berpisah dari bayinya dan kehilangan perhatian khusus yang akan diterimanya selama hamil, disinilah ibu memerlukan keterangan, dukungan dari suami, bidan dan keluarganya. (Walyani & Purwoastuti, 2020)

Masa ini disebut juga masa krusiall penuh kemelut untuk beberapa wanita karena ada kritis identitas, karena mereka mulai berhenti bekerja, kehilangan kontak dengan teman, kolega. Mereka merasa kesepian dan terisolasıdi rumah. Wanita mempunyai banyak kekhawatiran seperti tidakan meedikalisasi saat persalinan. perubahan body image merasa kehamilannya sangat berat, tidak praktis, kurang atraktif, takut kehilangan pasangan. Bidan harus mampu mengkajı dengan teliti/hati-hati sejumlah stres yang dialami ibu hamil, mampu menilai kemampuan coping dan memberikan dukungan. (Walyani & Purwoastuti, 2020)

d. Antenatal Care (ANC)

1) Pengertian Antenatal Care

Antenatal Care (ANC) sering disebut dengan perawatan kehamilan. Kehamilan adalah proses pemeliharaan janin dalam

kandungan yang disebabkan pembuahan sel telur oleh sel sperma. Dalam proses kehamilan terdapat mata rantai yang saling berkesinambungan, terdiri dari mulai ovulasi pelepasan ovum, terjadi migrasi spermatozoa dan ovum, terjadi konsepsi dan pertumbuhan zigot, terjadi nidasi (implantasi) pada rahim, pembentukan plasenta, tumbuh kembang hasil konsepsi sampai kehamilan matur atau aterm . (Sitorus, Mariza, & dkk, 2024)

Antenatal Care (ANC) adalah pelayanan kesehatan oleh tenaga profesional yang diberikan kepada ibu selama masa kehamilannya yang dilaksanakan sesuai dengan standar pelayanan antenatal yang telah ditetapkan. (Sitorus, Mariza, & dkk, 2024)

2) Tujuan Antenatal Care

Tujuan dari Antenatal Care adalah ibu hamil mendapatkan asuhan selama kehamilan meliputi pemeriksaan kehamilan, edukasi dan deteksi risiko tinggi sehingga apabila ada temuan bisa segera dilakukan upaya preventif dan kuratif guna mencegah morbiditas dan mortalitas (Sitorus, Mariza, & dkk, 2024)

Tujuan pelayanan Antenatal Care menurut Kementrian Kesehatan adalah:

- Memantau kemajuan proses kehamilan untuk memastikan kesehatan ibu dan janin.

- Mengetahui adanya komplikasi kehamilan yang mungkin terjadi selama kehamilan sedini mungkin, termasuk riwayat penyakit dan pembedahan yang dialami oleh ibu.
- Meningkatkan dan memelihara kesehatan ibu dan janin.
- Mempersiapkan proses persalinan yang aman dan sehat bagi ibu dan bayi serta meminimalkan trauma yang mungkin terjadi selama persalinan.
- Menurunkan angka kematian dan kesakitan ibu.
- Mempersiapkan peran ibu dan keluarga untuk menerima kelahiran bayi agar mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal.
- Mempersiapkan ibu untuk melewati masa nifas dengan baik dan dapat memberikan ASI ekslusif kepada bayinya.

3) Cakupan Kunjungan Antenatal

Kunjungan ibu hamil ke pelayanan kesehatan dilakukan minimal 6 kali selama kehamilan yaitu 2 kali pada trimester 1, 1 kali pada trimester II dan minimal 3 kali pada trimester III (Sitorus, Mariza, & dkk, 2024)

4) Standar Asuhan Kebidanan

Standar pelayanan antenatal menurut (Hutahaean, Wahyu, & Hutahaean, 2021) adalah pelayanan yang dilakukan kepada ibu hamil dengan memenuhi kriteria 10 T yaitu:

- Timbang berat badan dan ukur tinggi badan

Penimbangan berat badan pada setiap kali kunjungan antenatal dilakukan untuk mendeteksi adanya gangguan pertumbuhan janin. Penambahan berat badan yang kurang dari 9 kilogram selama kehamilan atau kurang dari 1 kilogram setiap bulannya menunjukkan adanya gangguan pertumbuhan janin. Pengukuran tinggi badan pada pertama kali kunjungan dilakukan untuk menapis adanya faktor risiko pada ibu hamil. Tinggi badan ibu hamil kurang dari 145 cm meningkatkan risiko untuk terjadinya CPD (Cephalo Pelvic Disproportion).

- Pengukuran tekanan darah

  pada setiap kali kunjungan antenatal dilakukan untuk mendeteksi adanya hipertensi (tekanan darah ≥ 140/90 mmHg) pada kehamilan dan preeklampsia (hipertensi disertai edema wajah dan atau tungkai bawah; dan atau proteinuria).

- Nilai status gizi (Ukur Lingkar Lengan Atas/LiLA)

  Pengukuran LiLA hanya dilakukan pada kontak pertama oleh tenaga kesehatan di trimester I untuk skrining ibu hamilberisiko KEK. Kurang energi kronis disini maksudnya ibu hamil yang mengalami kekurangan gizi dan telah berlangsung lama (beberapa bulan/tahun) di mana LiLA

kurang dari 23,5 cm. Ibu hamil dengan KEK akan dapat melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR).

- Ukur tinggi puncak rahim (fundus uteri)

  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.

- Tentukan presentasi janin dan Denyut Jantung Janin (DJJ)

  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 kali/menit atau DJJ cepat lebih dari 160 kali/menit menunjukkan adanya gawat janin.

- Skrining status imunisasi tetanus dan berikan Tetanus Toksoid (TT)

bila imunisasi diperlukan Untuk mencegah terjadinya tetanus neonatorum, ibu hamil harus mendapat imunisasi TT. Pada saat kontak pertama, ibu hamil diskrining status imunisasi T-nya. Pemberian imunisasi TT pada ibu hamil, disesuai dengan status imunisasi ibu saat ini. Ibu hamil minimal memiliki status imunisasi T2 agar mendapatkan perlindungan terhadap infeksi tetanus. Ibu hamil dengan status imunisasi T5 (TT Long Life) tidak perlu diberikan imunisasi TT lagi. Pemberian imunisasi TT tidak mempunyai interval maksimal, hanya terdapat interval minimal. Interval minimal pemberian imunisasi TT dan lama perlindungannya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 2.4 Imunisasi TT (Tetanus Tixoid Ibu Hamil)

Imunisasi TT	Selang waktu minimal pemberian imunisasi	Lama perlindungan
T1		Langkah awal pembentukkan kekebalan tubuh terhadap penyakit tetanus
T2	1 bulan setelahTT1	3 tahun
T3	6 bulan setelah TT2	5 tahum
T4	12 bulan setelah TT3	10 tahun
T5	12 bulan setelah TT4	≥ 25 tahun

Sumber: (Hutahaean, Wahyu, & Hutahaean, 2021)

- Pemberian tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan

Untuk mencegah anemia gizi besi, setiap ibu hamil harus mendapat tablet tambah darah (tablet zat besi) dan Asam

Folat minimal 90 tablet selama kehamilan yang diberikan sejak kontak pertama.

- Tes laboratorium

  Pemeriksaan laboratorium yang dilakukan pada ibu hamil adalah pemeriksaan laboratorium rutin dan khusus. Pemeriksaan laboratorium rutin adalah pemeriksaan laboratorium yang harus dilakukan pada setiap ibu hamil yaitu golongan darah, hemoglobin darah, dan pemeriksaan spesifik daerah endemis/epidemi (malaria, HIV, dll). Sementara pemeriksaan laboratorium khusus adalah pemeriksaan laboratorium lain yang dilakukan atas indikasi pada ibu hamil yang melakukan kunjungan antenatal.

- Tata laksana/penanganan kewenangan kasus

  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.

- Temu wicara (konseling)

  Temu wicara (konseling) dilakukan pada setiap kunjungan antenatal yang meliputi:

  - Kesehatan ibu

- Perilaku hidup bersih dan 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 tes HIV dan Konseling di daerah epidemi meluas dan terkonsentrasi atau ibu hamil dengan IMS dan TB di daerah epidemik rendah.
- Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dan pemberian ASI Ekslusif
- KB pasca persalinan
- Imunisasi
- Peningkatan kesehatan intelegensia pada kehamilan (Brain booster)

e. Kebutuhan Fisiologis Hamil Trimester III

1) Gizi

Kebutuhan kalori pada saat hamil dan tidak hamil tentu berbeda. Wanita dewasa secara umum membutuhkan kalori sebanyak 1900 kkal, sedangkan pada ibu hamil trimester III membutuhkan 300kkal/hari. (Ulfa & Dkk, 2024)

secara garis besar kebutuhan gizi ibu hamil sebagai berikut:

- Karbohidrat

  Kebutuhan karbohidrat selama hamil harus terpenuhi untuk mengontrol kadar glukosa darah dan mencegah terjadinya ketosis. Karbohidrat penting untuk memastikan bahwa protein yang dikonsumsi oleh ibu hamil digunakan untuk sintesis jaringan baru ibu dan janin, bukan dipecah untuk produksi energi. Utamakan konsumsi karbohidrat kompleks seperti sayuran, buah, kacang-kacangan, dan whole grains karena dapat membantu mengatasi masalah gizi yang umum dialami oleh ibu hamil yakni konstipasi (Alamsyah & Dkk, 2023)

- Protein

  Protein merupakan salah satu zat gizi penting selama periode kehamilan. Hal ini dikarenakan protein diperlukan dalam proses sintesis jaringan ibu maupun janin. Kebutuhan protein paling tinggi pada trimester 3. Kebutuhan protein dapat terpenuhi dengan mengonsumsi pangan sumber protein seperti daging, susu dan produk olahannya, serta kacang-kacangan (Alamsyah & Dkk, 2023)

- Asam folat

  pemakaian asam folat pada masa pre dan perikonsepsi menurunkan resiko kerusakan otak, kelainan neural, spina bifida dan anensefalus, baik pada ibu hamil yang normal maupun beresiko. Pemberian suplemen asam folat dimulai dari 2 bulan

sebelum. konsepsi dan berlanjut hingga 3 bulan pertama kehamilan. (primadewi, 2023)

makann yang banyak mengandung asam folat yaitu sayur berdaun hijau tua, daging, kacang polong, buncis, ikan, telur & jamur. (Sutanto & Fitriana, Asuhan Pada Kehamilan, 2019)

- Zat besi (FE)

  Pemberian suplemen tablet tambah darah atau zat besi secara rutin adalah untuk membangun cadangan besi, sintesa sel darah merah, dan sinesa darah otot. Kenaikan volume darah selama kehamilan akan meningkatkan kebutuhan zat besi. Jumlah zat besi yang diperlukan ibu untuk mencegah anemia akibat meningkatnya volume darah adalah 500 mg. (primadewi, 2023)

  Adapun makanan yang mengandung zat besi yaitu daging, unggas, ikan, telur, buncis, kacang polong, brokoli & uji jalar (Sutanto & Fitriana, Asuhan Pada Kehamilan, 2019)

- Kalsium (Kalk)

  Untuk pembentukan tulang dan gigi bayi. Kebutuhan kalsium ibu hamil adalah sebesar 500 mg sehari (primadewi, 2023). Ibu memerlukan kalsium untuk tulang dan gigi yang kuat karena janin yang kekurangan kalsium akan mengambil kalsium dari ibu. Selain itu, kalsium dapat mencegah preeklamsia pada ibu hamil. Makanan yang banyak mengandung kalsium antara lain

yogurt, ubi jalar, kerang & sayur berdaun hijau. (Sutanto & Fitriana, Asuhan Pada Kehamilan, 2019)

- Air

  Kebutuhan Air Selama kehamilan ibu meningkat untuk mendukung berbagai fungsi fisiologis penting. Volume darah ibu meningkat secara signifikan untuk menyediakan oksigen dan nutrisi yang cukup untuk janin, yang memerlukan asupan air yang lebih banyak. Selain itu, air juga diperlukan untuk produksi cairan amnion, yang melindungi janin dan mendukung perkembangan normalnya. Secara umum, kebutuhan air selama kehamilan dapat meningkat sekitar 1 hingga 1,5 liter per hari dibandingkan dengan kebutuhan non-hamil (Elisabeth, Afrina, & Dkk, 2024)

2) Personal Hygien

   Pada ibu hamil kebersihan diri sangat penting selama kehamilan, ibu hamil dapat menjadi sangat rentan terhadap beberapa penyakit. Kondisi Kesehatan dan kebersihan gigi dan mulut, kebersihan vagina, kebersihan kuku, dan kebersihan rambut pada ibu hamil yang buruk dapat memberikan dampak seperti kelahiran prematur dan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), ibu hamil harus tetap menjaga kebersihan diri khususnya pada lipatan kulit seperti pada lipatan ketiak, pada bawah payudara, dan pada daerah genetalia, kebersihan gigi dan mulut sangat perlu mendapat perhatian karena pada ibu hamil

lebih muda terjadi gigi berlubang dan dapat menyebabkan terjadinya infeksi selama kehamilan yang dapat menyebabkan komplikasi selama kehamilan. (Qamarasari, Pratiwi, Febrianti, & Sa'idah, 2024)

3) Eliminasi

Pada ibu hamil kebersihan diri sangat penting selama kehamilan, ibu hamil dapat menjadi sangat rentan terhadap beberapa penyakit. Kondisi Kesehatan dan kebersihan gigi dan mulut, kebersihan vagina, kebersihan kuku, dan kebersihan rambut pada ibu hamil yang buruk dapat memberikan dampak seperti kelahiran prematur dan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), ibu hamil harus tetap menjaga kebersihan diri khususnya pada lipatan kulit seperti pada lipatan ketiak, pada bawah payudara, dan pada daerah genetalia, kebersihan gigi dan mulut sangat perlu mendapat perhatian karena pada ibu hamil lebih muda terjadi gigi berlubang dan dapat menyebabkan terjadinya infeksi selama kehamilan yang dapat, menyebabkan komplikasi selama kehamilan. (Qamarasari, Pratiwi, Febrianti, & Sa'idah, 2024)

4) Seksual

Kebutuhan seksualitas pada ibu hamil sangat beragam, bagi Sebagian ibu hamil, kehamilan bisa meningkatkan dorongan seksual. Hubungan seksual bisa dilakukan akan tetapi sebaiknya

dilakukan dengan hati- hati terutama pada kehamilan 32-36 minggu, bertujuan untuk menghindari terjadinya persalinan prematur atau persalinan yang berlangsung pada umur 20-37 minggu. (Qamarasari, Pratiwi, Febrianti, & Sa'idah, 2024)

5) Istirahat/tidur

Pada ibu hamil kebutuhan tidur juga sangat penting untuk Kesehatan ibu dan janin, apabila ibu mengalami gangguan tidur maka bisa menyebabkan efek yang berakibat pada kesehatan ibu dan janin. (Qamarasari, Pratiwi, Febrianti, & Sa'idah, 2024)

6) Mobilisasi/Body Mekanik

Kebutuhan mobilisasi juga sangat diperlukan untuk kesehatan ibu dan janin selain makanan, ibu hamil yang melakukan aktivitas fisik atau olahraga secara teratur akan memperoleh keadaan sehat aktivitas saat kehamilan mempunyai pengaruh yang positif terhadap pematangan serviks menjelang persalinan. (Qamarasari, Pratiwi, Febrianti, & Sa'idah, 2024)

7) Persiapan persalinan

Persiapan persalinan adalah segala sesuatu yang disiapkan dalam hal menyambut kelahiran anak oleh ibu hamil. Persiapan Melahirkan atau bersalin Macam-macam persiapan melahirkan atau bersalin menurut (pratiwi, Astuti, & Dkk, 2024), adalah

- Mengetahui tanggal perkiraan persalinan.

- Suami dan keluarga mendampingi ibu hamil saat bersalin.
- Siapkan tabungan untuk biaya persalinan.
- Suami, keluarga, dan masyarakat menyiapkan kendaraan jika sewaktu-waktu diperlukan. melahirkan
- Merencanakan ditolong oleh bidan atau dokter di fasilitas pelayanan kesehatan.
- Menyiapkan orang yang bersedia menjadi donor darah jika sewaktu- waktu diperlukan dengan golongan darah yang sama dengan ibu hamil.
- Membuat rencana pembuatan keputusan jika terjadi kegawatdaruratan. Hal ini meliputi siapa pembuat keputusan utama dalam keluarga dan siapa yang akan membuat keputusan jika pembuat keputusan utama tidak ada saat terjadi kegawatdaruratan.

f. Kebutuhan Psikologi Ibu Hamil Trimester III

1) Support Keluarga

Dukungan selama masa kehamilan sangat dibutuhkan bagi seorang wanita yang sedang hamil, terutama dari orang terdekat apalagi bagi ibu yang baru pertama kali hamil. Seorang wanita akan merasa tenang dan nyaman dengan adanya dukungan dan perhatian dari orang-orang terdekat. (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020)

- suami: Dukungan dan peran serta suami dalam masa kehamilan terbukti meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi kehamilan dan proses persalinan, bahkan juga memicu produksi ASI. Tugas penting suami yaitu memberikan perhatian dan membina hubungan baik dengan istri, sehingga istri mengkonsultasikan setiap saat dan setiap masalah yang dialaminya dalam menghadapi kesulitan-kesulitan selama mengalami kehamilan.
- Keluarga: Lingkungan keluarga yang harmonis ataupun lingkungan tempat tinggal yang kondusif sangat berpengaruh terhadap keadaan emosi ibu hamil. Warrita hamil sering kali mempunyai ketergantungan terhadap orang lain disekitarnya terutama pada ibu primigravida. Keluarga harus menjadi bagian dalam mempersiapkan pasangan menjadi orang tua

2) Support Tenaga Kesehatan

Menurut (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020)Tenaga kesehatan dapat memberikan peranannnya melalui dukungan:

- Aktif melalui kelas antenatal
- Pasif dengan memberikan kesempatan kepada ibu hamil yang mengalami masalah untuk berkonsultasi

Tenaga kesehatan harus mampu mengenali tentang keadaan yang ada disekitar ibu hamil atau pasca bersalin, yaitu bapak, kakak dan pengunjung

3) Rasa Aman Nyaman Selama Kehamilan

Peran keluarga khususnya suami, sangat diperlukan bagi seorang wanita hamil. Keterlibatan dan dukungan yang diberikan suami kepada kehamilan akan mempererat hubungan antara ayah anak dan suami istri. Dukungan yang diperoleh oleh ibu hamil akan membuatnya lebih tenang dan nyaman dalam kehamilannya. (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020)

4) Persiapan Menjadi Orang Tua

Menurut (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020) persiapan menjadi orang tua sebagai berikut:

- Kehamilan dan peran sebagai orang tua dapat dianggap sebagai masa transisi atau peralihan
- Terlihat adanya peralihan yang sangat besar akibat kelahiran dan peran yang baru, serta ketidak pastian yang terjadi sampai peran yang baru ini dapat disatukan dengan anggota keluarga yang baru

g. Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester III

1) Keputihan

Ibu hamil sering mengeluh mengeluarkan lendir dari vagina yang lebih banyak sehingga membuat perasaan tidak nyaman karena celana dalam menjadi basah sehingga harus lebih sering mengganti celana dalam. Kejadian keputihan ini bisa terjadi pada ibu hamil trimester I, kedua maupun ketiga. Penyebab keputihan antara lain: Meningkatnya kadar hormon estrogen pada ibu hamil trimester II dapat menimbulkan produksi lendir serviks meningkat dan Pada ibu hamil terjadi hyperplasia pada mukosa vagina. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi keputihan adalah dengan cebok menggunakan air rebusan daun sirih hijau. Daun sirih hijau mengandung senyawa kimia aktif seperti minyak atsiri polifenol, alkaloid, steroid, saponin, dan tannin yang memiliki daya mematikan kuman, antioksidasidan fungisida, anti jamur. Cara penggunaan daun sirih untuk cebok yaitu dengan mengambil 7 lembar daun sirih yang direbus menggunakan air bersih 1500 cc sampai mendidih, setelah itu air rebusan didinginkan dan digunakan untuk cebok 2 kali sehari (mandi pagi dan sore) selama 14 hari dan dievaluasi pada hari ke-15. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa cebok dengan air rebusan daun sirih terbukti mengatasi keputihan (Wulandari, Nilawati, & Elly, 2022)

2) Sesak nafas/nafas cepat

Sesak nafas ini biasanya mulai terjadi pada awal trimester II sampai pada akhir kehamilan. Ibu hamil dapat terserang sesak nafas oleh karena pembesaran uterus dan pergeseran organ-organ abdomen. Pembesaran uterus membuat pergeseran diafragma naik sekitar 4 cm. Ada kalanya terjadi peningkatan hormon progesterone membuat hyperventilasi. Untuk meringankan atau mencegah bidan dapat menjelaskan penyebab fisiologisnya. Bidan juga dapat melatih ibu hamil untuk membiasakan dengan pernapasan normal. Ibu hamil juga harus tetap mengatur sikap tubuh yang baik, saat berdiri tegak engan kedua tangan direntangkan diatas kepala kemudian menarik nafas panjang. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan prenatal yoga, dengan dilakukannya prenatal yoga dapat mengurangi ketidaknyamanan pada ibu melalui latihan pernafasan. (Darmapatni, 2023)

3) Sering BAK

Keluhan sering BAK sering dialami oleh ibu hamil trimester I dan III. Sering BAK pada malam hari akan mengganggu tidur sehingga ibu hamil tidak dapat tidur dengan nyenyak. (Septiasari, 2023)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi keluhan sering BAK adalah dengan melakukan latihan otot dasar panggul (kegel exercises). Teknik senam kegel yaitu:

- Posisi berdiri tegak
- Fokuskan konsentrasi pada kontraksi otot daerah vagina, uretra dan rectum.
- Kontraksikan ODP seperti saat menahan defekasi atau berkemih.
- Rasakan kontraksi ODP, pastikan kontraksi sudah benar tanpa adanya kontraksi otot abdominal, contohnya jangan menahan napas. Control kontraksi otot abdominal dengan meletakkan tangan pada perut.
- Pertahankan kontraksi sesuai kemampuan kurang lebih sepuluh detik.
- Rileks dan rasakan ODP dalam keadaan rileks.
- Kontraksikan ODP kembali, pastikan kontraksi otot sudah benar.
- Rileks dan coba rasakan otot-otot berkontraksi dan rileks.
- Sesekali percepat kontraksi, pastikan tidak ada kontraksi otot lain.
- Lakukan kontraksi yang cepat beberapa kali. Pada tahap awal, lakukan tiga kali pengulangan karena otot yang lemah mudah lelah.

- Target latihan ini adalah sepuluh kali kontraksi lambat dan sepuluh kali kontraksi cepat. Tiap kontraksi dipertahankan selama sepuluh hitungan. Lakukan enam hingga delapan kali selama sehari atau setiap saat. (Ziya & Damayanti, 2021)

4) Nyeri Punggung

Seiring bertambahnya usia kehamilan, pertambahan ukuran perut dan kenaikan berat badan dapat menyebabkan nyeri punggung pada ibu hamil. Hal ini karena tulang belakang harus menopang beban tubuh ibu hamil dan janin. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri punggung adalah dengan senam hamil, dilakukan mulai umur kehamilan 28 minggu, membutuhkan ruangan yang nyaman dan pakaian yang sesuai, melakukan senam 3x seminggu/teratur, melakukan pemanasan dan pendinginan. (Fitriani, 2021)

Upaya lain yang dapat dilakukan untuk mengatasi keluhan nyeri punggung adalah dengan kompres air hangat dengan suhu 37-40°c kemudian gunakan handuk yang dicelupkan pada air tersebut lalu peras dan tempelkan pada punggung ibu hamil selama 15 menit dilakukan sekali selama 3 hari. (Hanifah, Nurdianti, & Kurniwati, 2022)

5) Konstipasi

Konstipasi pada wanita hamil umumnya merupakan konstipasi fungsional. Ada beberapa faktor mengapa wanita hamil mengalami konstipasi yakni faktor hormonal, perubahan diet, pertumbuhan janin dan aktifitas fisik. Riwayat posisi saat defekasi juga menjadi resiko untuk timbulnya konstipasi. Pada wanita hamil terjadi perubahan hormonal yang drastis yakni peningkatan progesteron selama kehamilan. Progesteron akan menyebabkan otot otot relaksasi untuk memberi tempat janin berkembang. Relaksasi otot ini juga mengenai otot usus sehingga akan menurunkan motilitas usus yang pada akhirnya menyebabkan konstipasi (slow- transit constipation). Disamping itu selama kehamilan tubuh menahan cairan, absorbsi cairan di usus meningkat sehingga isi usus cenderung kering dan keras yang memudahkan terjadinya konstipasi. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Cara mengatasinya adalah: mengkonsumsi makanan yang berserat, minum air putih yang banyak dan melakukan olahraga ringan secara rutin (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Anjurkan ibu untuk konsumsi yogurt 2 kali dalam sehari sebanyak 142 ml selama 5 hari. (Evayanti & Ediono, 2024) yogurt mengandung biakan bakteri hidup, yang disebut probiotik, yang dapat menciptakan pencernaan menjadi tetap sehat. (adelia, 2022)

6) Odem

Edema (bengkak) kadang-kadang dialami pada trimester III, adapun faktor penyebabnya antara lain: Pembesaran uterus pada ibu hamil mengakibatkan tekanan pada vena pelvik sehingga menimbulkan gangguan sirkulasi. Hal ini terjadi terutama pada waktu ibu hamil duduk atau berdiri dalam waktu yang lama; Tekanan pada vena cava inferior pada saat ibu berbaring terlentang; Kongesti sirkulasi pada ekstremitas bawah; Kadar sodium (Natrium) meningkat karena pengaruh dari hormonal. Natrium bersifat retensi cairan; menggunakan pakaian ketat. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Anjurkan ibu untuk rendam air hangat, dilakukan dengan perendaman kaki dengan air hangat menggunakan baskom dengan batas 10-15 cm diatas mata kaki dengan suhu air 40,5-43°C selama 30 menit yang dilakukan selama 5 hari berturut turut, dilakukan pada sore hari. (Lisnawati, Nurdianti, & Septiani, 2023)

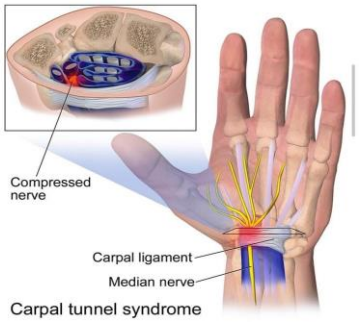
7) Baal/Carpal tunnel syndrom

Carpal tunnel syndrom (CTS) adalah gangguan pergelangan tangan yang terjadi karena terhimpitnya salah satu saraf di pergelangan tangan, yaitu saraf median. Ibu hamil juga bisa mengalami CTS, gejala biasanya terjadi pada trimester ketiga kehamilan dan membaik setelah pasien melahirkan. CTS terjadi

karena kelainan bentuk atau posisi tulang dan gangguan sendi dan juga dapat disebabkan karena adanya hipertrofi, gangguan cairan, gangguan otot, obesitas, hematoma dan tumor. (Al-hayyan, Ramadhani, & Dkk, 2024)

Aktivitas yang melibatkan fleksi pergelangan tangan secara berlebihan atau pegerakan pergelangan tangan berkepanjangan dapat meningkatkan tekanan cairan dan mengaakibatkan cedera iskemik pada saraf median (Joshi, Patel, & Dkk, 2022)

Gambar. 2.1 Carpal tunnel syndrom



Sumber: (Joshi, Patel, & Dkk, 2022)

Upaya yang dapat latihan strengthning menggunakan bola caranya meremas bola sela 1 detik, dan kemudian membuka jari mereka pada bola selama 1 detik lalu ulangi latihan ini selama 30 detik hingga 1 menit/hari (Qomaria, Filmasaro, & Dkk, 2023)

8) Kram

Faktor penyebab kram belum pasti, namun ada beberapa kemungkinan diantaranya adalah kadar kalsium dalam darah rendah, uterus membesar sehingga menekan pembuluh darah

pelvic, keletihan dan sirkulasi darah ke tungkai bagian bawah kurang (purba & Dkk, 2024)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kram pada ibu hamil adalah dengan merendam kaki hingga batas 10 cm sampai 15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat (40,5-43 derajat celcius) dilakukan selama 20 menit sampai 30 menit selama 5 hari. (Hutagaol, Karmila, Lestari, Mujianti, Harry, & Situmorang, 2022)

9) Insomnia

Insomnia dapat terjadi pada wanita hamil maupun wanita yang tidak hamil. Insomnia ini biasanya dapat terjadi mulai pada pertengahan masa kehamilan. Insomnia dapat disebabkan oleh perubahan fisik yaitu karena perubahan psikologis misalnya perasaan takut, gelisah atau khawatir karena akan menghadapi persalinan. Dapat juga disebabkan oleh pembesaran uterus dan janin yang menyebabkan ibu akan lebih sering buang air kecil terutama dimalam hari. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi keluhan insomnia pada ibu hamil adalah dengan pemberian aromaterapi lavender 15-20 tetes minyak esensial lavender dimasukkan ke dalam botol refill ditambah 50 ml air steril dan semprot otomatis diatur setiap 10 menit, aromaterapi diberikan selama 7 hari (Muningsih & Fitriani, 2024)

10) Kecemasan

Kecemasan Kehamilan trimester tiga disebabkan karena gangguan neurotransmitter, perubahan endokrin dan faktor psikososial. Gangguan neurotransmitter dan perubahan endokrin terjadi karena adanya disregulasi Hipotalamus Pituitary Adrenal (HPA) axis terutama kortisol, Corticotropin Releasing Hormon (CRH) dan Adenocorticotropic Hormon (ACTH). Peningkatan CRH selama kehamilan karena placenta Corticotropin Releasing Hormon (pcRH) dan peningkatan ACTH pada tubuh ibu dapat berkontribusi pada gangguan suasana hati yang dihadapi persalinan. (Lestari, 2022)

Untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil adalah dengan diberikan aromaterapi lavender. Untuk penggunaannya, 3-4 tetes essential oil dalam 30-40 ml air dalam diffuser (15-30 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokadi pasien, akan diberikan 3 x seminggu. (Kartika, Wijayanti, & Purwanti, 2024)

11) Pingsan

Pusing atau perasaan pingsan atau melayang adalah gejala normal selama kehamilan. Hal ini lebih sering terjadi pada trimester pertama, tetapi ibu mungkin mengalami hal itu selama kehamilannya. Pusing merupakan timbulnya perasaan melayang karena peningkatan volume plasma darah yang mengalami

peningkatan hingga 50%. Peningkatan volume plasma akan meningkatkan sel darah merah sebesar 15-18%. Peningkatan jumlah sel darah merah akan mempengaruhi kadar hemoglobin darah, sehingga jika peningkatan volume dan sel darah tidak diimbangi dengan kadar hemoglobin yang cukup, akan mengakibatkan terjadinya anemia.

Beberapa penyebab pusing pada ibu hamil adalah sebagai berikut:

- Melebarnya pembuluh darah Perubahan hormon yang terjadi saat wanita hamil mampu melebarkan pembuluh darah. Sehingga tubuh akan mengeluarkan lebih banyak darah ke bayi yang berada di dalam kandungan. Sistem kardiovaskular dan detak jantung ibu hamil akan meningkat. Darah yang dipompa pun bisa meningkat hingga 50%. Akibatnya, tak jarang para ibu hamil pun sering merasa pusing.
- Berdiri terlalu cepat Ketika seseorang duduk, darah cenderung berkumpul di kaki dan kaki bagian bawah. Ketika seseorang tiba-tiba berdiri, maka darah yang kembali dari kaki ke jantung tidak cukup banyak. Akibatnya, tekanan darah tiba-tiba turun, menyebabkan pusing karena jumlah darah dan oksigen didalam otak tidak mencukupi.

- Meningkatnya Aliran Darah ke Janin dalam Kandungan Meningkatkan aliran darah ke bayi yang berada di dalam kandungan ibu hamil maka hal ini berarti pula bahwa tekanan darah ibu hamil akan menurun. Sebenarnya sistem kardiovaskular dan saraf sudah bersiap dengan hal ini, namun ada saat dimana aliran darah ke otak juga tidak mencukupi sehingga membuat ibu hamil sering pusing dan pingsan.
- Peningkatan volume sirkulasi darah, peregangan pembuluh darah di otak akibat peningkatan kadar progesteron, stress, keletihan dan gula darah rendah.

Dampak pusing pada kehamilan Dapat terjadi stress, keletihan, hipoglikemia. Resiko terjadinya Anemia, Anemia merupakan penyakit kurang darah yang ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) dan sel darah merah (eritrosit) lebih rendah dibandingkan normal. (Ernawati, Karo, Isnaini, & Dkk, 2022)

h. Tanda Bahaya Kehamilan

1) Perdarahan pada kehamilan lanjut

Perdarahan pada kehamilan lanjut atau lebih sering disebut antepartum haemorrage/APH didefinisikan bleeding dari genetali tract setelah 24 minggu kehamilan dan sebelum bayi lahir. Bleeding yang terjadi selama persalinan disebut

intrapartum haemorrage. APH adalah komplikasi serius karena bisa menyebabkan kematian maternal dan bayi. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024) Ada 2 jenis APH yaitu:

- Placenta praevia: bleeding akibat dari letak placenta yang abnormal, biasanya pada sebagian atau total placenta ada pada segment bawah rahim. Bleeding tidak bias dihindari saat persalinan mulai
- Abruptio placentae adalah bleeding akibat dari lepasnya placenta sebelum waktunya dengan letak placenta normal. Bisa terjadi pada kapanpun usia kehamilan

Penanganan:

- Tanyakan pada ibu tentang kharakteristik perdarahan, kapan mulai terjadi, seberapa banyak, warnanya, adakaha gumpalan, rasa nyeri ketika perdarahan.
- Periksa tekanan darah ibu, suhu, nandi dan denyut jantung janin.
- Lakukan pemeriksaan external, rasakan apakah perut bagian bawah teraba lembut, kenyal ataukah keras.
- Jangan lakukan pemeriksaan dalam, apabila mungkin periksa dengan speculum.

2) Hipertensi Gravidarum

Pregnancy inuced Hypertension/Gestational Hypertension adalah adanya tekanan darah 140/90 mmHg atau lebih atau peningkatan 20 mmHg pada tekanan diastolic setelah 20 minggu

usia kehamilan dengan pemeriksaan minimal 2 kali setelah 24 jam pada wanita yang sebelumnya normotensive.

Apabila dikuti dengan proteinuria dan oedema maka dikategorikan pre eclampsia. Bila ditambah dengan kejang adalah eclampsia. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Penanganan:

- Tanyakan pada ibu mengenai tekanan darah sebelum dan selama kehamilan serta tanda tanda trias pre eclampsia.
- Tanyakan tentang riwayat tekanan darah tinggi dan pre ekalampsia pada ibu dan keluarga.
- Periksa dan monitor tekanan darah, protein urine, reflek dan oedema.
- Anjurkan ibu untuk rutin ANC dan persiapan rujukan untuk persalinan.

3) Nyeri Perut Bagian Bawah

Nyeri perut pada bagian bawah perlu dicermati karena kemungkinan peningkatan kontraksi uterus dan vmungkin mengarah pada adanya tanda tanda ancaman aborsi/ threatened abortion.

Nyeri yang membahayakan bersifat hebat, menetap, dan tidak hilang setelah beristirahat. Hal ini bias berhubungan dengan appendicitis, kehamilan ektopik, aborsi, radang panggul,

penyakit kantong empedu uterus yang irritable, ISK, atau abrupsio placentae. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Penanganan:

- Tanyakan pada ibu mengenai karakteristik nyeri, kapan terjadi, seberapa hebat, kapan mulai dirasakan, apakah berkurang bila untuk istirahat.
- Tanyakan pada ibu mengenai tanda dan gejala lain yang mungkin menyertai misalnya muntah, mual, diare, dan panas badan.
- Ukur dan monitor vital sign.
- Lakukan pemeriksaan luar dan periksa dalam, raba kelembutan abdomen/rebound tenderness/kelembutan yang mungkin berulang, periksa adanya nyeri sudut costovertebra/pinggang bagian dalam.
- Periksa adanya proteinuria.

4) Sakit Kepala yang Hebat

Sakit kepala dan pusing sering terjadi selama kehamilan Sakit kepala yang bersifat hebat, menetap dan tidak hilang untuk istirahat adalah abnormal Bila sakit kepala hebat dan disertai dengan pandangan kabur mungkin adalah gejala pada pre eclampsia. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Penanganan:

- Tanyakan pada ibu jika ia mengalami oedema pada muka/ tangan atau masalah visual.
- Periksa tekanan darah, adanya proteinuria, refleks dan oedema.
- Periksa adanya suhu tinggi yang mungkin perlu untuk periksa laboratorium darah untuk memastikan adanya parasit malaria

5) Masalah visual

Pengaruh hormonal bias mengacaukan pandangan ibu hamil. Masalah visual yang mengancama jiwa adalah yang bersifat mendadak, misalnya pandangan kabur dan berbayang/double vision. Perubahan visual ini mungkin disertai sakit kepala yang hebat atau mungkin tanda pre eclampsia. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Penanganan:

- Periksa tekanan darah, protein urine, refleks, dan oedema.
- Rujuk pada system pelayanan yang lebih tinggi.

6) Gerakan janin tak terasa

Secara normal ibu merasakan adanya gerakan janin pada bulan ke 5 atau ke 6 usia kehamilan, namun pada beberapa ibu mungkin merasakan gerakan janin lebih awal. Jika bayi tidur gerakan janin melemah. Gerakan bayi terasa sekali pada saat ibu

istirahat, makan, minum dan berbaring. Biasanya bayi bergerak paling sedikit 3 x dalam periode 3 jam. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)

Penanganan:

- Tanyakan pada ibu kapan terakhir bayi bergerak.
- Raba gerakan bayi dengan meletakkan tangan di abdomen ibu.
- Dengarkan denyut jantung janin dengan stetoskope binokuler, kalau perlu dengan Doopler.
- Rujuk dan periksa dengan ultrasound kalau perlu.

2. Konsep asuhan kebidanan Persalinan

a. Definisi

Persalinan merupakan proses fisiologis yang di alami pada wanita untuk mengeluarkan janin yang telah berkembang dalam rahim. Proses ini dimulai dengan kontraksi rahim yang teratur, diikuti dengan keluarnya bayi, dan berakhir dengan keluarnya plasenta serta selaput janin dari ibu melalui jalan lahir dengan atau tanpa bantuan. (Dian Fitriyani, 2024)

Persalinan normal WHO adalah persalinan yang dimulai secara spontan beresiko rendah pada awal persalinan dan tetap demikian selama proses persalinan, bayi dilahirkan spontan dengan presentasi belakang kepala pada usia kehamilan antara 37 sampai 42 minggu

lengkap. Setelah persalinan ibu dan bayi dalam keadaan baik. (Hikma dayanti & Lira Dian Novita, 2024)

wanita untuk mengeluarkan janin yang telah berkembang dalam rahim. Proses ini dimulai dengan kontraksi rahim yang teratur, diikuti dengan keluarnya bayi, dan berakhir dengan keluarnya plasenta serta selaput janin dari ibu melalui jalan lahir dengan atau tanpa bantuan. (Dian Fitriyani, 2024)

Ada 3 jenis persalinan ,antara lain yaitu, (Fitriani & Dian., 2024)

1) Persalinan normal atau persalinan spontan

   Persalinan spontan atau normal adalah persalina melalui jalan lahir ibu dan tenaga ibu sendiri

2) Persalinan buatan

   Persalinan buatan, proses pengeluaran yang dibantu dengan tenaga dari luar misalnya ekstraksi dengan lorcep, vakum atau tindakan seksio sesarea.

3) Persalinan anjuran

   Persalinan anjuran merupakan proses persalinan yang di mulai tidak dengan sendirinya tetapi berlangsung dengan adanya pemberian obat-obatan yakni misoprostoloksitosin drip dan laminaria. Kondisi yang sering menjalani proses persalinan anjuran adalah kehamilan dengan post matur sesuai dengan indikasi.

   Menurut (Fitriani & Dian., 2024) Persalinan berdasarkan umur kehamilan terbagi antara lain,yaitu:

a) Abortus

Pengeluaran buah kehamilan sebelum kehamilan 22 minggu atau bayi dengan berat badan kurang dari 500 gr.

b) Partus immaturus

Pengeluaran buah kehamilan antara 22 minggu dan 28 minggu atau bayi dengan berat badan antara 500 gram dan 999 gram.

c) Partus prematurus

Pengeluaran buah kehamilan antara 28 minggu dan 37 minggu atau bayi dengan berat badan antara 1000 gram dan 2499 gram.

d) Partus maturus atau aterm

e) Pengeluaran buah kehamilan antara 37 minggu dan 42 minggu atau bayi dengan berat badan 2500 gram - 4.000 gram.

f) Partus postmaturus atau serotinus,Pengeluaran buah kehamilan setelah kehamilan lebih dari 42 minggu.

b. Sebab sebab mulainya persalinan

1) Penurunan Kadar Progesteron

Hormon estrogen meningkatkan kerentanan otot rahim, sementara progesteron menyebabkan relaksasi otot rahim. Selama kehamilan, terdapat keseimbangan antara kadar progesteron dan estrogen. Namun, menjelang akhir kehamilan, kadar progesteron menurun, yang menyebabkan timbulnya kontraksi atau his, menandakan dimulainya proses persalinan..

2) Teori Oxytocin

Pada akhir kehamilan kadar oxytocin bertambah. Oleh karena itu timbul kontraksi otot-otot rahim.

3) Teori Prostaglandin

Kadar prostaglandin dalam kehamilan dari minggu ke 15 sampai aterm terus meningkat. Pemberian prostaglandin saat hamil dapat menimbulkan kontraksi otot rahim sehingga hasil konsepsi dikeluarkan. Prostaglandin dianggap dapat merupakan pemicu terjadinya persalinan.

4) Ketegangan Otot-otot

Seperti halnya dengan kandung kencing dan lambung, bila dindingnya teregang oleh karena isinya bertambah maka timbul kontraksi untuk mengeluarkan isinya. Demikian pula dengan rahim, maka dengan majunya kehamilan makin teregang otot-otot dan otot-otot rahim makin rentan.

5) Pengaruh Janin

Hypofise dan kelenjar supra renal janin rupa-rupanya juga memegang peranan, oleh karena pada anencephalus kehamilan sering lebih lama dari biasa. (Fitriani & Dian., 2024)

c. Tahapan persalinan

Tahapan pesalinan dibagi menjadi 4 kala tujuan dari kala ini adalah untuk mengetahui kemajuan persalinan dan mengobservasi kemungkinan terjadinya komplikasi. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

1. Kala I (Kala Pembukaan)

Persalinan dimulai dengan kontraksi dan pembukaan serviks hingga mencapai 10 cm. Saat serviks mulai membuka dan mendatar, keluar lendir bercampur darah yang disebut inpartu. Darah berasal dari pecahnya pembuluh darah kapiler di sekitar kanalis servikalis akibat pergeseran saat serviks membuka. Pada multipara, proses persalinan berlangsung sekitar 7 jam, sementara pada primipara bisa mencapai 12 jam. Pembukaan serviks pada multipara lebih cepat dibandingkan primipara. Pada primipara, pembukaan terjadi sekitar 1 cm per jam, sedangkan pada multipara bisa lebih dari 1 hingga 2 cm per jam

Persalinan kala I dibagi menjadi 2 fase, yaitu fase laten dan fase aktif.

a) Fase laten

fase laten Berlangsung dalam 7 -8 jam yang dimulai sejak awal kontraksi,hal ini menyebabkan Penipisan dan pembukaan secara bertahap sampai pembukaan 3cm.

b) Fase aktif

(pembukaan serviks 4-10 cm), berlangsung selama 6 jam dan dibagi dalam 3 fase.)

(1) Periode akselerasi: berlangsung selama 2 jam, pembukaan menjadi 4 cm.

(2) Periode dilatasi maksimal: berlangsung selama 2 jam, pembukaanberlangsung cepat menjadi 9 cm.

(3) Periode deselerasi: berlangsung lambat, dalam 2 jam pembukaan jadi 10 cm atau lengkap.

2. Kala II (Kala Pengeluaran Janin)

Kala II persalinan dimulai Dari pembukaan 10cm atau lengkap dan berakhir saat kelahiran bayi. Kala II pada primipara berlangsung selama 2 jam dan pada multipara 1 jam. Tanda dan gejala kala II:

a) His semakin kuat, dengan interval 2 sampai 3 menit.
b) Ibu merasa ingin meneran bersamaan dengan terjadinya kontraksi.
c) Ibu merasakan makin meningkatnya tekanan pada rektum dan/atau vagina.
d) Perineum terlihat menonjol.
e) Vulva-vagina dan sfingter ani terlihat membuka.
f) Peningkatan pengeluaran lendir dan darah.

Diagnosis kala II ditegakkan atas dasar dalam yang menunjukkan pemeriksaan:

(1) Pembukaan serviks telah lengkap.
(2) Terlihat bagian kepala bayi pada introitus vagina.

3. Kala III (Kala Pengeluaran Plasenta)

Kalah tiga persalinan dimulai dari lahirnya bayi sampai kelahiran Plasenta dan selaput ketuban yang berlangsung dalam 5-

30 menit Setelah kelahiran bayi. Tanda-tanda pelepasan Plasenta yaitu:

a) Perubahan bentuk uterus dan tinggi fundus uterus
b) Tali pusat Menjulur atau bertambah panjang
c) Terjadi semburan darah.

4. Kala IV (Pemantauan)

Kala IV dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir dua jam kemudian. Pada tahap ini, sering terjadi perdarahan postpartum yang disebabkan oleh atonia uteri, robekan jalan lahir, atau sisa plasenta. Oleh karena itu, penting untuk melakukan pemantauan kontraksi dan mencegah perdarahan pervaginam.

Menurut (Ruhayati & Yusnindar., 2024) Pemantauan pada kala IV dilakukan Pada waktu:

a) Setiap 15 menit pada satu jam pertama pasca persalinan.
b) Setiap 30 menit pada jam kedua pasca persalinan.
c) Jika uterus tidak berkontraksi dengan baik, lakukan penatalaksanaan atonia uteri yang sesuai.

d. Perubahan fisiologi persalinan

1. Kala I

Adapun perubahan fisiologis selama persalinan diantaranya:

a) Perubahan Uterus

Pada persalinan yang panjang dan sulit, gula darah cenderung turun, kemungkinan akibat peningkatan aktivitas otot

rahim dan rangka. Jaringan miometrium, yang merupakan otot rahim, berkontraksi dan berelaksasi seperti otot pada umumnya saat persalinan dimulai. Selama proses kontraksi, relaksasi, dan retraksi uterus, otot-otot miometrium berkembang dan tumbuh, menyebabkan kavum uterus semakin mengecil. Proses ini membantu mendorong janin turun ke dalam panggul. Kontraksi uterus dimulai di fundus dan terus menyebar ke bawah abdomen, dengan dominasi tarikan ke arah fundus, yang memfasilitasi pergerakan janin menuju jalan lahir. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

b) Perubahan servik

(1) Penipisan Serviks(effacement)

Dampak lain dari kontraksi adalah terjadinya penipisan servik, Penipisan serviks merupakan lanjutan dari pemendekan dan penipisan serviks. Serviks menjadi tipis karena kontraksi uterus yang kuat, sementara bagian antara segmen atas dan bawah rahim, dikenal sebagai ring retraksi, bergerak ke atas. Pada akhir kehamilan, panjang serviks bervariasi antara beberapa mm hingga 3 cm, dan seiring persalinan, panjangnya berkurang hingga sangat pendek, hanya beberapa mm. Serviks yang sangat pendek ini disebut "menipis penuh."

(2) Dilatasi

Setelah serviks menipis penuh, tahap berikutnya adalah pembukaan. Pembukaan serviks terjadi karena tarikan otot uterus ke atas saat kontraksi. Pendataran dan dilatasi serviks melonggarkan membran di daerah internal os, disertai sedikit perdarahan dan pengeluaran lendir. Lendir yang keluar mengarah pada terbentuknya tonjolan selaput ketuban yang dapat teraba saat pemeriksaan dalam. Pengeluaran lendir dan darah ini disebut "show" atau "bloody show," yang menandakan dimulainya proses persalinan. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

c) Ketuban

Dengan adanya kontraksi akan terjadi penekanan pada uterus sehingga menyebabkan cairan ketuban sebagian kecil terdorong ke depan, yang menyebabkan ketuban terasa menonjol pada waktu kontraksi terjadi. Seiring dengan adanya penekanan dari ketuban akan membantu terjadinya pembukaan serviks, ketika pembukaan hampir atau sudah lengkap maka secara fisiologis Ketuban akan pecah dengan sendirinya.Akan tetapi adanya kemungkinan ketuban belum pecah ketika pembukaan sudah lengkap maka bisa di lakukan tindakan Amniotomi. Bila ketuban telah pecah sebelum pembukaan 5 cm, disebut ketuban pecah dini (KPD). (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

d) Tekanan Darah

Memasuki fase persalinan Rasa nyeri, takut dan kekhawatiran yang di rasakan ibu dapat mempengaruhi tekanan darah, selama kontraksi uterus kenaikan sistolik 10-20 mmHg dan diastolic 5-10 mmHg. Posisi tidur terlentang selama bersalin akan menyebabkan penekanan uterus terhadap pembuluh darah besar (aorta) yang akan menyebabkan sirkulasi darah baik untuk ibu maupun janin akan terganggu, ibu dapat terjadi hipotensi dan janin dapat asfiksia. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

e) Pernapasan

Metabolisme tubuh meningkat selama persalinan, sering kali ibu salah melakukan tekhnik yang benar sehingga menyebabkan ibu bernapas lebih pendek dan dari mulut, sedangkan seharusnya saat menjalankan proses persalinan ibu harus bernafas dengan hidung dan membuang nafas dari mulut secara perlahan.

pada ibu yang mengalami dehidrasi berat tidak terjadi nafas berbau aseton, dengan tekhnik pernafasan yang salah dapat berakibatkan sirkulasi darah dari ibu ke janin. Oleh karena itu, sangat penting bagi ibu untuk mengatur posisi dan relaksasi pernapasan. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

f) Perubahan Denyut Nadi

Selama kontraksi, terjadi perubahan mencolok pada frekuensi denyut nadi, meningkat selama fase peningkatan, menurun pada puncak kontraksi, dan kembali meningkat selama

fase penurunan hingga mencapai frekuensi normal di antara kontraksi.

Penurunan frekuensi denyut nadi tidak terjadi jika wanita berada dalam posisi miring. Frekuensi denyut nadi antara kontraksi sedikit lebih tinggi dibandingkan sebelum persalinan, mencerminkan peningkatan metabolisme selama proses persalinan. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

g) Metabolisme

Metabolisme karbohidrat meningkat selama persalinan karena aktivitas otot, terutama otot uterus. Peningkatan metabolisme ini terlihat dari kenaikan suhu tubuh, denyut nadi, pernapasan, curah jantung, dan cairan yang hilang. Oleh karena itu, ibu bersalin perlu mendapatkan nutrisi dan cairan yang mudah di cerna. Contoh : Air kelapa muda, madu, Jus buah,Air Mineral. (Saleng, 2023)

h) Ginjal dan urinaria

Pada persalinan terjadi perubahan fisiologi ginjal yang berpengaruh pada fungsi urinaria. Selama proses persalinan, aliran darah ke ginjal meningkat akibat peningkatan tekanan darah dan redistribusi darah, yang meningkatkan filtrasi glomerulus(GFR). Hal ini menyebabkan peningkatan volume urin yang difiltrasi, meskipun kadang urin yang dikeluarkan dalam jumlah lebih sedikit karena pengaruh peningkatan

hormon seperti progesteron, yang dapat menyebabkan retensi natrium dan air.

Selain itu, tekanan pada pembuluh darah ginjal akibat kontraksi uterus sementara dapat mengurangi aliran darah ginjal, mempengaruhi pengeluaran urin. Secara keseluruhan, perubahan fisiologi ginjal selama kala 2 bertujuan untuk menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit tubuh ibu sehingga mendukung proses persalinan yang berlangsung sehingga tidak menganggu kontraksi dan proses penurunan kepala janin. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

i) Sistem pencernaan

Penurunan esterogen Dalam proses persalinan maka menyebabkan pristaltik usus menjadi lebih lambat sehingga makanan akan tetap tertinggal di dalam lambung selama 12 jam dalam proses persalinan, sehingga Ibu tidak disarankan untuk makan atau minum yang susah di serap.

Dengan terjadinya nyeri yang hebat yang akan menekan lambung sehingga berdampak pada ibu yaitu muntah menjelang akhir kala I persalinan

j) Perubahan Gastointestinal

Selama persalinan, sekresi asam lambung menurun, sehingga motilitas dan absorpsi makanan padat berkurang, membuat saluran cerna bekerja lebih lambat. Akibatnya,

makanan berada lebih lama di lambung dan pengosongannya diperpanjang. Namun, cairan tidak terpengaruh dan waktu pencernaan tetap sama. Makanan yang dikonsumsi sebelum persalinan, terutama pada fase prodormal atau laten, cenderung bertahan lebih lama di lambung. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

k) Kontraksi uterus

Hormon oksitosin dikeluarkan akibat rangsangan pada otot polos uterus dan penurunan hormon progesteron, yang menyebabkan kontraksi uterus. Selama kontraksi, relaksasi, dan retraksi, bentuk otot uterus berubah, membuat kavum uterus semakin mengecil, yang mendorong janin turun ke pelvis.

Kontraksi terjadi setiap 10 menit dengan frekuensi 3-4 kali, jika kontraksi >4 kali per 10 menit yang di rata ratakan 30 nenit di anggap sebagai abnormal dan merupakan konrtibutor penting untuk deteksi dini janin dan ibu terhadap penilaian resiko (W & Jacqueline., 2022).

Segmen atas rahim terbentuk di bagian atas dengan otot tebal dan kontraktif, sementara segmen bawah rahim terbentuk di bagian bawah dengan otot tipis, elastis, serta banyak otot melingkar dan memanjang. (Ruhayati & Yusnindar., 2024)

l) Hematologi

selama persalinan, waktu koagulasi darah berkurang dan hemoglobin meningkat rata-rata 1,2 mg%, kembali ke kadar

semula pada hari pertama pasca persalinan jika tidak ada kehilangan darah yang abnormal. Plasma fibrinogen juga meningkat, mengurangi risiko perdarahan pasca persalinan pada pasien normal.

2. Kala II

Perubahan-perubahan pada uterus dan jalan lahir dalam persalinan (Susiarno, et al., 2024):

a) Keadaan Segmen Bawah Rahim dan Segmen Atas Rahim

Segmen atas rahim, yang terbuat dari korpus uteri, berkontraksi dan menebal selama persalinan, sementara segmen bawah rahim, yang terbuat dari isthmus uteri, merelaksasi dan dilatasi, membentuk saluran yang akan dilewati bayi.

Seiring waktu, isi rahim berpindah ke segmen bawah, membuat perbedaan antara segmen atas dan bawah semakin jelas. Jika segmen bawah sangat diregang, lingkaran retraksi akan terlihat lebih jelas dan naik mendekati pusat, yang disebut lingkaran Bandl, tanda ancaman robekan rahim.

b) Perubahan Bentuk rahim

Pada setiap kontraksi, sumbu panjang rahim bertambah panjang, sementara ukuran melintang dan muka belakang berkurang

c) Faal Ligamentum Rotundum dalam Persalinan

Ligamentum rotundum, yang mengandung otot polos, ikut berkontraksi bersama otot rahim, membuat ligamentum ini menjadi pendek.

d) Perubahan serviks

Pada proses pembukaan serviks, pendataran terjadi terlebih dahulu, diikuti pembesaran ostium eksternum hingga mencapai diameter sekitar 10 cm, memungkinkan bayi melewati saluran lahir. Pada pembukaan lengkap, bibir portio tidak teraba lagi, dan saluran antara serviks, segmen bawah rahim, dan vagina terbentuk.

e) Perubahan pada Vagina, vulpa dan perineum

Menurut (Akbar., 2020) perubahan yang terjadi di antaranya:

(1) Vagina

Selama persalinan kala 2, perubahan fisiologis terjadi pada bagian-bagian jalan lahir, yaitu vagina, vulva, dan perineum, yang mendukung kelancaran proses kelahiran. Pada vagina, kontraksi uterus yang kuat mendorong janin menuju jalan lahir, menyebabkan vagina meregang dan meluas untuk memberi ruang bagi janin. Hormon relaksin yang meningkat selama kehamilan juga berperan penting dalam melonggarkan jaringan ikat dan ligamen di sekitar vagina, mempermudah proses peregangan dan kelahiran.

(2) Vulva

Sementara itu, vulva mengalami peningkatan aliran darah yang menyebabkan perubahan warna menjadi lebih gelap. Peningkatan aliran darah ini juga membuat vulva lebih elastis dan lunak, memfasilitasi peregangan dan dilatasi saat janin turun menuju jalan lahir. Proses ini membantu kelahiran janin dengan lebih lancar, meskipun pembengkakan yang terjadi dapat menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu.

(3) Vagina

Perubahan yang terjadi pada perineum juga sangat signifikan dalam mendukung kelahiran. Seiring dengan turunnya kepala janin, perineum mengalami peregangan yang besar untuk memberi ruang. Jaringan perineum yang pada awalnya lebih tebal menjadi lebih elastis dan menipis akibat pengaruh hormon relaksin. Selain itu, peningkatan aliran darah ke perineum menjadikannya lebih lembut dan lebih mudah meregang. Namun, peregangan ini dapat menimbulkan rasa sakit dan ketidaknyamanan, dan dalam beberapa kasus, dapat menyebabkan robekan perineum atau memerlukan episiotomi untuk memperlancar proses kelahiran.

Dengan demikian, perubahan fisiologis yang terjadi pada vagina, vulva, dan perineum sangat penting untuk memastikan kelahiran yang aman dan efektif, meskipun

dapat menimbulkan rasa tidak nyaman atau cedera yang memerlukan perhatian medis setelah persalinan

3. Kala III

Kala III dimulai setelah bayi lahir hingga plasenta lahir, biasanya dalam waktu tidak lebih dari 30 menit. Setelah bayi lahir, uterus teraba keras dengan fundus uteri di atas pusat, kemudian berkontraksi lagi untuk melepaskan plasenta. Plasenta biasanya lepas dalam 6-15 menit setelah kelahiran bayi dan keluar spontan atau dengan tekanan pada fundus uteri, disertai pengeluaran darah. Komplikasi yang mungkin terjadi termasuk perdarahan akibat atonia uteri, retensio plasenta, perlukaan jalan lahir, atau masalah tali pusat.

Pengerutan tempat implantasi plasenta terjadi karena pengosongan kavum uteri dan kontraksi lanjutan, yang mendorong plasenta keluar. Miometrium berkontraksi, menyebabkan penyusutan volume rongga uterus dan berkurangnya ukuran tempat perlekatan plasenta. Karena ukuran plasenta tidak berubah, plasenta terlipat, menebal, dan lepas dari dinding uterus, kemudian turun ke bagian bawah uterus atau vagina. (Hatijar., 2020) manajemen aktif kala III

4. Kala IV

Pada tahap ini, kontraksi otot rahim semakin kuat untuk menekan pembuluh darah dan menghentikan perdarahan. Selama fase ini, dilakukan pemantauan terhadap tekanan darah, pernapasan,

nadi, kontraksi otot rahim, dan jumlah perdarahan selama 2 jam pertama. Selain itu, luka episiotomi dijahit. Setelah 2 jam, jika kondisi ibu baik, ibu akan dipindahkan ke ruangan bersama bayinya. (Susiarno, et al., 2024)

e. Perubahan Psikologis ibu bersalin

Pada tahap persalinan,ibu akan mengalami perubahan psikologis dan prilaku sebagai ungkapan dari apa yang ia rasakan dari proses persalinannya.perubahan yang terjadi dapat di gunakan untuk mengevaluasi kemajuan persalinan persalinan

1. Perubahan Psikologis Kala I
    a) Kecemasan dan ketakutan pada dosa-dosa atau kesalahan-kesalahan sendiri. Ketakutan tersebut berupa rasa takut jika bayi yang yang akan dilahirkan dalam keadaan cacat, serta takhayul lain.
    b) 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 tidurnyenyak, sering kesulitan bernafas dan macam-macam beban jasmaniah lainnya diwaktu kehamilannya.
    c) Sering timbul rasa 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

d) Ketakutan menghadapi kesulitan dan resiko bahaya melahirkan bayi.
   (1) Adanya rasa takut dan gelisah terjadi dalam waktu singkat dan tanpa sebabsebab yang jelas
   (2) Ada keluhan sesak nafas atau rasa tercekik, jantung berdebar- debar
   (3) Takut mati atau merasa tidak dapat tertolong saat persalinan
   (4) Muka pucat, pandangan liar, pernafasan pendek, cepat dan takikardi

e) Sikap bermusuhan dengan bayinya
   (1) Keinginan untuk memiliki janin yang unggul
   (2) Cemas kalau bayinya tidak aman di luar rahim
   (3) Belum mampu bertanggung jawab sebagai seorang ibu

f) Ketakutan dan Kegelisahan Menghadapi persalinan
   (1) Takut mati
   (2) Trauma kelahiran
   (3) Perasaan bersalah (Retnaning Muji Lestari, 2024)

2. Kala II

Pada kala II terjadi perubahan emosinal atau psikologis dari ibu bersalin yang meeiputi :

a) Panik dan terkejut dengan apa yang terjadi pada saat pembukaan lengkap
b) Bingung dengan apa yang terjadi pada saat pembukaan lengkap
c) Frustasi dan marah
d) Tidak memperdulikan apa saja dan siapa saja yang ada di kamar bersalin
e) Rasa lelah dan sulit mengikuti perintah
f) Fokus pada dirinya sendiri (Retnaning Muji Lestari, 2024)

3. Perubahan Psikologis Kala III dan IV

Setelah bayi lahir hingga 2 jam pertama, perubahan psikologis ibu masih sangat terlihat karena kehadiran buah hati baru. Beberapa perubahan psikologis ibu pada kala III dan IV antara lain: (Hadi Susiarno, 2024):

a) Bahagia

Ibu merasa bahagia karena kelahiran bayinya yang sudah lama ditunggu, merasa sempurna sebagai wanita yang bisa melahirkan, memberikan anak untuk suami, dan menambah anggota keluarga.

b) Cemas dan takut

Ibu merasa cemas dan takut akan bahaya yang bisa terjadi selama persalinan, karena persalinan dianggap sebagai keadaan yang penuh risiko antara hidup dan mati.

f. Faktor faktor yang mempengaruhi persalinan

Menurut : (Lestari & Hafsah, 2024) terdapar 5 Faktor- faktor yang mempengaruhi persalinan , yaitu :

1. Power (kekuatan Ibu)

   Power adalah kekuatan yang mendorong janin keluar, yang terdiri dari his, kontraksi otot perut, kontraksi diafragma, dan aksi ligament, bekerja secara harmonis. His (kontraksi uterus) merupakan kekuatan kontraksi yang terjadi karena otot polos rahim bekerja dengan baik. His yang baik ditandai dengan kontraksi yang simetris, dominasi fundus, terkoordinasi, dan relaksasi yang tepat.Pembagian his dan sifat-sifatnya:

   a. His palsu atau his pendahuluan: tidak kuat, tidak teratur, tidak menyebabkan pembukaan serviks, lebih ringan, lebih pendek serta dapat hilang dibawa istirahat dan perubahan posisi.
   b. His pembukaan (kala I): menyebabkan pembukaan serviks, semakin kuat, teratur dan sakit.
   c. His pengeluaran (kala II): sangat kuat, simetris, teratur, dan koordinatif, digunakan untuk mengeluarkan janin.
   d. His pelepasan uri (kal III): terkoordinasi sedang untuk melepaskan dan melahirkan plasenta.

e. His pengiring (kala IV), kontraksi lemah yang terasa seperti meriang dan berlangsung beberapa jam atau hari setelah persalinan.

Tenaga mengejan adalah usaha aktif ibu untuk membantu mendorong bayi keluar dari rahim melalui jalan lahir pada fase terakhir persalinan, yaitu fase pengeluaran. Pada fase ini, ibu merasakan dorongan kuat untuk mengejan saat kontraksi rahim mencapai puncaknya. Tujuannya adalah untuk memfasilitasi kelahiran bayi. Tenaga mengejan dimulai setelah serviks terbuka sepenuhnya (10 cm), dan ibu diminta mengejan dengan menahan napas selama kontraksi rahim.

Bidan atau tenaga kesehatan berperan memantau kemajuan persalinan dan memberi instruksi kepada ibu tentang kapan dan bagaimana cara mengejan yang efektif. Salah satu teknik yang efektif adalah teknik meneran tiup, yang dilakukan saat puncak kontraksi. Ibu menarik napas dalam melalui hidung, mengeluarkannya melalui mulut sambil meniup dan mengeluarkan suara "huuh..huuh...". Teknik ini membutuhkan pengendalian diri agar ibu tidak mengejan terlalu kuat dan lama. Posisi yang dianjurkan untuk teknik ini adalah posisi setengah duduk, yang nyaman bagi ibu dan memudahkan proses persalinan. Namun, bayi akan lebih mudah lahir jika ibu dalam posisi tegak karena kombinasi

aktivitas rahim, dorongan ibu, dan gravitasi. (Maftukha & Suparmi., 2024)

2. Passage (jalan lahir)

Jalan lahir terdiri dari panggul, dasar panggul, vagina, dan introitus, yang harus cukup luas dan fleksibel agar bayi dapat melewatinya dengan lancar. Sebelum persalinan, penting untuk mengidentifikasi bentuk dan ukuran panggul. Panggul yang sempit atau penyempitan jalan lahir dapat memperlambat proses persalinan. Serviks juga harus lunak dan terbuka secara progresif, dengan bantuan kontraksi uterus yang merangsang pembukaannya. Obstruksi seperti fibroid atau kelainan lainnya dapat menghambat proses ini. Selain itu, kondisi kelembapan dan elastisitas lendir serviks juga mempengaruhi kelancaran jalan lahir.. (Lestari & Hafsah, 2024)

Ukuran-Ukuran Panggul :

a. Panggul luar
    1) Distansia spinarum: jarak antara kedua spina ilikua anterior superior kanan dan kiri 24-26 cm
    2) Distansia kristarum: jarak antara kedua Kristaliz kanan dan kiri 28-30 cm
    3) Konjungata eksterna: 18-20 cm
    4) Lingkaran panggul:80-100 cm
    5) Conjugate diagonalis: 12,5 cm

6) Distansia tuberum: 10,5 cm

b. Panggul dalam

1) Pintu atas panggul

(1) Konjugata Vera atau diameter antero posterior yaitu diameter antara promontorium dan tepi atas symfisis: 11 cm. Konjugata obstetrika adalah jarak pertengahan symfisis pubis. antara promontorium dengan

(2) Diameter transversa (melintang), yaitu jarak terlebar antara kedua linea inominata: 13 cm

(3) Diameter oblik (miring) yaitu jarak antara artikulasio sakro iliaka dengan tuberkulum pubicum sisi yang bersebelah : 12 cm

2) Bidang tengah panggul

(1) terbentuk dari titik tengah symfisis, pertengahan acetabulum dan ruas sacrum ke-2 dan ke-3. Diameter anteroposterior 12,75 cm, diameter tranversa 12,5 cm.

(2) Bidang sempit panggul terbentang dari tepi bawah symfisis, spina ischiadika kanan dan kiri, dan 1-2 cm dari ujung bawah sacrum. Diameter antero-posterior: 11,5 cm; diameter tranversa: 10 cm

(3) Pintu bawah panggul Terbentuk dari dua segitiga denan alas yang sama, yaitu diameter tuber ischiadikum. Ujung

segitiga belakang pada ujung os sacrum, sedangkan ujung segitiga depan arkus pubis.

Bidang-bidang hodge:

Bidang hodge adalah bidang semu sebagai pedoman untuk menentukan kemajuan persalinan yaitu seberapa penurunan kepala melalui pemeriksaan dalam/vagina toucher (VT), Adapun bidang hodge sebagai berikut:

1) Hodge I: Bidang yang setinggi dengan Pintu Atas Panggul (PAP) yang dibentuk oleh promontorium, artikulasio iliaca, sayap sacrum, linea inominata, ramus superior os pubis,tepi atas symfisis pubis
2) Hodge II: Bidang setinggi pinggir bawah symfisis pubis berhimpit dengan PAP (Hodge I)
3) Hodge III: Bidang setinggi spina ischiadika berhimpit dengan PAP (Hodge I)
4) Hodge IV: Bidang setinggi ujung os soccygis berhimpit dengan PAP (Hodge I)

3. Passanger (bayi)

Pada faktor passanger, meliputi:

a. Janin (Kepala janin beserta ukuran-ukurannya)

Kepala janin merupakan bagian paling keras dan besar, hal tersebut dapat mempengaruhi proses keluarnya janin. Cara janin bergerak melalui jalan lahir dipengaruhi oleh berbagai faktor,

termasuk ukuran kepala janin, presentasi, letak, sikap, dan posisi janin.

1) Sikap (habitus)

Sikap janin mengacu pada hubungan posisi tubuh bayi dengan tubuh ibu di dalam rahim. Ada tiga sikap utama yang mungkin diambil oleh bayi:

a) Sikap Kepala:

Bayi dengan kepala menghadap ke bawah dan kaki menghadap ke atas. Ini adalah sikap yang paling umum dan ideal untuk proses persalinan yang lancar.

b) Sikap Bokong:

Bayi dengan bokong atau panggul yang menghadap ke bawah. Sikap ini dapat memerlukan intervensi selama persalinan, terutama jika bayi tidak berputar menjadi posisi kepala.

c) Sikap Melintang: Bayi dengan tubuh yang tegak lurus atau melintang di dalam rahim. Sikap ini jarang terjadi dan biasanya memerlukan intervensi medis.

2) Letak (Lie=situs)Letak janin adalah hubungan antara sumbu panjang (punggung) janin dengan sumbu panjang (punggung) ibu. Ada dua jenis letak, yaitu memanjang (vertikal) dan melintang (horizontal). Letak memanjang

dapat berupa presentasi kepala atau presentasi bokong (sungsang).

3) Presentasi (Presentation)

Presentasi adalah bagian janin yang pertama kali memasuki pintu atas panggul dan terus melalui jalan lahir selama persalinan. Tiga presentasi utama janin adalah presentasi kepala (96%), presentasi bokong (3%), dan presentasi bahu (1%).

4) Posisi

Posisi mengacu pada hubungan antara bagian presentasi janin (seperti oksiput, sakrum, dagu, atau puncak kepala yang defleksi atau menengadah).

5) Plasenta merupakan bagian terpenting pada janin karena plasenta merupakan saluran atau jalan masuknya nutrisi dari ibu ke janin yang ada didalam kandungan. Dikarenakan plasenta merupakan organ terpenting pada janin, plasenta yang abnormalpun dapat mempengaruhi tumbuh kembang janin di dalam kandungan.

6) Ketuban

Kegunaan ketuban adalah untuk melindungi janin dalam kandungan. Saat proses melahirkan tiba, salah satu fungsi dari ketuban ialah untuk mendorong serviks sehingga

serviks membuka. Jumlah rata-rata kandungan air ketubanpun dapat berubah-ubah.

7) Plasenta

Plasenta merupakan bagian terpenting pada janin karena plasenta merupakan saluran atau jalan masuknya nutrisi dari ibu ke janin yang ada didalam kandungan. Dikarenakan plasenta merupakan organ terpenting pada janin, plasenta yang abnormalpun dapat mempengaruhi tumbuh kembang janin di dalam kandungan.

g. Tanda dan Gejala Persalinan

Beberapa tanda dan gejala yang dapat muncul menjelang persalinan antara lain adalah:

1. Lightening

Lightening terjadi sekitar dua minggu sebelum persalinan, ketika bagian presentasi bayi turun ke panggul, mengurangi sesak napas. Namun, ini juga menyebabkan rasa tidak nyaman akibat tekanan pada panggul, yang membuat ibu sering berkemih, merasa tertekan di panggul, mengalami kram tungkai, dan edema kaki.. Beberapa gejala yang dapat dialami ibu antara lain:

a. Ibu jadi sering berkemih.

b. Terjadi tekanan pada panggul, yang membuat ibu merasa tidak nyaman dan merasakan sensasi ingin buang air besar

c. Kram pada tungkai akibat tekanan pada saraf yang menuju ke tungkai.
d. Edema pada kaki, disebabkan oleh peningkatan tekanan yang menghambat aliran darah kembali ke tubuh bagian atas. (Sulisdian & Mail., 2024)

2. Pollakisuria

Pada akhir bulan ke-9 kehamilan, kepala janin mulai turun ke pintu atas panggul, menekan kandung kemih dan menyebabkan ibu sering ingin buang air kecil (pollakisuria) (Sulisdian & Mail., 2024)

3. False Labor

Persalinan palsu ditandai dengan kontraksi uterus yang menyakitkan namun tidak menyebabkan perubahan pada serviks, biasanya terjadi akibat Braxton Hicks, menandakan persalinan sejati sudah dekat.. (Sulisdian & Mail., 2024)

4. Bloody Show

Bloody show terjadi ketika plak lendir, yang awalnya melindungi jalan lahir selama kehamilan, dikeluarkan. Plak ini terbentuk oleh kelenjar lendir serviks pada awal kehamilan dan keluarnya plak lendir ini menandakan awal persalinan (Sulisdian & Mail., 2024)

5. Energy Spurt

Sekitar 24 hingga 48 jam sebelum persalinan, banyak wanita merasakan lonjakan energi yang membuat mereka merasa sangat aktif dan mampu melakukan berbagai tugas. Namun, lonjakan energi ini sering membuat wanita merasa lelah saat persalinan dimulai, yang bisa memperlambat proses persalinan. Fenomena ini terjadi secara alami dan membantu wanita mempersiapkan energi untuk persalinan. (Sulisdian & Mail., 2024)

6. Gangguan Saluran Pencernaan

Gejala seperti diare, mual, muntah, dan kesulitan mencerna makanan sering terjadi menjelang persalinan. Meskipun belum ada penjelasan pasti, gejala-gejala ini dianggap sebagai tanda bahwa persalinan sudah dekat, meskipun tidak semua wanita mengalaminya (Sulisdian & Mail., 2024)

h. Kebutuhan Dasar Ibu Bersalin

Menurut (Chris Sriyanti S. , 2023),kebutuhan dasar bagi ibu yang akan bersalin meliputi:

1) Kala I

a) Kebutuhan Oksigen

Pemenuhan kebutuhan oksigen selama proses persalinan sangat penting untuk kesehatan ibu dan janin. Pada kala I dan kala II, oksigen yang dihirup ibu akan diteruskan ke janin melalui plasenta. Apabila pasokan oksigen terganggu, kemajuan persalinan dapat terhambat, dan kesejahteraan janin bisa

terganggu. Oleh karena itu, pengaturan sirkulasi udara yang baik menjadi hal yang sangat penting untuk memastikan ibu dan janin mendapatkan oksigen yang cukup.

b) Kebutuhan Cairan dan Nutrisi

kebutuhan cairan dan nutrisi juga sangat penting selama persalinan. Asupan kalori dan hidrasi yang cukup dibutuhkan untuk mempertahankan energi ibu, khususnya di tengah proses persalinan yang menantang. Kekurangan makanan dan cairan dapat menyebabkan ibu merasa lemah dan kelelahan, yang berisiko mengganggu kelancaran persalinan. Oleh karena itu, pada setiap tahap persalinan (kala I, II, III, dan IV), ibu harus mendapatkan asupan yang cukup agar glukosa darah tetap stabil dan terhindar dari dehidrasi atau hipoglikemia.

Pemberian makan dan minum selama persalinan merupakan hal yang tepat, karena memberikan lebih banyak energi dan mencegah dehidrasi (dehidrasi dapat menghambat kontraksi/tidak teratur dan kurang efektif). Oleh karena itu, anjurkan ibu makan dan minum selama persalinan dan kelahiran bayi, anjurkan keluarga selalu menawarkan makanan ringan dan sering minum pada ibu selama persalinan.

Ibu bersalin membutuhkan kurang lebih 50-100 kilokalori energi setiap jam, dan jika tidak terpenuhi, mereka akan mengalami kelelahan otot dan kelaparan yang sangat. Jika

glukosa tidak tersedia, cadangan lemak digunakan sehingga menyebabkan ketosis dan pada akhirnya terjadi ketonuria. Aktivitas uterus dapat menurun akibat akumulasi benda keton.

Jenis nutrisi yang di anjurkan yang dianjurkan:

- Air kelapa muda
- Madu
- Kurma
- Makanan ringan

c) Kebutuhan Eliminasi

Pemenuhan kebutuhan eliminasi juga tidak kalah penting. Ibu dianjurkan untuk berkemih secara teratur setiap dua jam untuk mencegah penumpukan urin yang bisa menghambat proses kelahiran. Kandung kemih yang penuh dapat mengganggu penurunan janin dan memperlambat proses kelahiran. Bidan perlu memfasilitasi ibu untuk berkemih dengan cara yang nyaman. Jika diperlukan, kateterisasi kandung kemih dapat dilakukan, meskipun prosedur ini sebaiknya dihindari karena dapat meningkatkan risiko infeksi..

d) Kebutuhan Hygiene (Kebersihan Personal)

kebersihan pribadi ibu juga harus dijaga selama proses persalinan. Personal hygiene yang baik tidak hanya membantu ibu merasa lebih aman dan rileks, tetapi juga penting untuk mencegah infeksi dan menjaga kesehatan fisik serta psikologis

ibu. Kebersihan yang terjaga juga mendukung sirkulasi darah yang baik dan menjaga integritas jaringan tubuh ibu.

e) Kebutuhan Istirahat

Meskipun persalinan berlangsung terus-menerus, ibu tetap membutuhkan waktu untuk beristirahat guna mempertahankan energi dan mengurangi stres. Istirahat yang cukup dapat membantu ibu pulih lebih cepat dan mengurangi trauma pasca persalinan. Pada kala II, ibu sebaiknya tetap terjaga untuk fokus pada proses persalinan, sedangkan pada kala IV, ibu bisa tidur untuk memulihkan tenaga setelah persalinan selesai, sambil tetap diingatkan untuk menyusui bayi.

f) Posisi dan ambulasi

Pada awal persalinan, sambil menunggu pembukaan lengkap, ibu masih diperbolehkan untuk melakukan mobilisasi/aktivitas. Hal ini tentunya disesuaikan dengan kesanggupan ibu. Mobilisasi yang tepat dapat membantu dalam meningkatkan kemajuan persalinan, dapat juga mengurangi rasa jenuh dan kecemasan yang dihadapi ibu menjelang kelahiran janin. Ibu dapat mencoba berbagai posisi yang nyaman dan aman (Lestari., 2023)

Pada kala I ini, ibu diperbolehkan untuk berjalan, berdiri, posisi berdansa, duduk, berbaring miring ataupun merangkak. Hindari posisi jongkok, ataupun dorsal recumbent maupun

lithotomi, hal ini akan merangsang kekuatan meneran. Posisi terlentang selama persalinan (kala I dan II) juga sebaiknya dihindari karena saat ibu berbaring telentang maka berat uterus, janin, cairan ketuban, dan placenta akan menekan vena cava inferior (Lestari., 2023)

g) Pengurangan Rasa Nyeri

Pengelolaan rasa nyeri selama persalinan harus dilakukan dengan efektif. Rasa nyeri dapat bervariasi antar individu, dan jika tidak dikelola dengan baik, dapat menyebabkan kecemasan dan memperpanjang proses persalinan. Oleh karena itu, pengelolaan rasa nyeri yang baik sangat penting untuk menjaga kenyamanan ibu dan memperlancar kelahiran.

h) Kebutuhan asuhan kebidanan yang terstandar

Setiap ibu berhak mendapatkan asuhan kebidanan yang terstandar selama proses persalinan. Asuhan Persalinan Normal (APN) harus diterapkan sesuai dengan kondisi ibu dan janin. Sebelum memulai APN, penting untuk melakukan penapisan awal untuk memastikan asuhan yang tepat. Jika ada kelainan atau ketidaknormalan, segera lakukan rujukan untuk penanganan lebih lanjut.

i) Pengisian partograf

Partograf didefinisikan sebagai alat untuk memantau kemajuan persalinan dan membantu petugas kesehatan dalam

menentukan keputusan dalam penatalaksanaan. Secara umum, partograph juga dapat didefinisikan sebagai catatan grafik mengenai kemajuan persalinan untuk memantau keadaan ibu dan janin, untuk menentukan adanya persalinan abnormal yang menjadi petunjuk untuk tindakan asuhan kebidanan.

j) Kebutuhan Psikologis

Dukungan psikologis yang diberikan oleh bidan sangat penting dalam mengurangi kecemasan ibu selama persalinan. Bidan dapat menciptakan rasa nyaman dengan membantu ibu berpartisipasi dalam proses persalinan, berkomunikasi dengan baik, dan memenuhi harapan ibu terhadap hasil persalinan. Selain itu, bidan juga perlu membantu ibu menghemat tenaga dan mengendalikan rasa sakit, serta menciptakan lingkungan persalinan yang mendukung dengan memperhatikan privasi ibu. Dukungan psikologis ini bisa berupa sugesti positif, pengalihan perhatian dari rasa sakit, serta membangun kepercayaan ibu melalui komunikasi yang efektif.

2) Kala II

a) Membimbing ibu meneren

Anjurkan ibu untuk meneran sesuai dengan dorongan alamiah selama kontraksi, jangan anjurkan ibu untuk menahan nafas pada saat meneran, anjurkan ibu untuk meneran pendek dan beristirahatlah diantara kontraksi jangan melakukan dorongan

fundus untuk membantu kelahiran bayi, dorong fundus meningkatkan distosia bahu dan ruptur uteri. Berikan dorongan berupa pujian-pujian yang akan meningkatkan semangat ibu dalam meneran (Siahan., 2024)

b) Posisi meneran

(1) Duduk/ setengah duduk

Posisi ini memanfaatkan gaya grafitasi untuk membantu turunya kepala janin dan memberikan ibu kesempatan untuk istirahat diantara kontraksi uterus selain itu lebih mudah bagi bidan untuk membimbing kelahiran kepala bayiserta mengamati/ mensupport perineum (Justian., 2024)

(2) Posisi merangkak

Pengaruh dari posisi isi pada persalinan adalah memungkinkan ibu yang lelah untuk istirahat , gaya gravitasi netral, dapat mengurangi hemoroid, dapat mengatasi denyut jantung janinyang tidak stabil, dan meningkatkan kemajuan persalinan karena membantu proses rotasi janin dengan oksiput posterior. (Saraswati., 2021)

(3) Jongkok

Posisi ini memanfaatkan gaya grafitasi untuk membantu turunnya kepala janin dan melebarkan rongga panggul serta memperbesar dorongan untuk meneran. Namun posisi jongkok berisiko terjadinya laserasi (Kartika & Tridiyanti, 2023)

(4) Berbaring miring kiri

Pada proses persalinan kala I fase aktif akan lebih lancar jika bidan menganjurkan atau mengarahkan posisi ibu ke posisi miring kiri dan posisi setengah duduk, sehingga terasa nyaman dan membantu mempercepat pembukaan serviks serta penurunan kepala, Posisi Miring merupakan posisi persalinan yang sering dilakukan pada kala I, hal tersebut dikarena posisi miring lebih efektif untuk meneran dan lebih nyaman. Posisi tersebut mungkin baik jika ada masalah bagi bayi yang akan berputar ke posisi oksiput anterior . (Masyayih & Siswati, 2023)

3) Kala III

a) Memberikan kesempatan kepada ibu untuk segera memeluk bayinya dan menyusuinya

b) Memberitahu setiap tindakan yang akan dilakukan3) Pencegahan infeksi pada kala III

c) Memantau keadaan ibu (tanda vital, kontraksi, perdarahan)

d) Melakukan kolaborasi/rujukan bila terjadi kegawatdaruratan

e) Pemenuhan kebutuhan nutrisi dan hidrasi

f) Memberikan motivasi dan pendampingan selama kala III (Chris Sriyanti S. , 2023).

g) Manajemen aktiv kala III

(1) Pemberian suntikan oksitosin dalam satu menit pertama setelah bayi lahir

(2) Melakukan penegangan tali pusat terkendali

(3) Masase fundus uteri Prosedur pemberian suntikan oksitosin pada saat manajemen aktif kala III adalah :

(a) Setelah bayi dibungkus kain, diserahkan pada ibu untuk diberi ASI

(b) Meletakkan kain bersih di atas perut ibu untuk mencegah kontaminasi dari tangan penolong persalinan yang sudah memakai sarung tangan dan mencegah kontaminasi darah pada perut ibu

(c) Melakukan pemeriksaan uterus untuk memastikan tidak ada janin kedua, karena pemberian oksitosin akan menyebabkan uterus berkontraksi yang akan menurunkan pasokan oksigen kepada bayi jika masih terdapat bayi lain didalam uterus

(d) Ibu diberi tahu bahwa ia akan disuntik

(e) Segera (dalam satu menit pertama setelah bayi lahir) disuntikkan 10 IU secara IM pada sepertiga bagian atas paha luar (aspektus lateralis). Oksitosin dapat merangsang fundus uteri untuk berkontraksi dengan kuat dan efektif, sehingga dapat membantu pelepasan plasenta dan mengurangi kehilangan darah, sebelum

memasukkan obat, dilakukan aspirasi terlebih dahulu untuk memastikan penyuntikan oksitosin tidak ke pembuluh darah.Peregangan tali pusat terkendali:

(i) Berdiri disamping ibu

(ii) Memindahkan klem (penjepit untuk memotong tali pusat saat kala II) pada tali pusat sekitar 5-20 cm dari vulva, memegang tali pusat lebih dekat ke vulva akan mencegah avulsi

(iii) Meletakkan tangan yang satunya pada abdomen ibu (beralaskan kain) tepat di atas simfisis pubis. Tangan ini digunakan untuk meraba kontraksi uterus dan menahan uterus pada saat melakukan penegangan tali pusat. Setelah terjadi kontraksi yang kuat, tali pusat ditegangkan dengan satu tangan dan tangan yang satunya (pada dinding abdomen) menekan uterus kearah lumbal dan kepala ibu (dorsokranial). Hal ini dilakukan secara berhati-hati untuk mencegah terjadinya inversio uteri.

(iv) Bila plasenta belum lepas, tunggu hingga terus berkontraksi kembali (sekitar 2 atau 3 menit berselang) untuk mengulang kembali peregangan talinpusat terkendali.

(v) Saat mulai kontraksi (uterus menjadi lebih bulat atau tali pusat menjulur), tali pusat diregangkan ke arah bawah, kemudian dilakukan tekanan dorsokranial hingga tali pusat makin menjulur dan korpus uteri bergerak ke atas yang menandakan plasenta telah lepas dan dapat dilahirkan.

(vi) Jika langkah kelima tidak berjalan sebagaimana mestinya, plasenta tidak turun setelah 30-4- detik dimulai penegangan tali pusat, dan tidak adanya tanda-tanda yang menunjukan lepasnya plasenta, maka penegangan tali pusat jangan di teruskan.

(vii) Setelah plasenta terlepas, ibu dianjurkan untuk meneran agar plasenta terdorong keluar melalui introitus vagina. Tali pusat tetap ditegangkan dengan arah sejajar lantai (mengikuti poros jalan lahir).

(viii) Pada saat plasenta terlihat di introitus vagina, plasenta dilahirkan dengan tangan lainnya untuk meletakkannya dalam wadah penampung

(ix) Lakukan penarikan dengan lembut dan perlahan-lahan untuk melahirkan selaput ketuban.

4) Kala IV

Kala IV dimaksudkan untuk melakukan observasi karena pen darahan postpartum paling sering terjadi pada 2 jam pertama. Observasi yang dilakukan adalah :

a) Tingkat kesadaran penderita
b) Pemeriksaan tanda- tanda vital ,tekanan darah, nadi, dan pernapasan
c) Kontraksi uterus
d) Terjadinya pendarahan
e) Kandung kemih
f) Perineum (penjahitan perineum jika di perlukan)

Inisiasi Menyusui Dini(IMD) sangat penting di lakukan pada persalinan khusunya kala IV, IMD berkaitan dengan produksi hormon oksitosin, dimana hormon tersebut akan membantu rahim berkontraksi sehingga secara tidak langsung dapat mengurangi jumlah darah kala IV pada ibu. Diharapkan jumlah Ibu bersalin yang menyusui pada menit-menit pertama sampai satu jam kelahiran dapat meningkat, karena IMD memberikan banyak manfaat bagi bayi dan Ibu. (Nurianti & Murni., 2020)

i. Ketidaknyamanan Pada Persalinan dan Cara Tatalaksana

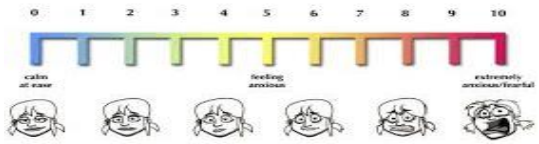
1) Cemas

Kecemasan merupakan salah satu faktor utama yang berpengaruh terhadap jalannya persalinan dan berakibat pembukaan yang lama. Dampak dari kecemasan dapat menimbulkan rasa sakit

pada persalinan, lamanya persalinan dan menimbulkan tekanan darah yang tidak stabil serta berakibat timbulnya dilatasi serviks yang tidak baik.

Kecemasan yang berlebihan dapat menyebabkan masalah, maka perlu dilakukan Pengukuran kecemasan , salah satunya dengan metode *Visual Analog Scale for-Anxiety (VAS-A) yang* erupakan salah satu skala pengukuran yang dapat di lakukan untuk mengukur tingkat kecemasan , dilakukan degan cara menganjurkan ibu untuk memberi tanda garis horizintal dan kemudian memberikan penilaian.

Gambar 2.2 Skala penilaian kecemasan



(Santy & Arief., 2023)

Cara penilaian dengan sistem skala: 0 di katakan tidak ada kecemasan, nilai 5 kecemasan sedang, dan 10 panik/cemas berat. (Santy & Arief., 2023)

Penatalaksanaan :

a) Pemberian Aromatherapi Lavender

Salah satu intervensi yang dapat di berikan untuk mencegah dan mengurangi tingkat kecemasan selama persalinan yaitu dengan pemberian Aromaterapi Lavender. Lavender memiliki kandungan *terpinen-4-ol, linalool, linalyl asetat, beta-*

ocimane,cineole, yang berperan dalam efek anti-kecemasan (relaksasi) dan linalil asetat memiliki efek anestesi sedangkan linalool sebagai obat penenang.

Pemberian aromaterapi lavender dengan inhalasi menggunakan difuser, cara penggunaannya masukkan air sebanyak 40ml, aromaterapi 2-3 tetes,hirup selama 20 menit. (Nurhayati, Nadia, & Sri., 2024)

b) Rileksasi Nafas dalam

Relaksasi nafas dalam dapat meningkatkan ventilasi paru, mengurangi keregangan otot dan oksigenasi yang mengalir ke sistem syaraf sehingga dapat menenangkan fikiran, dan mengurangi stres, tubuh akan relaks membuat pikiran rileks sehingga mengurangi kecemasan. (Marcellyn & Aksari., 2024)

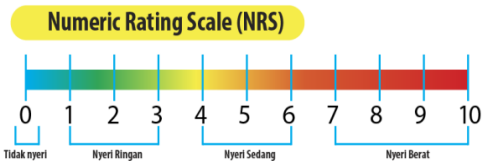
Rileksasi nafas dalam dapat di lakukan dengan tekhnik dengan cara menarik nafas dalam-dalam melalui hidung sambil mengembungkan perut dan menghembuskan nafas melalui mulut secara perlahan sambil mengempeskan perut (Marcellyn & Aksari., 2024)

2) Manajemen Rasa Nyeri Persalinan

Hampir semua wanita merasakan nyeri persalinan, tetapi respon setiap wanita terhadap nyeri berbeda-beda. Nyeri pada persalinan kala I adalah perasaan sakit dan tidak nyaman yang dialami ibu sejak awal mulainya persalinan sampai serviks

berdilatasi maksimal (10 cm). Nyeri ini disebabkan oleh dilatasi serviks, hipoksia otot uterus, iskemia korpus uteri, peregangan segmen bawah uterus dan kompresi saraf di serviks (gangglionik servikalis).

Gambar 2.3 Skala penilaian kecemasan



(W & Jacqueline., 2022)

Pengukuran skala nyeri di lakukan untuk menentukan tingkat atau derajat nyeri yang dirasakan pasien dan dapat dilakukan dengan metode penilaian Nyeri NRS(Numeric Rating Scale).

Keterangan : 0 (tidak nyeri), 1-3 (nyeri ringan), 4-5 (nyeri sedang), 7-10 (nyeri berat) .

Penatalaksanaan :

a) *Counter pressure*

Salah satu upaya untuk mengurangi nyeri persalinan adalah dengan menggunakan teknik ***counter pressure***, yaitu memberikan tekanan stabil pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepalan telapak tangan saat kontraksi. Tekanan ini dapat diberikan dengan gerakan lurus atau lingkaran kecil.

Counter pressure bekerja dengan cara menutup saluran pengantar nyeri ke medula spinalis dan otak. Selain itu, tekanan yang diberikan dapat merangsang pelepasan endorfin di sinaps sel saraf tulang belakang dan otak, yang menghambat transmisi nyeri. Hal ini mengurangi sensasi nyeri, membuat ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman selama persalinan. (Suksesty & Lestari., 2024)

b) Relaksasi pernafasan

teknik relaksasi nafas dalam dengan teknik inhalasi (hirup) dan ekshalasi (hembuskan) yang dilakukan secara teratur dan mendalam akan menghasilkan efek yang baik yaitu menghasilkan oksigen yang cukup.

Rasa nyeri dapat berkurang karena relaksasi memungkinkan ketersediaan oksigen dalam jumlah maksimal untuk rahim, yang juga mengurangi nyeri, karena otot kerja (yang membuat rahim berkontraksi) menjadi sakit jika kekurangan oksigen (Chandraloka, 2024)

c) Endorphin massase

Massage endhorpin, mengurangi konsentrasi rangsangan dapat mengurangi kecemasan Massage endhorpin merupakan sentuhan ringan untuk relaksasi dan pengurangan rasa sakit.

Pijat endorphin yang dilakukan dengan cara memberikan sentuhan berupa pijatan lembut dan ringan arah bahu kiri dan

kanan membentuk huruf V, kearah tulang ekor dan dilakukan berkali-kali ketika terjadi kontraksi pada 3 saat persalinan (dewi., 2023)

3) Perineum kaku

Perineum kaku merupakan dimana keadaan jalan lahir dan otot oto vagina kurang elastis saat di lalui janin yang dapat mengakibatkan terjadinya laserasi jalan lahir.

Penatalaksanaan :

1. Masasse perineum

Salah satu upaya mencegah laserasi jalan lahir akibat perineum yang kaku adalah dengan melakukan pijatan perineum, yang terbukti dapat mengurangi risiko robekan perineum .Pijatan ini sebaiknya lakukan setiap hari selama lima sampai sepuluh menit saat kehamilan trimester 3 atau beberapa minggu sebelum persalinan

Tujuan pijatan perineum adalah untuk melancarkan aliran darah, melembutkan jaringan ikat, dan meningkatkan elastisitas area perineum. Dengan meningkatnya elastisitas, saat persalinan, ibu dapat melahirkan dengan perlahan tanpa mengerahkan tenaga berlebihan. Jika persalinan berjalan lancar, robekan perineum dapat dihindari, dan perineum tetap utuh. (Faroha & Alfitri., 2024)

2. Kompres hangat

Kompres hangat perineum dilakukkan pada otot yang berkontraksi pada proses persalinan kala II diharapkan merangsang reaksi penghambat pada tendon otot organ tendon gelgi yang berada di dalamnya sehingga ujung reseptor organ golgi.

Dengam cara mengompres perineum menggunakan kain yang telah di basahi air hangat, di berikan selama kontraksi saat ibu mengejan. (Yolanda & Sari., 2024)

4) Robekan jalan lahir

Lakukan pengecekan perdarahan dan laserasi jalan lahir untuk dapat mengetahui jumlah perdarahan serta laserasi derajat berapa. Lalu menghentikan perdarahan dengan cara deep sumber perdarahan karena dengan melakukan deep perdarahan diharapkan perdarahan berkurang atau berhenti.

Penatalaksanaan (Retnaning Muji Lestari, 2024):

a) Derajat I : Jika robekan tidak terlalu besar, tidak perlu jahitan
b) Derajat II : lakukan penjahitan perineum
c) Derajad III dan IV :lakukan rujukan

Penatalaksanaan :

Upaya yang dapat di lakukan oleh penolong persalinan untuk meminimalisirkan terjadinya robekan jalan lahir yaitu dengan cara menganjurkn ibu untuk meneran sesuai dengan dorongan alamiah

selama kontraksi, tidak menganjurkan ibu untuk menahan nafas pada saat meneran (amru., 2022).

5) Kelelahan

Setelah melewati proses persalinan, istirahat yang cukup setelah proses persalinan dapat membantu ibu untuk memulihkan fungsi alat- alat reproduksi dan meminimalisasi trauma pada saat persalinan. Dan juga anjurkan keluarga untuk memberikan support pada ibu karena dengan memberikan support pada ibu diharapkan ibu lebih bersemangat.

j. Standar Asuhan Persalinan Normal

Asuhan Persalinan pada Kala II, III, dan IV yaitu:

kala I dan II

Sebelum melakukan tindakan prosedur Persalinan perlu di lakukan *Informed consent dengan* Menjelaskan bahwa ibu akan dilakukan tindakan asuhan persalinan normal dan meminta persetujuan ibu secara lisan untuk dilakukan Tindakan dan tetap menjaga privasi ibu

1) Mengamati & gejala persalinan kalah dua
   - Ibu mempunyai keinginan untuk meneran,
   - Ibu merasa tekanan yang semakin meningkat pada Rektum atau vagina nya.
   - Perineum menonjol dan vagina serta sprinter anal membuka.
2) Memastikan perlengkapan bahan dan oba-tobatan esensial siap digunakan

- Mematahkan ampul Oksitosin 10 unit dan menempatkan dispossible 3cc di dalam partus set.

3) Pakai celmek plastik atau dari bahan yang tidak tembus cairan
4) Melepaskan semua perhiasan, mencuci kedua tangan dengan sabun dan air bersih yang mengalir dan mengeringkan tangan dengan handuk yang bersih dan kering.
5) Memakai satu sarung tangan DTT atau steril pada tangan kanan.
6) Menghisap Oksitosin 10 unit ke dalam Disposable 3 cc dan meletakkan kembali dalam partus set Kemudian memakaikan sarung tangan pada tangan kiri.
7) Memastikan pembukaan lengkap dan keadaan janin , Sebelum melakukan pemeriksaan pembukaan maka lakukan fulva hygine
8) Lakukan pemeriksaan dalam untuk memastikan pembukaan lengkap
   - Bila selaput ketuban masih utuh saat pembukaan sudah lengkap maka lakukan amniotiomi.
9) Mending kontaminasi sarung tangan dengan cara mencelupkan tangan yang masih memakai sarung tangan kotor ke dalam larutan klorin 0,5% dan kemudian melepaskan dalam keadaan terbalik serta Meureundam nya di dalam larutan klorin 0,5% selama 10 menit
10) Periksa denyut jantung janin (DJJ) setelah kontraksi uterus mereda atau rileksasi untuk memastikan DJJ masih dalam batas normal (120-160 / menit)

11) Memberitahu ibu pembukaan sudah lengkap dan keadaan janin baik. Membantu ibu berada dalam posisi yang nyaman sesuai keinginannya:
    - Menunggu hingga ibu mempunyai keinginan untuk meneran. Melanjutkan pemantauan kesehatan dan kenyamanan ibu serta janin sesuai dengan pedoman persalinan kala II dan mendokumentasikan temuan-temuan.
    - Menjelaskan kepada anggota keluarga bagaimana mereka dapat mendukung dan memberi semangat kepada ibu saat ibu mulai meneran
12) Meminta bantuan keluarga untuk menyiapkan posisi ibu untuk meneran. (Pada saat ada his, bantu ibu dalam posisi setengah duduk dan pastikan ia merasa nyaman)
13) Melakukan pimpinan meneran saat Ibu mempunyai dorongan yang kuat untuk meneran :
    - Membimbing ibu untuk meneran saat ibu mempunyai keinganan untuk meneran
    - Mendukung dan memberi semangat atas usaha ibu untuk meneran
    - Bantu ibu mengambil posisi yang nyaman sesuai pilihannya (kecuali posisi berbaring terlentang dalam waktu yang lama)
    - Anjurkan ibu untuk beristirahat di antara kontraksi
    - Anjurkan keluarga memberi dukungan dan semangat untuk ibu

- Berikan cukup asupan cairan per-oral (minum)
- Menilai DJJ setiap kontraksi uterus selesai
- Segera rujuk jika bayi belum atau tidak akan segera lahir setelah pembukaan lengkap dan dipimpin meneran ≥ 120 menit (2 jam) pada primigravida atau ≥ 60 menit (1 jam) pada multigravida

14) Anjurkan ibu untuk berjalan, berjongkok atau mengambil posisi yang nyaman, jika ibu belum merasa ada dorongan untuk meneran dalam selang waktu 60 menit
15) Letakkan handuk bersih (untuk mengeringkan bayi) di perut bawah ibu, jika kepala bayi telah membuka vulva dengan diameter 5-6 cm
16) Letakkan kain bersih yang dilipat 1/3 bagian sebagai alas bokong ibu
17) Membuka partus set
18) Memakai sarung tangan DTT atau steril pada kedua tangan
19) Lahirnya Kepala:

    Setelah tampak kepala bayi dengan diameter 5-6 cm membuka vulva maka lindungi perineum dengan satu tangan yang dilapisi dengan kain bersih dan kering, tangan yang lain menahan belakang kepala untuk mempertahankan posisi fleksi dan membantu lahirnya kepala. Anjurkan ibu meneran secara efektif atau bernapas cepat dan dangkal

20) Periksa kemungkinan adanya lilitan tali pusat (ambil tindakan yang sesuai jika hal itu terjadi), segera lanjutkan proses kelahiran bayi. Perhatikan:
    - Jika tali pusat melilit leher secara longgar, lepaskan lilitan lewat bagian atas kepala bayi
    - Jika tali pusat melilit leher secara kuat, klem tali pusat di dua tempat dan potong tali pusat di antara dua klem tersebutMenunggu hingga kepala bayi melakukan putaran paksi luar secara spontan
21) Lahirnya bahu:

    Setelah kepala melakukan putaran paksi luar, tempatkan kedua tangan di masing- masing sisi muka bayi/secara biparietal. Menganjurkan ibu untuk meneran saat kontraksi berikutnya, dengan lembut menariknya ke arah bawah dan kearah keluar hingga bahu anterior muncul di bawah arkus pubis dan kemudian dengan lembut menarik ke arah atas dan ke arah luar untuk melahirkan bahu posterior
22) Lahirnya Badan dan Tungkai:

    Setelah kedua bahu lahir, satu tangan menyangga kepala dan bahu belakang, tangan yang lain menelusuri dan memegang lengan dan siku bayi bagian atas.
23) Setelah tubuh dan lengan lahir,

penelusuran tangan atas berlanjut ke punggung, bokong, tungkai dan kaki. Pegang kedua mata kaki (masukkan telunjuk diantara kedua kaki dan pegang kedua kaki dengan melingkarkan ibu jari pada satu sisi dan jari-jari lainnya pada sisi yang lain agar bertemu dengan jari telunjuk

24) Menilai bayi dengan cepat:
    - Apakah bayi cukup bulan?
    - Apakah bayi menangis kuat?
    - Apakah bayi bergerak aktif?

    kemudian meletakkan bayi di atas perut ibu dengan posisi kepala bayi sedikit lebih rendah dari tubuhnya (bila tali pusat terlalu pendek, meletakkan bayi di tempat yang memungkinkan)
25) Keringkan tubuh bayi mulai dari muka, kepala dan bagian tubuh lainnya (kecuali kedua tangan) tanpa membersihkan verniks.

    kala III dan IV
26) Menjelaskan bahwa ibu akan dilakukan asuhan persalinan normal untuk melahirkan plasenta dan meminta persetujuan ibu secara lisan untuk dilakukan tindakan
27) Melakukan palpasi abdomen untuk menilai kemungkinan adanya bayi kedua.
28) Beritahu ibu bahwa ia akan disuntik oksitosin agar uterus berkontraksi baik.

29) Dalam waktu 1 menit setelah bayi lahir, suntikkan oksitosin 10 unit (intramuskuler) di 1/3 distal lateral paha (lakukan aspirasi sebelum menyuntikkan oksitosin).
30) Menjepit tali pusat menggunakan klem kira-kira 3 cm dari pusat bayi. Melakukan urutan pada tali pusat mulai dari klem ke arah ibu dan memasang klem kedua 2 cm dari klem pertama (ke arah ibu).
31) Memegang tali pusat dengan satu tangan, melindungi perut bayi dari gunting dan memotong tali pusat di antara dua klem tersebut. Melakukan pengikatan tali pusat
32) Mengganti kain bayi dengan selimut yang kering dan meletakkan bayi diatas perut ibu skin to skin (IMD) Menyelimuti bayi dengan kain atau selimut dan menutupi bagian kepala.
33) Lakukan manajemen aktif kala III:

    Pindahkan klem tali pusat hingga berjarak 5-10 cm dari vulva
34) Meletakkan satu tangan diatas perut ibu, tepat di atas tulang pubis, dan melakukan palpasi untuk meraba kontraksi uterus
35) Setelah uterus berkontraksi, tegangkan tali pusat ke arah bawah sambil tangan yang lain mendorong uterus ke arah belakang-atas (dorso-kranial) secara hati-hati (untuk mencegah inversiouteri).

    Jika plasenta tidak lahir setelah 30-40 detik, hentikan penegangan tali pusat dan tunggu hingga timbul kontraksi berikutnya dan ulangi kembali prosedur di atas. (Jika uterus tidak segera berkontraksi,

minta ibu, suami atau anggota keluarga untuk melakukan stimulasi puting susu)

36) jika tali pusat bertambah panjang, pindahkan klem hingga berjarak sekitar 5 – 10 cm dari vulva.Jika plasenta tidak lepas setelah melakukan peregangan tali pusat selama 15 menit :
    - Mengulangi pemberian oksitosin 10 unit IM.
    - Menilai kandung kemih dan mengkateterisasi kandung kemih dengan menggunakan teknik aseptik jika perlu.
    - Meminta keluarga untuk menyiapkan rujukan.
    - Mengulangi peregangan tali pusat selama 15 menit berikutnya.
    - Merujuk ibu jika plasenta tidak lahir dalam waktu 30 menit sejak kelahiran bayi.
37) Saat plasenta muncul di introitus vagina, lahirkan plasenta dengan kedua tangan. Pegang dan putar plasenta hingga selaput ketuban terpilin kemudian lahirkan
    - Jika selaput ketuban robek, pakai sarung tangan DTT atau steril untuk melakukan eksplorasi sisa selaput kemudian gunakan jari-jari tangan atau klem ovum DTT/Steril untuk mengeluarkan selaput yang tertinggal
38) Rangsangan Taktil (Masase) uterus:

    Segera setelah plasenta dan selaput ketuban lahir, lakukan masase uterus, letakkan telapak tangan di fundus dan lakukan masase dengan gerakan melingkar dengan lembut hingga uterus

berkontraksi (fundus teraba keras)Jika uterus tidak berkontraksi setelah melakukan masase selam 15 detik mengambil tindakan yang sesuai

39) Menilai Perdarahan:

Evaluasi kemungkinan laserasi pada vagina dan perineum. Lakukan penjahitan bila terjadi laserasi derajat 1 atau derajat 2 dan atau menimbulkan perdarahan. Bila ada robekan yang menimbulkan perdarahan aktif, segera lakukan penjahitan

40) Periksa kedua sisi plasenta (maternal-fetal) pastikan plasenta telah dilahirkan lengkap. Masukkan plasenta ke dalam kantung plastik atau tempat khusus

41) Asuhan Pasca Persalinan:

Pastikan uterus berkontraksi dengan baik dan tidak terjadi perdarahan pervaginam

42) Pastikan kandung kemih kosong. Jika penuh, lakukan kateterisasi

43) Evaluasi:

Celupkan tangan yang masih memakai sarung tangan kedalam larutan klorin 0,5 %,bersihkan noda darah dan cairan tubuh, dan bilas diair DTT tanpa melepas sarung tangankemudian keringkan dengan tissue atau handuk pribadi yang bersih dan kering.

44) Ajarkan ibu/ keluarga cara melakukan masase uterus dan menilai kontraksi

45) Memeriksa nadi ibu dan pastikan keadaan umum ibu baik.

46) Evaluasi dan estimasi jumlah kehilangan darah.

47) Pantau keadaan bayi dan pastikan bahwa bayi bernafas dengan baik (40-60 kali/ menit).

48) Kebersihan dan Keamanan:

Bersihkan ibu dari paparan darah dan cairan tubuh dengan menggunakan air DDT. Bersihkan cairan ketuban, lendir dan darah di ranjang atau disekitar ibu berbaring. Bantu ibu memakai pakaian yang bersih dan kering

49) Pastikan ibu merasa nyaman. Bantu ibu memberikan ASI. Anjurkan keluarga untuk memberi ibu minuman dan makanan yang diinginkannya

50) Tempatkan semua peralatan bekas pakai dalam larutan klorin 0,5% untuk dekontaminasi (10menit). Cuci dan bilas peralatan setelah didekontaminasi

51) Buang bahan-bahan yang terkontaminasi ke tempat sampah yang sesuai

52) Dekontaminasi tempat bersalin dengan larutan klorin 0,5%

53) Celupkan tangan yang masih memakai sarung tangan ke dalam larutan klorin 0,5%, lepaskan sarung tangan dalam keadaan terbalik dan rendam dalam larutan klorin 0,5 % selama 10 menit.

54) Cuci kedua tangan dengan sabun dan air mengalir kemudian keringkan tangan dengan tissue atau handuk pribadi yang bersih dan kering

55) Pakai sarung tangan bersih/DTT untuk memberikan salep mata profilaksis infeksi, vitamin K1 (1 mg) intra muskuler dipaha kiri bawah lateral dalam 1 jam pertama.

56) Lakukan pemeriksaan fisik bayi baru lahir. Pastikan kondisi bayi baik. (pernafasan normal 40 - 60 kali/ menit dan temperatur tubuh normal 36.5 - 37.50C) setiap 15 menit

57) Setelah satu jam pemberian vitamin K1 berikan suntikan imunisasi Hepatitis B di paha kanan bawah lateral. Letakkan bayi di dalam jangkauan ibu agar sewaktu-waktu dapat disusukan.

58) Lepaskan sarung tangan dalam keadaan terbalik dan rendam didalam larutan klorin 0,5% selama 10 menit

59) Cuci kedua tangan dengan sabun dan air mengalir kemudian keringkan dengan tissue atau handuk pribadi yang bersih dan kering

60) Dokumentasi:

Lengkapi partograf (halaman depan dan belakang), periksa tanda vital, lakukan asuhan dan pemantauan kala IV persalinan setiap 15 menit pada jam pertama dan setiap 30 menit pada jam kedua.

k. Tanda Bahaya Persalinan

Adapun Beberapa masalah atau komplikasi yang mungkin timbul selama persalinan menurut (Dewi Nopiska Lilis, 2023) termasuk:

1) Tanda Bahaya dan komplikasi pada Kala I

a) Terdapat perdarahan pervaginam selain lendir bercampur darah.

b) Persalinan kurang dari 37 minggu (kurang bulan).

c) Ketuban pecah disertai dengan keluarnya mekonium kental.

d) Ketuban pecah dan air ketuban bercampur dengan sedikit mekonium, disertai tanda-tanda gawat janin.

e) Ketuban pecah pada kehamilan kurang bulan (usia kehamilan kurang dari 37 minggu).

f) Infeksi (temperature > 38°C, menggigil, nyeri abdomen, cairan ketuban berbau).

g) Tekanan darah lebih dari 160/100 dan atau terdapat protein dalam urine (pre-eklampsia berat).

h) Tinggi fundus 40 cm atau lebih.

i) DJJ kurang dari 100 atau lebih dari 180 x/menit pada dua kali penilaian dengan jarak 5 menit (gawat janin).

j) Primipara dalam persalinan fase aktif dengan palpasi kepala janin masih 5/5.

k) Presentasi bukan belakang kepala (sungsang, letak lintang dan lain-lain).

l) Presentasi ganda (majemuk).

m) Tali pusat menumbung (jika tali pusat masih berdeyut).

n) Syok (nadi cepat lemah lebih dari 110 x/menit, tekanan darah sistolik menurun, pucat, berkeringat dingin, nafas cepat lebih dari 30 x/menit, produksi urine kurang dari 30 ml/jam).

o) Fase laten berkepanjangan (pembukaan serviks kurang dari 4 cm setelah 8 jam, kontraksi teratur lebih dari 2 dalam 10 menit.

p) Partus lama (pembukaan serviks mengarah ke sebelah kanan garis waspada, pembukaan serviks kurang dari 1 cm per jam, frekuensi kontraksi kurang dari 2 kali dalam 10 menit dan lamanya kurang dari 40 detik).

2) Tanda Bahaya dan komplikasi pada Kala II

a) Syok (nadi cepat lemah dan lebih dari 100 x/menit, tekanan darah sistolik kurang dari 90 mm Hg, pucat pasi, berkeringat dingin, nafas cepat lebih dari 30 x/menit, produksi urine sedikit kurang dari 30 ml/jam).

b) Dehidrasi (perubahan nadi 100 x/menit atau lebih, urine pekat, produksi urin sedikit 30 ml/jam).

c) Infeksi (nadi cepat 110 x/menit atau lebih, temperatur suhu > 38 C, menggigil, cairan ketuban berbau).

d) Pre-Eklampsia ringan (Tekanan darah diastolik 90-110 mmHg, proteinuria hingga ++).

e) Pre-Eklampsia berat atau Eklamsia (Tekanan darah sistolik 110 mmHg atau lebih, tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih dengan kejang, nyeri kepala, gangguan penglihatan dan kejang).

f) Insersia uteri (kontraksi kurang dari 3x dalam waktu 10 menit lamanya kurang dari 40 detik).

g) Gawat janin (DJJ kurang dari 120 x/menit dan lebih dari 160 x/menit).

h) Distosia bahu (kepala bayi tidak melakukan putar paksi luar, kepala bayi keluar kemudian tertarik Kembali ke dalam vagina, bahu bayi tidak lahir).

i) Cairan ketuban bercampur mekonium ditandai dengan warna ketuban hijau.

j) Tali pusat menumbung (tali pusat teraba atau terlihat saat periksa dalam).

k) Lilitan tali pusat (tali pusat melilit leher bayi).

3) Tanda Bahaya dan Komplikasi pada Kala III dan IV

a) Retensio plasenta (normal jika plasenta lahir setelah 30 menit bayi lahir).

b) Avulsi tali pusat (tali pusat putus dan plasenta tidak lahir)

c) Bagian plasenta tertahan (bagian permukaan plasenta yang menempel pada ibu hilang, bagian selaput ketuban hilang/robek, perdarahan pasca persalinan, uterus berkontraksi).

d) Atonia uteri (uterus lembek tidak berkontraksi dalam waktu 5 detik setelah massage uterus, perdarahan pasca persalinan).

e) Robekan vagina, perineum atau serviks (perdarahan pasca persalinan, plasenta lengkap, berkontraksi).

f) Syok (nadi cepat lemah atau lebih dari 100 x/menit, tekanan darah sistolik kurang dari 90 mmHg, pucat, berkeringat dingin, nafas cepat lebih dari 30 x/menit, produksi urine sedikit kurang dari 30 ml/jam).

g) Dehidrasi (meningkatnya nadi lebih dari 100 x/menit, temperatur tubuh di atas 38°C, urine pekat, produksi urine sedikit 30 ml/jam)

h) Infeksi (nadi cepat 110 x/menit atau lebih, temperature suhu > 38°C, kedinginan, cairan vagina yang berbau busuk).

i) Pre-Eklampsia ringan (Tekanan darah diastolik 90-110 mmHg, proteinuria).

j) Pre-Eklampsia berat atau Eklamsia (Tekanan darah diastolik 110 mmHg atau lebih, tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih dengan kejang).

k) Kandung kemih penuh (bagian bawah uterus sulit di palpasi, TFU diatas pusat, uterus terdorong/condong ke satu sisi).

3.Teori Bayi Baru Lahir 0-6 Jam dan Neonatus

a. Definisi

Bayi baru lahir (Neonatus) adalah bayi yang baru lahir mengalami proses kelahiran baik melalui persalinan normal ataupun metode lain, berusia 0 - 28 hari, BBL memerlukan penyesuaian fisiologis berupa maturase, adaptasi (menyesuaikan diri dari kehidupan intrauterin ke kehidupan (ekstrauterain) dan toleransi bagi BBL untuk dapat hidup dengan baik. (Ernawati, 2023)

Neonatus adalah bayi yang baru lahir dan berusia antara 0 sampai 28 hari. Asuhan neonatus meliputi berbagai aspek, seperti

pemeriksaan fisik, pemberian vaksinasi, pengelolaan rasa sakit, dan perawatan Kesehatan. Selama periode ini bayi harus menyesuaikan diri dengan lingkungan ekstra uteri. Bayi harus berupaya agar fungsi-fungsi tubuhnya menjadi efektif sebagai individu yang unik, respirasi, pencernaan dan kebutuhan untuk regulasi harus bisa dilakukan sendiri Adapun ciri-ciri bayi baru lahir adalah sebagai berikut:

1. Dilahirkan pada usia kehamilan 37-42 minggu
2. Berat badan lahir 2500-4000 gram
3. Panjang badan 48 - 52 cm
4. Lingkar kepala 33-35 cm
5. Lingkar dada 30-38 cm
6. Frekuensi jantung 120-160 denyut/menit
7. Pernapasan 40-60 kali/menit
8. Kulit kemerahan dan licin karena jaringan subkutan cukup
9. Rambut lanugo tidak terlihat dan rambut kepala biasanya telah sempurna
10. Kuku agak panjang (melewati jari) dan lemas
11. Genetalia: labia mayora sudah menutupi labia minora (perempuan), kedua testis sudah turun ke dalam skrotum (laki – laki)
12. Refleks bayi sudah terbentuk dengan baik
13. Bayi berkemih dalam 24 jam pertama

14. Pengeluaran mekoneum dalam 24 jam pertama

(Iriani, et al., 2024)

b. Kunjungan neonatus

Kunjungan neonatus adalah pelayanan kesehatan yang diberikan kepada bayi baru lahir (neonatus) minimal tiga kali selama periode 0-28 hari setelah lahir adalah serangkaian pemeriksaan dan pemantauan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan kepada bayi yang baru lahir untuk memastikan kesehatannya. Pemerintah Indonesia, melalui program kesehatan ibu dan anak, menetapkan jadwal kunjungan neonatus sebagai bagian dari upaya untuk menurunkan angka kematian bayi dan meningkatkan kualitas Kesehatan. (Apriyanti, 2024)

1) Kunjungan Neonatal 1(KN1) 6 jam-48 jam setelah kelahiran.

Tujuan: Evaluasi bayinya kaji bayi setiap 30 menit hingga 1 jam selama minimal 6 jam atau hingga bayi baru lahir stabil dan tetap hangat dan berwarna merah muda. Pada hari pertama, periksa bayi untuk hal-hal berikut:

1. Pernafasan: bayi normal bernapas 30-60 kali semenit tanpa terengah-engah, mendengus atau menarik dada.
2. Kehangatan: periksa apakah bayi hangat - gunakan termometer untuk mengukur suhu aksila (harus antara 36,5C hingga 37,4C).

3. Warna: periksa apakah lidah, bibir dan selaput lendir (di dalam mulut) berwarna merah muda.
4. Pendarahan: periksa tali pusat apakah ada pendarahan; jika ada, tambahkan penjepit kabel lainnya.
5. Menyusui: periksa apakah bayi sedang menyusu.
6. Melakukan anamnesis lengkap (riwayat ibu, riwayat antenatal dan persalinan/persalinan) dan melakukan pemeriksaan fisik

2) Kunjungan neonatal II (KN2) Pada hari ke 3-7 hari.

Tujuan:

1. Jaga agar bayi tetap hangat.
2. Mendukung pemberian ASI.
3. Berikan perawatan lain untuk setiap masalah atau kebutuhan.
4. Ajari ibu cara merawat bayi (kehangatan, tidur, pemberian makan, mandi, perawatan tali pusat dan melindungi bayi dari infeksi) dan permasalahan umum bayi baru lahir.
5. Berikan vaksinasi sesuai jadwal imunisasi

3) Kunjungan Neonatal III (KN3) Pada hari ke 8-28 hari.

Tujuan: Memantau pertumbuhan dan perkembangan bayi, pemberian nutrsi yaaitu asi, memeriksa tanda-tanda infeksi,

dan konseling vaksinsi. (Asmanidar, Bunga Rampai Asuhan Neonatus dan Bayi, 2024)

c. Perubahan Fisiologis

1. Perubahan Sistem Pernapasan

Pada saat lahir, neonatus harus dapat bernafas dan itu adalah tugas utama yang paling penting baginya. Neonatus harus dapat mengoksigenasi sel-sel eritrositnya sendiri, melalui gerakan-gerakan pernapasan.

Pernapasan dari neonatus terutama adalah melalui abdominal dan diagpragmatik dan menjadi thoracal ketika bayi mulai duduk sekitar umur 6 bulan. Pernapasan neonatus tenang dan dangkal dengan kecepatan antara 30-60 kali per menit.

Frekuensi pernapasan bayi baru lahir biasanya berkisar antara 30 hingga 60 napas per menit. Selama beberapa hari pertama setelah kelahiran, frekuensi ini cenderung stabil dalam rentang tersebut, baik pada hari pertama, kedua, ketiga, dan seterusnya. Saat bayi tidur, frekuensi pernapasan dapat melambat hingga 30–40 napas per menit

Dua faktor yang berperan pada rangsangan napas pertama, yaitu:

1. Hipoksia pada akhir persalinan dan rangsangan fisik lingkungan luar rahim yang merangsang pusat pernapasan di otak

2. Tekanan terhadap rongga dada, yang terjadi karena kompresi paru-paru selama persalinan, yang merangsang masuknya udara kedalam paru-paru secara mekanis. Interaksi antara sistem pernapasan, kardiovaskuler dan susunan saraf pusat menimbulkan pernapasan yang teratur dan berkesinambungan serta denyut yang diperlukan untuk kehidupan. Jadi sistem-sistem harus berfungsi secara normal.

Upaya pernapasan pertama neonates berfungsi untuk:

1. Mengeluarkan cairan dalam paru-paru
2. Mengembangkan jaringan alveolus paru-paru untuk pertama kali

Pada saat bayi melalui jalan lahir selama persalinan, sekitar sepertiga cairan ini diperas keluar dari paru-paru. Dengan sisa cairan di dalam paru-paru dikeluarkan dari paru dan diserap oleh pembuluh limfe dan darah. Semua alveolus paru-paru akan berkembang terisi udara sesuai dengan perjalanan waktu. (Wibawati, et al., 2021)

2. Perubahan Kardiovaskuler

Sebelum lahir, Dengan keluarnya bayi ke lingkungan eksterna mengakibatkan terjadinya perubahan pada jantung yang dapat mengubah sirkulasi darah pada neonatus tersebut.

Pada neonatus, darah tidak mudah bersikulasi ke bagian eksremitas.

Itulah mengapa kaki dan tangan bayi mempunyai warna berbeda dengan badannya. Warna kaki dan tangan neonatus berwarna kebiruan dan terasa dingin sedangkan badan berwarna kemerah-merahan dan hangat. Tekanan darah normal sekitar 80/46 mmHg pada saat lahir meningkat menjadi 100/50 mmHg pada hari kesepuluh.

Saat dilahirkan, bayi bru lahir segera menghirup nafas dan menangis dengan kuat- paru-paru mengembang-tekanan paru-paru mengecil-darah mengalir ke paru-paru-botali tidak berfungsi lagi.

Foramen ovale akan menutup, ini terjadi karena adanya pemotongan tali pusat dan pengikatan tali pusat dengan proses sebagai berikut:

1. Sirkulasi plasenta terhenti, aliran darah ke atrium kanan menurun- tekanan jantung menurun- tekanan rendah diaorta hilang-tekanan jantung kiri meningkat.
2. Resistensi pada paru-paru dan aliran darah ke paru-paru meningkat- tekanan ventrikel kiri meningkat.

Penutupan duktus arteriosus menutup tiga minggu setelah lahir, terjadi karena penurunan resistensi paru-paru- aliran darah melalui duktus menurun. Penurunan ini tidak. terjadi segera

setelah lahir pada jam-jam pertama kelahiran aliran masih ada sedikit namun, aliran tetap dari kiri ke kanan. Sedangkan Penutupan venosus terjadi dalam tiga sampai tujuh hari.

Volume darah neonatus tergantung pada jumlah pengiriman darah plasenta. Volume darah bayi aterm adalah sekitar 80-85 ml/KgBB. Volume darah setelah lahir adalah 300 mL, tetapi tergantung berapa lama neonatus melekat pada plasenta. Nilai rata-rata hemoglobin, hematokrit, dan sel darah merah neonatus lebih tinggi dari nilai normal orang dewasa bahkan bisa lebih tinggi lagi jika ada keterlambatan dalam pengkleman tali pusat. Di dalam darah neonatus terkandung 80% hemoglobin janin dan mempunyai rentang hidup yang lebih pendek dan hampir menghilang pada minggu ke-20 setelah lahir. (Wibawati, et al., 2021)

Pemeriksaan kadar saturasi oksigen (SpO2) menggunakan pulse oxymetri. Bayi dengan cyanosis sedang mudah untuk dilihat, akan tetapi bayi yang tidak menunjukkan gejala kelainan jantung bawaan dapat dideteksi menggunakan pemeriksaan kadar saturasi oksigen. Normalnya saturasi oksigen berada diatas 95% yang diukur selama 2 menit pada hari ke 2 kelahiran bayi.

Pemeriksaa oksimetri dilakukan pada kedua tangan dan kaki bayi. Idealnya, bayi berusia >24jam menunjukkan saturasi

oksigen >95% di keempat ekstremitas. Hasil oksimetri dikatakan positif apabila ditemukan saturasi oksigen <90% di tangan kanan atau kaki. Apabila hasilnya meragukan, misalnya antara 90-94% atau terdapat perbedaan >3% di tangan kanan dan kaki, pemeriksaan diulang sampai maksimal 2x. Bayi dengan hasil pemeriksaan oksimetri positif sebaiknya segera dirujuk ke fasilitas tersier yang mampu menangani penyakit jantung bawaan, setelah penyebab saturasi oksigen rendah lainnya disingkirkan. (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023)

3. Perubahan Metabolisme dan Karbohidrat

Selama Dalam ± 24 jam setelah lahir, akan ada penurunan kadar glukosa, untuk meningkatkan energi pada jam-jam pertama setelah lahir, diambil dari efek samping pencernaan lemak tak jenuh tidak dapat mengatasi masalah anak-anak, maka, pada saat itu, tidak diragukan lagi anak pada titik mana pun akan mengalami hipoglikemik, misal pada bayi BBLR, anak-anak dari ibu yang mengalami DM dan lain-lain.

Selama masa transisi normal dari kehidupan intraunterin ke kehidupan ekstrauterin, konsentrasi glukosa darah pada bayi baru lahir cukup bulan yang sehat akan mengalami penurunan selama dua jam pertama kehidupannya, hingga mencapai titik nadir yang biasanya tidak lebih rendah dari 40 mg/dL. Penting

untuk membedakan respon transisi fisiologis normal ini dari gangguan yang mengakibatkan hipoglikemia persisten atau berulang

Hipoglikemia merupakan suatu keadaan penurunan konsentrasi glukosa serum dengan atau tanpa adanya gejala sistem autonom dan neuroglikopenia. Hipoglikemia sebenarnya normal ditemui pada bayi baru lahir, namun biasanya hanya berlangsung sementara, dan kadar gula darah akan meningkat dengan sendirinya dalam 2- 3 jam, Yang menjadi masalah dan butuh pengawasan adalah ketika hipoglikemia menetap. (Agussafutri, Darmayanti, & Siregar., 2022)

4. Perubahan Suhu

Ketika bayi baru lahir berada pada suhu sekitar yang lebih rendah dan suhu di dalam rahim ibu, jika bayi lahir dengan suhu kamar 25°C, maka bayi akan kehilangan panas melalui konveksi, radiasi dan evaporasi, sebanyak 200 kal / KgBB / menit. Sementara produksi panas yang dihasilkan oleh tubuh bayi hanya 1/10, kondisi ini menyebabkan penurunan suhu tubuh sebanyak 2°C dalam waktu 15 menit karena suhu rendah meningkatkan metabolisme jaringan dan peningkatan kebutuhan oksigen. Biasanya suhu normal bayi baru lahir adalah 36,5°C-37,5 apa bila suhu tubuh bayi di bawah 36C serta kedua tangan dan kaki teraba dingin maka di sebut hipotermia.

Hipotermia adalah kondisi dimana suhu tubuh < 360C atau kedua kaki dan tangan teraba dingin. Untuk mengukur suhu tubuh pada hipotermia diperlukan termometer ukuran rendah (low reading thermometer) sampai 250C. Disamping sebagai suatu gejala, hipotermia dapat merupakan awal penyakit yang berakhir dengan kematian.

Akibat hipotermia adalah meningkatnya konsumsi oksigen (terjadi hipoksia), terjadinya metabolik asidosis sebagai konsekuensi glikolisis anaerobik, dan menurunnya simpanan glikogen dengan akibat hipoglikemia. Hilangnya kalori tampak dengan meningkatkan intake kalori.

Tanda-tanda klinis hipotermia.

a. Hipotermia sedang (suhu tubuh 32 °C sampai <36 °C), tanda tandanya antara lain: Kaki terasa dingin, kemampuan menghisap, lemah, tangisan lemah dan kulit berwarna tidak rata atau disebut marmorata.
b. Hipotermia berat (suhu tubuh <32 °C) tanda tandanya antara lain: sama dengan hipotermia sedang, dan disertai dengan pernafasan lambat tidak teratur bunyi jantung lambat, terkadang disertai hipoglikemia dan asidosis metabolic
c. Stadium lanjut hipotermia, tanda tandanya antara lain: muka, ujung kaki dan tangan berwarna merah, bagian

tubuh lainnya pucat, kulit mengeras, merah dan timbul edema terutama pada punggung, kaki dan tangan (sclerema). (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023)

Salah satu cara untuk mencegah hipotermia yaitu dengan IMD(inisiasi menyusu dini). IMD menyebabkan stimulasi vagal lewat rangsangan sentuhan dan bau serta menginduksi pelepasan hormone oxytosin pada ibu sehingga menyebabkan suhu payudara ibu meningkat yang dapat menjaga suhu bayi saat dilakukan IMD. Kulit ibu merupakan termoregulator yang tepat bagi bayi, suhu kulit dada ibu akan menyesuaikan dengan suhu tubuh bayi , jika bayi kedinginan,suhu kulit ibu naik dua derajat secara otomatis untuk menghangatkan bayi sehingga menurunkan risiko hipotermi, ketika suhu bayi meningkat maka suhu kulit ibu otomatis turun satu derajat untuk menstabilkan suhu bayi. (Yunura, NR, & Ernita., 2022)

5. Hati

Hati memproduksi zat esensial untuk pembekuan darah,mengontrol kadar bilirubin tak terkonjugasi, pigmen berasal dari Hb dan dilepaskan bersamaan dengan pemecahan sel-sel darah merah. Saat bayilahir enzim hati belum aktif total sehingga neonatus memperlihatkan gejala ikterus fisiologis Segera setelah lahir, hati menunjukkan perubahan kimia dan

morfologis, yaitu kenaikan kadar protein dan penurunan kadar lemak serta glikogen. Sel hemopoetik juga mulai berkurang, walaupun memakan waktu agak lama. daya detoksifikasi hati pada neonatus juga belum sempurna, contohnya pemberian obat kloramfenikol dengan dosis lebih dari 50 mg/KgBB/hari dapat menimbulkan grey baby syndrome. (Wibawati F. H., et al., 2021)

Berikan 1 mg vitamin K secara intramuskular (IM) kepada semua neonatus (termasuk prematur) setelah lahir. Berikan 0,5mg vitamin K IM kepada neonatus dengan berat kurang dari 1kg.

Ikterus neonatal adalah kondisi munculnya warna kuning dikulit dan selaput mata pada bayi baru lahir karena adanya bilirubin atau (pigmen empedu) pada kulit dan selaput mata sebagai akibat peningkatan kadar bilirubin dalam darah (hiperbilirubinemia) Keadaan kuning pada lahir ini adalah istilah umum sering disebut jaundice. (Agustina, et al., 2023)

Dari hasil penelitian rendahnya asupan ASI merupakan salah satu faktor resiko terjadinya ikterus.Dengan pemberian ASI sesering mungkin secara on demand minimal 2 jam sekali selama kurang lebih 15 mnit dengan frekuensi 8-11 kali dalam sehari dapat cenderung lebih rendah terkena bilirubin dari bayi yang kurang asupan ASI. (Setyowati & Rumiyati., 2023)

6. Perubahan Sistem Pencernaan

Sebelum lahir, janin yang berada dalam kandungan ibunya sudah dapat berprilaku bagaimana cara menghisap dan menelan. Kemampuan bayi baru lahir cukup bulan untuk menelan dan mencerna sumber makanan dari luar cukup terbatas. Hal ini membutuhkan enzim dan beberapa hormon pencernaan yang terdapat di saluran cerna (dari mulut sampai usus). Menghisap, menggigit dan menelan merupakan aktivitas mulut. Bayi mampu untuk membentuk suatu penutup mengelilingi puting susu. Penutup ini kedap udara saat neonatus menghisap.

Pada neonatus yang menyusu ASI, usus dikolonisasi oleh laktobasilus yang melindungi usus dengan mencegah implantasi organisme patogen. Feses dari bayi yang menyusu ASI adalah berwarna hijau kekuningan, dan berair. Sedangkan neonatus yang menyusu susu formula, biasanya berwarna kuning terang, berbentuk dan kurang frekuensi.Indera pengecap dan mungkin penciuman ditemukan pada neonatus. la dapat membedakan cita rasa yang dapat diterima dan yang tidak dapat diterima.

Tabel 2.5 Ukuran lambung bayi baru lahir

Hari	Ukuran Lambung Bayi	Kebutuhan Asi
1 hari	Ukuran lambung seperti buah chery	5-7 ml
3 hari	Ukuran lambung seperti kemiri	22-27ml
1 minggu	Ukuran lambung seperti buah apricot	80-150ml

Sumber : (Hastuti, Kusumaningsih, Fatonah, & Zulisa, 2023)

Neonatus cukup bulan mampu menelan, mencerna, memetabolisme, dan mengabsorbsi protein dan karbohidrat sederhana, serta mengemulsi lemak. Enzim tersedia untuk mengkatalis protein dan karbohidrat sederahana (monosakarida dan disakarida), tetapi produksi amilase pankreas yang sedikit.

Tabel 2.6 Feses Bayi Baru Lahir

Hari	Warna Feses	Tampilan Feses
1-3 hari	Kehitamam	Lembut
3-6 hari	Coklat-Kehijauan	Lembut
7 hari	Kekuningan	Lembut

(Namangdjabar, Bakoil, A, Seran, & Baso, 2023)

Pada bayi, sfingter yang menghubungkan esofagus dan lambung belum berfungsi secara optimal. Akibatnya, makanan atau ASI dapat kembali naik ke esofagus, menyebabkan gumoh. Gumoh/regurgitasi adalah keluarnya susu beberapa waktu setelah minum susu baik melalui botol susu maupun menyusui langsung pada ibunya. Pada bayi usia < 6 bulan, regurgitasi tidak berlebih masih dalam keadaan batas yang normal. (Agustina, et al., 2023)

Setelah Menyendawakan bayi untuk menghindari muntah dengan cara bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu atau didudukkan tegak di pangkuan ibu kemudian punggung ditepuk perlahan-lahan atau diusap. Jika bayi tertidur dan tidak memungkinkan disendawakan dengan cara diatas, bayi dapat ditidurkan dengan posisi miring kemudian punggung ditepuk perlahan atau diusap. (Rahmawati & Prayogi.)

7.Perubahan Sistem Perkemihan

Pada saat neonatus, hampir semua maasa yang teraba di abdomen berasal dari ginjal. Pada saat lahir, fungsi ginjal sebanding dengan 30%-50% dari kapasitas dewasa dan belum cukup matur untuk memekatkan urine. Namun, urine terkumpul dalam kandung kemih. Neonatus berkemih 6-10x dengan warna urine pucat menunjukkan masukan cairan yang cukup. Umumnya, neonatus yang cukup bulan berkemih 15-60 ml/Kg/hari. Sedangkan kapasitas kandung kemih adalah kira-kira 45 cc dan produksi air kemihnya rata- rata 0,05-0,10 cc per menit. Ginjal pada neonatus menunjukkan penurunan aliran darah ginjal dan penurunan kecepatan filtrasi glomerulus.

Tabel 2,7 Produksi Urine Bayi Baru Lahir

Hari	Produksi urine	Tampilan urine
24 jam setelah lahir	20-30ml	Warna keruh/merah mudah
Pada akhir minggu pertama	100-200ml	Warna urine pucat

Sumber: (Idayanti, Umami, Anggraeni, & Virgia, 2022)

Fungsi ginjal belum matur, dikarenakan:

1. Jumlah nefron belum sebanyak orang dewasa

2. Tidak seimbang antara luas permukaan glomerulus dengan volume tubulus proksimal
3. Aliran darah ke ginjal relatif masih kurang bila dibandingkan orang dewasa, belum dipengaruhi air urine pada hari ketiga

Neonatus tidak mampu mengonsentrasikan urine yang baik yang tercermin dalam berat urine (1,004) dan osmolitas urine yang rendah. Semua keterbatasan ginjal ini lebih buruk pada bayi kurang bulan. Neonatus mengekskresikan sedikit urine pada 48 jam pertama kehidupan, seringkali hanya 30 hingga 60 ml, seharusnya tidak terdapat protein atau darah dalam urine neonatus. Debris sel yang banyak dapat mengidentifikasi adanya cedera atau iritasi di dalam sistem ginjal. (Wibawati, et al., 2021)

7. Perubahan Sistem Integumen

Pada saat lahir semua struktur kulit seperti dermis, epidermis, dan jaringan subkutan tetapi banyak fungsi kulit yang belum matang. PH kulit yang normal adalah asam, berguna untuk melindungi kulit dari dari penyebaran bakteri. Pada neonatus PH kulit lebih tinggi, kulit lebih tipis, dan sekresi keringat dan sebum sedikit. Hal ini dapat menyebabkan neonatus rentan terhadap infeksi kulit dari pada anak yang lebih besar atau orang dewasa. Akibat perlengketan antara dermis dan epidermis mengakibatkan kulit neonatus cenderung mudah

melepuh, seperti kulit neonatus yang mudah sekali alergi terhadap plester.

Kelenjar keringat terdapat pada saat lahir tetapi memerlukan waktu untuk berfungsi secara efisien. Vernix caseosa yang menutupi kulit pada bayi baru lahir, diproduksi oleh kelenjar sebasea. Bintik-bintik putih kecil yang dikenal sebagai milia bisa terdapat pada saat lahir yang merupakan kelenjar sebasea yang bergelembung. Jika terjadi pengelupasan kulit pada saat lahir menandakan kehamilan yang berlangsung lama (postmatur), retardasi pertumbuhan, atau infeksi dalam rahim seperti sifilis. Kulit neonatus ditutupi oleh rambut yang sangat halus yang disebut sebagai lanugo. (Wibawati F. H., et al., 2021)

Popok yang basah dapat menyebab infeksi salah satunya yaitu miliaria.Miliaria sering disebut dengan sudamina, liken tropikus, biang keringat dan keringet buntet/kuncret. Miliaria yaitu masalahkulit/dermatitis yang disebabkan oleh retensi keringat, penyumbaatan pori kelenjar keringat, dan timbul pada udara yang panas dan lembaab.Penyumbatan ini disebabkan oleh bakteri yang menyebabkan radang dan edema akibat persiprasi yang tidak dapat keluar dan diabsorpsi oleh stratum korneum.

Diaper rash adalah merupakan akibat karena kontak terus menerus dengan keadaan lingkungan yang tidak baik. Diaper rash atau ruam popok adalah iritasi dan peradangan kulit bayi akibat penggunaan popok. Ruam popok ditandai dengan kemerahan pada kulit bayi di daerah pantat, lipat paha, dan kelamin. Meskipun banyak terjadi pada bayi, orang dewasa yang menggunakan popok juga dapat mengalaminya.

Ruam popok bisa disebabkan oleh berbagai hal, tetapi umumnya terjadi akibat paparan urine dan tinja yang terkumpul di dalam popok. Ruam popok juga dapat terjadi akibat popok yang terlalu ketat, infeksi bakteri, atau penyakit kulit, seperti dermatitis seboroik atau dermatitis atopik.

Penatalaksanaan biang keringat ruam popok dapat dilakukan dengan Pemberian terapi non farmokologis salah satunya yaitu dengan menggunakan bahan olahan yang alami. Salah satu bahan olahan alami yaitu, virgin Coconut Oil (VCO) adalah minyak kelapa murni yang hanya bisa dibuat dengan bahan kelapa segar nonkopra, pengolahannya pun tidak menggunakan bahan kimia dan tidak menggunakan pemanasan yang tinggi serta tidak dilakukan pemurnian lebih lanjut, karena minyak kelapa murni sangat alami dan sangat stabil.

Pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) dilakukan selama 5 hari berturut-turut, diberikan 2x sehari pagi dan sore setelah

mandi dan diberikan perawatan kulit bayi sehari-hari, misalnya seperti memandikan secara teratur, mengganti popok atau baju pada saat yang tepat, memilih bahan pakaian yang lembut, memilih kosmetik berupa sabun mandi, sampo dan minyak khusus bayi dipilih dengan tepat dan disesuaikan dengan keadaan kulit bayi. (Yulihah, Yolandia, & Hidayani., 2023)

8. Sistem Syaraf

Sistem persyarafan pada bayi baru lahir belum matang secara anatomis dan berbeda dari sistem syaraf orang dewasa baik secara kimiawi maupun fisiologis. Sistem syaraf otonom sangat penting selama masa transisi karena sistem ini menstimulasi respirasi awal, membantu mempertahankan keseimbangan asam basa, dan sebagian mengatur kontrol tubuh. Berikut reflek primitif yang akan terjadi pada neonatus, yaitu:

1. Reflex mengisap (sucking reflex): gerakan mengisap dimulai ketika putting susu ibu di tempatkan dalam mulut neonatus
2. Reflex menelan (swallowing reflex): neonatus akan melakuka ngerakan menelan ketika pada bagian posteriorn lidahnya diteteskan cairan,gerakan ini harus terkoordinasi dengan gerakan pada reflex mengisap
3. Refleks moro ketika tubuh neonatus diangkat dan diturunkan secara tiba-tiba, maka kedua lengan serta

tungkainya memperlihatkan gerakan ekstensi yang simetris dan diikuti oleh gerakan abduksi

4. Reflex mencari (reflex rooting): gerakan neonatus menoleh kearah sentuhan yang dilakukan pada pipinya
5. Reflex leher yang tonik (tonic neck reflex): neonatus dibaringkan dalam posisi terlentang dan kepalanya ditolehkan ke salah satu sisi, maka ekstremitas pada sisi homolateral akan melakukan gerakan ekstensi sementara ekstremitas pada sisi kontralateral melakukan gerakan fleksi
6. Reflex babinski: goresan pada bagian lateral telapak kaki di sisi jari kelingking kearah yang menyilang bagian tumit telapak kaki membuat jari-jari kaki bergerak mengembang kea rah atas
7. Reflex menggengam (palmar grasping reflex): penempatan jari tangan kita pada telapak tangan neonatus menggengam jari tangan tersebut dengan cukup kuat
8. Refleks melangkah (stepping reflex): tindakan mengangkat neonatus dalam posisi tubuh yang tegak dengan kedua kaki menyentuh permukaan yang rata akan memicu gerakan seperti menari atau menaiki anak tangga.

9. Reflex plantar graps: sentuhan pada daerah di bawah jari kaki untuk menggengam jari tangan pemeriksa (Wibawati, et al., 2021)

10. Perubahan Sistem Imun

Perubahan sitem imun, sistem imun bayi baru lahir masih belum matang, sehingga menyebabkan neonatus rentan terhadap berbagai infeksi dan alergi. Sistem imun yang matang akan memberikan kekebalan alami maupun yang didapat. Kekebalan alami terdiri dari struktur pertahanan tubuh yang mencegah atau meminimalkan infeksi.Berikut beberapa contoh kekebalan alami meliputi:

a. Perlindungan oleh kulit membran mukosa
b. Fungsi saringan saluran nafas
c. Pembentukan koloni mikroba oleh kulit dan usus
d. Perlindungan kimia oleh lingkungan asam lambung.21

Bayi memiliki immunoglobulin (lg) guna meningkatkan sistem imunitas yang disekresi oleh limfosit dan sel-sel plasma. Berikut antibodi yang di dapat bayi baru lahir. Saat bayi lahir, sebagian besar antibodi bayi adalah imunoglobulin G (Ig G), kadar Ig M masih sangat rendah meskipun bayi lahir saat usia kehamilan aterm, < 10% dari kadar Ig M orang dewasa. Produksi Ig A, Ig D dan Ig E sangat bertahap. Namun demikian Ig A sekretori dalam kolostrum dan ASI bekerja di usus untuk

menetralkan bakteri dan virus patogen. Bayi baru lahir mampu menghasilkan respon imun yang protektif terhadap vaksin. Sel darah putih bayi baru lahir adalah menunjukan respon yang tertunda terhadap bakteri. (Fitri, Lestari, Indriani, Hasyim, & Saputri, 2024)

11. Perubahan Sistem Hormonal

Setelah lahir, bayi mengalami berbagai perubahan hormonal yang signifikan untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan di luar rahim. Berikut adalah beberapa perubahan utama:

1. Penurunan Hormon Plasenta: Setelah plasenta dilepaskan, kadar hormon seperti estrogen dan progesteron menurun drastis. Penurunan ini memicu peningkatan hormon prolaktin yang merangsang produksi ASI.
2. Peningkatan Hormon Prolaktin dan Oksitosin: Prolaktin bertanggung jawab atas produksi ASI, sementara oksitosin berperan dalam refleks pengeluaran ASI selama menyusui. Selain itu, oksitosin membantu kontraksi rahim pasca persalinan untuk mencegah perdarahan.
3. Aktivasi Sistem Endokrin Bayi: Setelah lahir, sistem endokrin bayi mulai berfungsi secara mandiri. Kelenjar tiroid, misalnya, mulai memproduksi hormon tiroid yang penting untuk metabolisme dan perkembangan otak.

Kekurangan hormon ini dapat menyebabkan hipotiroid kongenital, yang berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan bayi.

4. Perubahan Hormon Stres: Proses kelahiran memicu pelepasan hormon stres seperti katekolamin (adrenalin dan noradrenalin) pada bayi, yang membantu adaptasi pernapasan dan sirkulasi darah di lingkungan baru.

Perubahan hormonal ini esensial untuk memastikan bayi dapat beradaptasi dengan lingkungan luar rahim dan mendukung proses menyusui serta perkembangan awal kehidupan. (Wibawati F. H., et al., 2021)

Hipotiroid kongenital (HK) adalah kondisi di mana kelenjar tiroid bayi baru lahir tidak berfungsi dengan baik, menyebabkan produksi hormon tiroid yang tidak mencukupi. Kondisi ini dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan, termasuk retardasi mental, jika tidak dideteksi dan ditangani sejak dini.

SHK adalah proses deteksi dini untuk mengidentifikasi bayi baru lahir yang menderita hipotiroid kongenital. Tujuannya adalah memastikan bayi yang terdiagnosis dapat segera mendapatkan penanganan yang tepat, sehingga komplikasi serius dapat dicegah.

Prosedur Skrining: Waktu Pelaksanaan: Skrining idealnya dilakukan pada bayi berusia 48 hingga 72 jam setelah lahir.

Metode Pengambilan sampel darah dilakukan dengan metode tusukan tumit (heel prick) untuk mengukur kadar hormon perangsang tiroid (TSH) atau tiroksin (T4).Interpretasi Hasil Kadar TSH yang tinggi atau T4 yang rendah mengindikasikan kemungkinan hipotiroid kongenital, yang memerlukan pemeriksaan lanjutan untuk konfirmasi.

Pentingnya SHK Deteksi dini melalui SHK memungkinkan intervensi segera dengan pemberian terapi hormon tiroid, yang esensial untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan neurologis bayi. Tanpa skrining dan penanganan tepat waktu, bayi berisiko mengalami retardasi mental dan hambatan pertumbuhan. (Indonesia)

12. Perubahan Sistem Peredaran Darah

Setelah lahir darah bayi baru lahir darah melewati paru-paru untuk mengambil oksigen dan mengadakan sirkulasi melalui tubuh guna mengantarkan oksigen ke jaringan. Untuk membuat sirkulasi yang baik pada bayi baru lahir terjadi dua perubahan besar:

a. Penutupan foramen ovale pada atrium jantung.

b. Penutupan duktus arteriosus antara arteri paru-paru dan aorta.

Perubahan siklus ini terjadi akibat perubahan tekanan pada seluruh sistem pembuluh tubuh. Oksigenasi menyebabkan sistem pembuluh mengubah tekanan dengan cara mengurangi atau meningkatrkan resistensinya sehingga mengubah aliran darah. Dua peristiwa yang mengubah tekanan dalam sistem pembuluh darah, adalah:

a. Pada saat tali pusat dipotong, resistensi pembuluh sistemik meningkat dan tekanan atrium kanan menurun. Tekanan atrium kanan menurun karena berkurangnya aliran darah ke atrium kanan. Hal ini menyebabkan penurunan volume dan tekanan atrium tersebut. Kedua kejadian ini membantu darah dengan kandungan oksigen sedikit mengalir ke poaru-paru untuk menjalani proses oksigenasi ulang.
b. Pernapasan pertama menurunkan resistensi pembuluh darah paru-paru dan meningkatkan tekanan atrium kanan. Oksigen pada pernapasa pertama ini menimbulkan relaksasi dan sedikit terbukanya sistem pembuluh darah paru-paru. Peningkatana sirkulasi ke paru-paru mengakibatkan peningkatan volume darah dan tekanan pada atrium kanan. Dengan peningkatan tekanan atrium kanan dan penurunan

tekanan pada atrium kiri, foramen ovale secara fungsional akan menutup. (Putri, et al., 2022)

d. Adaptasi Psikologis Pada Bayi

1) Pembentukan Keterikatan (Attachment):

Bayi mengembangkan ikatan emosional dengan pengasuh utama, yang penting untuk rasa aman dan perkembangan psikologis yang sehat. Keterikatan ini terlihat dari perilaku seperti menangis ketika dipisahkan dari pengasuh dan tenang ketika bersama mereka.

2) Respons Terhadap Stres:

Bayi merespon stres melalui tangisan, menggeliat, atau mengalihkan perhatian. Pengasuh memainkan peran penting dalam meredakan stres ini, yang berkontribusi pada perkembangan rasa aman dan kepercayaan diri bayi.

3) Perkembangan Sensorik dan Kognitif:

Bayi lahir dengan kemampuan sensorik yang terbatas namun terus berkembang dengan cepat. Mereka mulai mengenali suara, wajah, dan sentuhan yang akrab, yang membangun dasar untuk perkembangan bahasa dan keterampilan sosial.

4) Pengembangan Emosi Dasar

Bayi mulai menunjukkan emosi dasar seperti kebahagiaan, kesedihan, dan ketakutan selama bulan-bulan pertama kehidupan. Ekspresi emosi ini adalah bagian penting dari adaptasi psikologis dan membantu dalam komunikasi dengan pengasuh. (US, 2024)

e. **Asuhan Segera Bayi Baru Lahir**

Bayi baru lahir perlu diberikan asuhan yang aman dan bersih segera setelah bayi lahir hal ini merupakan asuhan yang sangat esensial pada bayi baru lahir. Ada beberapa asuhan yang harus dilakukan pada bayi baru lahir yaitu:

1. Keringkan dan Stimulasi Bayi

Setelah Segera setelah lahir, keringkan bayi, terutama kepalanya, dengan handuk kering yang hangat dan buang handuk basah tersebut. Tutupi bayi dengan handuk kering. Bayi baru lahir yang tidak bernapas spontan setelah menyeluruh pengeringan harus dirangsang dengan menggosok punggung 2-3 kali sebelum menjepit tali pusat dan memulai ventilasi tekanan posif.

2. Kaji Pernapasan dan Warna Bayi

Saat Anda mengeringkan bayi, periksa apakah Bayi bernapas (kecepatan normal adalah 30 hingga 60 napas per menit).Warna kulit bayi merah jambu. Jika bayi kesulitan bernapas/terengah-engah/atau tidak bernapas: segera klem dan

potong tali pusar, sisakan tunggul sepanjang minimal 10 cm, hubungi bantuan dan segera mulai resusitasi. Warna biru pada lidah, bibir dan batang tubuh merupakan tanda kekurangan oksigen dalam darah.

Evaluasi nilai APGAR

Tes segera/awal yang dilakukan pada 1 menit dan 5 pertama setelah kelahiran. 1 menit menilai seberapa bagus bayi menghadapi kelahiran.5 menit melihat adaptasi bayi dengan lingkungan baru. Ratingnya berdasarkan total score 1 sampai 10, 10 berarti bayi paling sehat.

Tabel 2.8 APGAR SCORE

Score	**0**	**1**	**2**
Appereance (warna kulit)	Biru Pucat	Tubuh merah ekstremitas biru	Merah Seluruh Tubuh
Pulse (Denyut Jantung)	Tidak ada	Kurang dari 100x/menit	Lebih dari 100x/menit
Greemace (reaksi terhadap rangsangan)	Tidak ada	Merinti	Batuk,bersin
Activity (tonus otot)	Lunglai	Lemah (fleksi ekstemitas)	Gerak aktif (fleksi kuat0
Respiration (usaha nafas)	Tidak ada	Tidak Teratur	Tangis kuat

(Yulianti & Ningsi., Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir, 2019)

Dengan menilai Apgar Score pada menit ke I

Hasil Apgar Score: 0-3: Asfiksia Berat

Hasil Apgar Score: 4-6: Asfiksia Sedang

Hasil Apgar Score: 7-10: Normal. (Yulianti & Sam, Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir, 2019)

3. Penjepitan dan Pemotongan Tali Pusat

Potong tali pusat dalam waktu 1 hingga 3 menit setelah kelahiran untuk semua kelahiran sambil memulai perawatan penting bayi baru lahir secara bersamaan. Penjepitan tali pusat dini (<1 menit setelah lahir) tidak dianjurkan kecuali neonatus mengalami asfiksia dan perlu segera dipindahkan untuk resusitasi.

Jangan oleskan apa pun pada tunggul kabel dan biarkan tidak tertutup. Perawatan tali pusat yang bersih dan kering dianjurkan bagi bayi baru lahir yang dilahirkan di fasilitas kesehatan dan di rumah.

4. Menjaga Bayi Agar Tetap Hangat

Bayi baru lahir tanpa komplikasi harus tetap melakukan kontak kulit dengan ibunya selama satu jam pertama setelah lahir untuk mencegah hipotermia dan mendorong pemberian ASI. Tutupi ibu dan bayi dengan selimut/kain bersih.

5. IMD (Inisiasi Menyusu Dini)

Bantu ibu mulai menyusui dalam satu jam pertama kelahirannya (kebanyakan bayi baru lahir siap menyusu sedini

15 menit setelah lahir). Bantu ibu dengan posisi, pelekatan, dan isapan yang benar. Bayi harus ditempatkan dalam kontak kulit-ke-kulit segera setelah lahir selama setidaknya satu jam. Ibu harus didukung untuk memulai menyusui dalam waktu 1 jam setelah melahirkan dan mengenali kapan bayinya siap untuk menyusu.

Semua bayi yang baru lahir harus ditempatkan dekat dengan ibunya untuk memastikan pemberian makan yang sering. Ini juga membantu pengeluaran ASI lebih awal dan aliran ASI lebih baik. Berikan nasihat kepada para ibu dan dukung mereka mengenai posisi dan pelekatan yang benar untuk meningkatkan aliran ASI dan mencegah kondisi payudara. Promosikan pemberian ASI eksklusif pada enam bulan pertama. Memberikan konseling tentang pemberian makanan pendamping ASI yang tepat dan memadai sejak usia enam bulan sambil terus memberikan ASI. Promosikan pemberian ASI terus menerus hingga usia 24 bulan atau lebih

6. Pemberian Salep Mata dan Vitamin K

Dalam waktu 1 jam setelah lahir, berikan obat antimikroba mata pada bayi baru lahir untuk melindungi bayi dari infeksi mata yang serius. Berikan 1 mg vitamin K secara intramuskular (IM). (Noordiati., 2018)

7. Pemberian imunisasi hepatitis B

Bayi baru lahir harus diberikan hepatitis B untuk mencegah terjadinya penularan infeksi hepatitis B. Imunisasi ini diberikan 1-2 jam setelah pemberian vitamin K1, setelah pemberian hepatitis B lakukan pencatatan dan menganjurkan ibu untuk memberikan imunisasi berikutnya kepada bayi sesuai jadual pemberian imunsasi. (Noordiati., 2018)

8. Asuhan Lanjutan Pada Bayi Baru Lahir

a. Melakukan perawatan tali pusat

Setelah memberikan asuhan pada bayi baru lahir kemudian dilanjutkan dengan perawatan atau asuhan lanjutan yaitu dengan melakukan perawatan seperti melanjutkan perawatan tali pusat. Perawatan tali pusat penting dilakukan untuk mencegah terjadinya infeksi merawat tali pusat menggunakan kain kasa kering. (Novidha, Manik, Wijayanti, Christiana, & Wati., 2023)

Perawatan tali pusat yang tidak baik mengakibatkan tali pusat menjadi lama lepas. Resiko bila tali pusat lama lepas adalah terjadinya infeksi tali pusat dan tetanus neonatorum. Adapun tanda-tandanya antara lain suhu tubuh bayi panas, bayi tidak mau minum, tali pusat bengkak, merah dan berbau. Sehingga perawatan tali pusat perlu diperhatikan.

Perawatan tali pusat pusat dengan menggunakan metode topikal ASI dapat mempercepat waktu lepas tali pusat dan mencegah infeksi pada periode neonatal.ASI merupakan

sumber nutrisi terbaik dan terlengkap untuk neonates. Dalam ASI mengandung imunologi IgA, agen anti infeksi yang dapat memberikan kekebalan pasif kepada bayi spesifik. (Silaen, Siregar, Manik, Tarigan, & Halawa., 2023)

Perawatan tali pusat dengan menggunakan ASI adalah perawatan tali pusat terbaru yang dibersihkan dan dirawat dengan cara mengoleskan ASI pada pangkal tali pusat menggunakan cotton bud dan menjaga agar tetap bersih dan kering Keuntungan dari perawatan topikal ASI ini yaitu sangat efisien karena tidak memerlukan biaya, mudah diaplikasikan dan merupakan teknik non invasif, sehingga aman dilakukan. (Silaen, Siregar, Manik, Tarigan, & Halawa., 2023)

b. Pemberian ASI lanjutan

Memberikan ASI kepada bayi sangat penting menganjurkan kepada ibu agar sesering mungkin menyusui bayinya, dan memberikan ASI ekslusif kepada bayi. Adapun tujuan pemberian ASI kepada bayi adalah bayi mendapat kolostrum atau ASI sedini mungkin, untuk merangsang produksi ASI dan melancarkan pengeluaran ASI, serta menjalin hubungan kasih sayang ibu dan bayi, dan mencegah lecet dan pembengkakan payudara.Mengajarkan ibu agar mampu

meningkatkan keterampilan ibu terutama tentang teknik menyusui yang benar sehingga dapat mencegah terjadinya putting susu lecet, payudara bengkak, mastitis, dan bayi tidak suka menyusui. (Novidha, Manik, Wijayanti, Christiana, & Wati., 2023)

c. Pemeriksaan Fisik

Prinsip pemeriksaan dilakukan dalam keadaan bayi tenang (tidak menangis), pemeriksaan tidak harus berurutan, dahulukan menilai pernapasan dan tarikan dinding dada kedalam, denyut jantung serta perut.Pemeriksaan fisik yang dilakukan:

1) Lihat postur, tonus dan aktivitas: posisi tungkai dan lengan fleksi, bayi sehat akan bergerak aktif
2) Lihat kulit: wajah, bibir dan selaput lendir, dada harus berwarna merah muda, tanpa adanya kemerahan atau bisul
3) Hitung pernapasan dan lihat tarikan dinding dada ke dalam ketika bayi sedang tidak menangis: frekuensi nafas normal 40-60 kali per menit, tidak ada tarikan dinding dad kedalam yang kuat.
4) Hitung denyut jantung dengan meletakkan stetoskop di dada kiri setinggi apeks kordis: frekuensi denyut jantung normal 120-160 kali per menit.
5) Lakukan pengukuran suhu ketiak dengan thermometer: suhu normal adalah 36,5-37,5°C.

6) Lihat raba bagian kepala: bentuk kepala terkadang asimetris karena penyesuaian pada saat proses persalinan, umumnya hilang dalam 48 jam, ubun-ubun besar rata atau tidak menonjol, dapat sedikit menonjol saat bayi menangis. Pemeriksaan kepala dapat dilakukan dengan inspeksi dan palpasi.Pemeriksa dapat mengamati ukuran, bentuk, adanya pola rambut abnormal, lesi, laserasi, lecet, dan memar. Ukuran normal kepala bayi 32-37 cm. Pemeriksa dapat mengetahui adanya trauma kepala akibat persalinan melalui palpasi

   a) Caput susadeneum pembengkakan subkutan yang terjadi akibat peningkatan tekanan uterus pada kepala selama persalinan Edema melewati garis sutura dan sembuh spontan dalam waktu seminggu setelah kelahiran. Ukuran dan letak Caput Succedaneum dicatat dan yang terkena diamati sampai pembengkakan area menghilang. Biasanya sekitar 3 hari dan tidak dibutuhkan pengobatan. Tetapi orang tua harus diingatkan bahwa kondisi tersebut adalah relatif umum dan sementara.

   b) Cephalohematoma perdarahan subperiosteal akibat cedera pembuluh darah. Edema tidak melewati sutura/ hanya 1 sisi saja dan hilang dalam beberapa minggu. Kebanyakan Cephalhematoma diserap dalam 2 minggu sampai dengan

3 bulan bergantung pada ukurannya. Cephalhematoma ini dapat mulai mengalami kalsifikasi pada minggu kedua. Cephalhematoma tidak memerlukan pengobatan.

c) Molase asimetri tengkorak sementara akibat kompresi selama persalinan.

7) Lihat mata: tidak ada kotoran/secret.
8) Lihat bagian dalam mulut (masukkan satu jari yang mengguakan sarung tangan ke dalam mulut, raba langit-langit): bibir, gusi, langit-langit utuh dan tidak ada bagian yang terbelah, nilai kekuatan isap bayi, bayi akan mengisap kuat jari pemeriksa.
9) Lihat dan raba perut: perut bayi datar, teraba lemas.
10) Lihat tali pusat: tidak ada perdarahan, pembengkakan, nanah, bau yang tidak enak pada tali pusat, atau kemeraahn sekitar tali pusat.
11) Lihat punggung dan raba tulang belakang: kulit terlihat utuh, tidak terdapat lubang dan benjolan pada tulang belakang.
12) Lihat ekstremitas: hitung jumlah jari tangan dan kaki, lihat apakah kaki posisinya baik atau bengkok ke dalam atau keluar, lihat gerakan ekstremitas simetris atau tidak.

13) Lihat lubang anus: terlihat lubang anus dan periksa apakah meconium sudah keluar, biasanya meconium keluar dalam 24 jam setelah lahir.
14) Lihat dan raba alat kelamin luar: bayi perempuan kadang telihat cairan vagina berwaerna putih atau kemerahan, bayi laki-laki terdapat lubang uretra pada ujung penis, pastikan bayi sudah buang air kecil dalam 24 jam terakhir.
15) Timbang bayi (timbang dengan menggunakan selimut, hasil dikurangi selimut): berat lahir 2,5-4 kg, dalam minggu pertama berat bayi mungkin turun dahulu baru kemudian naik kembali pada usia 2 minggu umumnya telah mencapai berat lahirnya, penurunan berat badan maksimal untuk bayi baru lahir cukup maksimal 10%, untuk bayi kurang bulan maksimal 15%.
16) Mengukur panjang dan lingkar kepala bayi: panjang lahir normal 48-52 cm dan lingkar kepala normal 33-37 cm.
17) Menilai cara menyusui, minta ibu untuk menyusui bayinya: kepala dan badan dalam garis lurus, wajah bayi menghadap payudara, ibu mendekatkan bayinya ke tubuhnya, bibir bawah melengkung keluar, sebagin besar areola berada di dalam mulut bayi, bayi menghisap dalam dan pelan kadang disertai berhenti sesaat. (Noordiati., 2018)

Selanjutnya dilakukan kunjungan pada hari ke-3 sampai hari ke-7 setelah lahir, pemeriksaan fisik, melakukan perawatan tali pusat, pemberian ASI eksklusif, personal hygiene, pola istirahat, keamanan dan tanda-tanda bahaya. Setelah itu pada hari ke-8 sampai hari ke-28 setalah lahir, dilakukan pemeriksaan pertumbuhan dengan berat badan, tinggi badan dan nutrisinya. (Ernawati, Asuhan Kebidanan Bayi Baru Lahir, 2023)

f. **Tanda Bahaya Bayi Baru Lahir**

Beberapa tanda bahaya pada bayi baru lahir harus diwaspadai, dideteksi lebih dini untuk segera dilakukan penganan agar tidak mengancam nyawa bayi. Beberapa tanda bahaya pada bayi baru lahir tersebut, antara lain pernapasan sulit atau lebih dari 60 kali per menit, retraksi dinding dada saat inspirasi. Suhu terlalu panas atau lebih dari 38°C atau terlalu dingin suhu kurang dari 36°C. Warna abnormal, yaitu kulit atau bibir biru atau pucat, memar atau sangat kuning (terutama pada 24 jam pertama) juga merupakan tanda bahaya bagi bayi baru lahir).Tanda bahaya pada bayi baru lahir yang lain yaitu pemberian ASI sulit (hisapan lemah, mengantuk berlebihan, banyak muntah), tali pusat merah, bengkak keluar cairan, bau busuk, berdarah, serta adanya infeksi yang ditandai dengan suhu tubuh meningkat, merah, bengkak, keluar cairan (pus), bau busuk**,** pernapasan sulit. Gangguan pada gastrointestinal bayi

juga merupakan tanda bahaya, antara lain mekoneum tidak keluar setelah 3 hari pertama kelahiran, urine tidak keluar dalam 24 jam pertama, muntah, terus menerus, distensi abdomen, feses hijau/berlendir/darah. Bayi menggigil atau menangis tidak seperti biasa, lemas, mengantuk, lunglai, kejang- kejang halus, tidak bias tenang, menangis terus menerus, mata bengkak dan mengeluarkan cairan juga termasuk tanda-tanda bahaya pada bayi baru lahir. (Tambunan & Simatupang, 2023)

g. **Kelainan Pada Bayi Baru Lahir**

1. Labioschisis adalah kelainan bawaan yang ditandai dengan adanya celah pada lateral bibir atas. Istilah ini terdiri dari kata labio yang berarti bibir, dan schisis yang berarti celah atau belahan. Terjadinya labioschisis dapat dijelaskan melalui teori Atresia Doudeni yang menyatakan bahwa kegagalan pembentukan ektoderm di tempat yang tepat menyebabkan ektoderm dan endoderm menjadi diserap.

Hal tersebut menyebabkan struktur yang sudah bersatu menjadi tidak kuat dan akhirnya pecah. Labioschisis dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu unilateral dan bilateral, serta dapat terjadi secara inkomplet (hanya memengaruhi bibir) atau komplet (mencakup bibir, lantai hidung, dan prosesus alveolaris).

Tanda-tanda labioschisis meliputi adanya celah pada bibir, gangguan pada pemberian makan bayi yang menyebabkan kesulitan dalam menyusui, pertumbuhan gigi yang tidak normal dengan gigi cenderung menonjol, serta kecenderungan seringnya terjadi infeksi mulut. (Popang, Sulistyowati, Hayati, & Wardhani., 2024)

2. Labiopalatoschizis adalah kelainan kongenital yang ditandai dengan adanya celah pada langit-langit yang meliputi bagian keras (palatum durum) dan lunak (palatum mole). Platoschisis terjadi karena gagalnya fusi normal pada palatum dari regio premaxilaris ke arah posterior menuju uvula.

   Tanda-tanda labiopalatoschizis meliputi adanya celah pada langit-langit, gangguan dalam mengisap atau makan, infeksi seperti otitis media purulenta atau infeksi saluran pernapasan akut yang bisa berujung pada gangguan pendengaran, suara sengau, dan gangguan pertumbuhan gigi. (Popang, Sulistyowati, Hayati, & Wardhani., 2024)

3. Epispadia merupakan kelainan genitourinaria bawaan Dimana terdapat kondisi ketika lempeng uretra terbuka lebar, dan pembukaan uretra terletak di lokasi yang abnormal. Epispadia merupakan malformasi genitourinaria yang jarang terjadi dibandingkan dengan keadaan hipospadia. Epispadia

sering ditemukan pada laki-laki, umumnya disebabkan kegagalan migrasi sel mesoderm pada fase embrionik minggu ke 4 pada janin.

Kelainan mengakibatkan organ genital luar serta uretra tidak dapat berfungsi sebagaimana mestinya. Perubahan letak meatus pada penis kelainan epispadias mengakibatkan ujung penis melengkung ke bawah ke arah skrotum.

Jika terjadi pada Wanita, akan terlihat penampakan uretra yang melebar, rata pada daerah mons pubis hingga inkontinensia urin persisten. Penegakkan diagnosa kelainan kongenital epispadia didapatkan dari pemeriksaan fisik genetalia eksternal ketika lahir maupun pemeriksaan USG prenatal Pencegahan epispadia sampai saat ini masih belum ditemukan karena sifatnya merupakan penyakit bawaan. (Prayoga, 2022)

a. Definisi pasca persalinan (nifas)

Masa nifas atau masa puerpurium adalah masa setelah persalinan selesai dan berakhir setelah kira-kira 6 minggu persalinan. Istilah puerpurium berasal dari puer yang artinya anak dan perium artinya melahirkan menunjukkan berlangsungnya antara berakhirnya periode persalinan dan kembalinya organ-organ reproduksi Wanita ke kondisi normal seperti sebelum hamil.

Masa nifas adalah dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir Ketika alat-alat kandungan Kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung kira-kira 6 minggu.

Masa nifas (puerpurium dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir Ketika alat-alat kandungan Kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira- kira 6 minggu atau 42 hari. (Agustia & Zahra, 2024)

b. Tahapan masa pasca persalinan (nifas)

Tahapan-tahapan pada masa nifas, yaitu:

1) 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 lokia, kandung kemih, tekanan darah dan suhu.

2) Periode Early Postpartum (>24 jam-1 minggu)

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

3) Periode Late Postpartum (>1 minggu-6 minggu)

Pada periode ini bidan tetap melakukan asuhan dan pemeriksaan sehari-hari serta konseling perencanaan KB. (Dewi Ciselia & Vivi Oktari, 2021)

c. Perubahan adaptasi fisiologis pasca persalinan (nifas)

1. System reproduksi

a) Involus uterus

Proses kembalinya uterus ke keadaan sebelum hamil setelah melahirkan disebut involusi. Proses ini dimulai segera setelah plasenta keluar akibat kontraksi otot-otot polos uterus. Pada akhir tahap ketiga persalinan, uterus berada di garis tengah, kira kira 2 cm di bawah umbilicus dengan bagian fundus bersandar pada promontorium sakralis. Pada saat ini besar uterus kira-kira sama dengan besar uterus sewaktu usia kehamilan 1 minggu (kira-kira sebesar grapefruit (jeruk asam) dan beratnya kira-kira 1000 gram. Dalam waktu 12 jam, tinggi fundus uterus mencapai 1 cm di atas tali umbilikalis. Dalam beberapa hari kemudian, perubahan involusi berlangsung dengan cepat. Fundus turun kira-kira 1 sampai 2 cm setiap 24 jam. Pada hari pascapartum keenam fundus normal akan berada di pertengahan antara umbilicus dan simfisis pubis. Uterus tidak bisa dipalpasi pada abdomen pada hari ke-9 pascapartum. (Ulya & Dewi Andariya Ningsih, 2021)

Uterus yang pada waktu hamil penuh beratnya 11 kali berat sebelum hamil, berinvolusi menjadi kira- kira 500 gram, 1 minggu setelah melahirkan dan 350 gram, 2 minggu setelah melahirkan uterus berada di dalam panggul sejati lagi. Pada minggu keenam, beratnya sampai 60 gram dan pada minggu ke-8 uterus memiliki berat 30 gram yaitu seberat uterus normal. Peningkatan kadar estrogen dan progesterone bertanggung jawab untuk pertumbuhan massif uterus selama masa hamil. Pertumbuhan uterus prenatal tergantung pada hyperplasia, peningkatan jumlah sel- sel otot dan hipertropi, pembesaran sel-sel yang sudah ada. Pada masa pascapartum penurunan kadar hormone-hormon ini menyebabkan terjadinya autolysis, perusakan secara langsung jaringan hipertiroid yang berlebihan. Sel-sel tambahan yang terbentuk selama masa hamil menetap. Inilah penyebab ukuran uterus sedikit lebih besar setelah hamil. (Ulya & Dewi Andariya Ningsih, 2021)

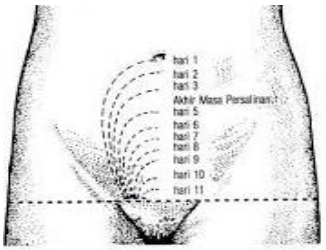
Uterus akan mengalami involusi yang diakibatkan oleh kontraksi kontraksi otot polos uterus sebagai proses pengembalian ke bentuk semula seperti sebelum hamil. Uterus akan mengalami perubahan ukuran. Kontraksi dan retraksi ini menyebabkan uterus berbentuk globuler, ukuran menyusut dengan cepat hal ini direfleksikan dengan perubahan lokasi

uterus dari abdomen kembali menjadi organ panggul. Segera setelah plasenta lahir, Tinggu Fundus Uteri (TFU) sekitar pertengahan simpisis pubis dan umbilicus. Setelah 24 jam tonus segmen bawah uterus telah pulih kembali sehingga mendorong fundus ke atas menjadi setinggi umbilicus. Pada hari pertama dan kedua TFU satu jari di bawah umbilicus, hari ke-5 TFU setinggi 7 cm di simpisis atau setengah simpisis-pusat, pada hari ke-10 tidak ada lagi. Fundus turun 1-2 cm setiap 24 jam. atas (Ulya & Dewi Andariya Ningsih, 2021)

Table :2.9
perubahan involus uterus
https://books.google.com/books/about/Asuhan_Masa_Nifas_dan_Menyusui.html?hl=id&id=9zrdEAAAQBAJ

Involus Uteri	Tinggi Fundus Uteri	Berat Uterus	Diameter Uterus
Plasenta lahir	Setinggi pusat	1000 gram	12,5cm
7 hari (minggu 1)	Perengahan 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

Gambar.2.4 Perubahan tinggi fundus uteri



Sumber:https://www.google.com/imgres?q=TINGGI%20INVOLUSI%20UTERI%20PERHARI&imgurl

b) Pengeluaran lochea atau pengeluaran darah pervaginam

1) Lochea rubra (cruenta): berisi darah segar dan sisa- sisa selaput ketuban, sel-sel desidua, verniks kaseosa, lanugo, dan mekoneum, selama 2 hari pasca persalinan.
2) Lochea sanguinolenta: berwarna merah kuning berisi darah dan lendir hari ke 3-7 pasca persalinan.
3) Lochea serosa: berwarna kuning, cairan tidak berdarah lagi, pada hari ke 7-14 pasca persalinan.
4) Lochea alba: cairan putih, setelah 2 minggu

c) Serviks

Serviks menjadi lunak segera setelah ibu melahirkan. Depalan belas jam pascapartum, serviks memendek dan konsistensinya menjadi lebih padat dan kembali ke bentuk semula. Serviks setinggi segmen bawah uterus tetap edematosa, tipis dan rapuh selama beberapa hari setelah ibu melahirkan. Ektoserviks (bagian serviks yang nenonjol ke vagina) terlihat memar dan ada sedikit laserasi kecil-kondisi yang optimal untuk perkembangan infeksi. Muara serviks, yang berdilatasi 10 cm sewaktu melahirkan, menutup secara bertahap, 2 jari mungkin masih dapat dimasukkan ke dalam muara serviks pada hari ke-4 sampai ke-6 pascapartum, tetapi hanya tangkai kuret terkecil yang dapat dimasukkan pada akhir minggu ke-2. Muara serviks ekterna tidak akan berbentuk lingkaran seperti sebelum melahirkan, tetapi terlihat

memanjang seperti suatu celah, sering disebut seperti mulut ikan. Laktasi menunda produksi estrogen yang memengaruhi mucus dan mukosa. (Ulya & Dewi Andariya Ningsih, 2021)

Tepi luar serviks, yang berhubungan dengan os eksternum, biasanya mengalami laserasi terutama di bagian lateral. Ostium serviks berkontraksi perlahan dan beberapa hari setelah bersalin ostium serviks hanya dapat ditembus oleh dua jari. Pada akhir minggu pertama, ostium tersebut telah menyempit. Karena ostium menyempit serviks menebal dan anal kembali terbentuk. Meskipun involusi telah selesai, os eksternum tidak dapat sepenuhnya kembali ke keadaan seperti sebelum hamil. Os ini tetap agak melebar dan depresi bilateral pada lokasi laserasi menetap sebagai perubahan yang permanen dan menjadi ciri khas serviks. Harus ingat bawah epitel serviks menjalani pembentukan kembali dalam jumlah yang cukup banyak sebagai akibat kelahiran bayi. Contohnya, ahdoot dan rekan (1998) menemukan bahwa sekitar 50% wanita dengan sel skuamosa intraepithelial tingkat tinggi mengalami regresi akbiat persalinan pervaginam (Ulya & Dewi Andariya Ningsih, 2021)

Segmen bawah uterus yang mengalami penipisan cukup bermakna akan berkontraksi dan tertarik kembali tapi tidak sekuat pada korpus uteri. Dalam waktu beberapa minggu,

segmen bawah telah mengalami perubahan dari sebuah struktur yang tampak jelas dan cukup besar untuk menampung hampir seluruh kepala janin, menjadi isthmus uteri yang hampir tak terlihat dan terletak di antara korpus uteri di atasnya dan os internum serviks di bawahnya. (Ulya & Dewi Andariya Ningsih, 2021)

d) Perineum dan vagina

Estrogen pascapartum yang menurun berperan dalam penipisan mukosa vagina dan hilangnya rugae. Vagina yang semula sangat teregang akan kembali secara bertahap ke ukuran sebelum hamil, 6 sampai 8 minggu setelah bayi lahir. Rugae akan kembali terlihat pada sekitar minggu keempat, walaupun tidak akan semenonjol pada wanita nullipara. Pada umumnya rugae akan memipih secara permanen. Mukosa tetap etrofik pada wanita menyusui sekurang-kurangnya sampai menstruasi dimulai kembali. Penebalan mukosa vagina terjadi seiring pemulihan fungsi ovarium. Kekurangan estrogen menyebabkan penurunan jumlah pelumas vagina dan penipisan mukosa vagina. Kekeringan lokal dan rasa tidak nyaman saat koitus (dispereunia) menetap sampai fungsi ovarium kembali normal dan menstruasi dimulai lagi. Biasanya wanita dianjurkan menggunakan pelumas larut saat

melakukan hubungan seksual untuk mengurangi nyeri. (Ulya & Dewi Andariya Ningsih, 2021)

Pada awalnya, introitus mengalami eritematoa dan edematosa terutama daerah episiotomy atau jahitanlaerasi. Perbaikan yang cermat, pencegahan atau pengobatan dini hematoma dan hygiene yang baik selama dua minggu pertama setelah melahirkan biasanya membuat introitus dengan mudah dibedakan dengan introitus pada wanita nullipara. Selama proses persalinan, vulva dan vagina mengalami penekanan serta peregangan, setelah beberapa hari persalinan kedua organ ini kembali dalam keadaan kendor. Rugae timbul kembali pada minggu ketiga. Himen tampak sebagian tonjolan kecil dan dalam proses pembentukan berubah menjadi karankulae mitiformis yang khas bagi wanita multipara. Ukuran vagina akan selalu lebih besar dibandingkan keadaan saat sebelum persalinan pertama. Perubahan pada perineum pascapersalinan terjadi pada saat perineum mengalami robekan. Robekan jalan lahir dapat terjadi secara spontan ataupun dilakukan episiotomy dengan indikasi tertentu. Meskipun demikian, latihan otot perineum dapat mengembalikan tonus tersebut dan dapat mengencangkan vagina hingga tingkat tertentu. Hal ini dapat dilakukan pada akhir puerperium dengan Latihan harian (Ulya & Dewi Andariya Ningsih, 2021)

2. System pencernaan

Sistem pencernaan selama kehamilan dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya tingginya kadar progesteron yang dapat mengganggu keseimbangan cairan tubuh, meningkatkan kolestrol darah, dan melambatkankontraksi otot-otot polos. Pasca melahirkan, kadar progesteron juga mulai menurun. Namun demikian, faal usus memerlukan waktu 3-4 hari untuk kembali normal. Beberapa hal yang berkaitan dengan perubahan pada sistem pencernaan, antara lain:

a. Nafsu makan

Pasca melahirkan biasanya ibu merasa lapar, karena metabolisme ibu meningkat saat proses persalinan, sehingga ibu dianjurkan untuk meningkatkan konsumsi makanan, termasuk mengganti kalori, energi, darah dan cairan yang telah dikeluarkan selama proses persalinan. Ibu dapat mengalami perubahan nafsu makan. Pemulihan nafsu makan diperlukan waktu 3/4 hari sebelum faal usus kembali normal. Meskipun kadar progesteron menurun setelah melahirkan, asupan makanan juga mengalami penurunan selama satu atau dua hari. (Agustia & Zahra, 2024)

b. Motilitas

Secara fisiologi terjadi penurunan tonus dan motilitas otot traktus pencernaan menetap selama waktu yang singkat

beberapa jam setelah bayi lahir, setelah itu akan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Pada postpartum SC dimungkinkan karena pengaruh analgesia dan anastesia bisa memperlambat pengembalian tonus dan motilitas ke keadaan normal. (Agustia & Zahra, 2024)

c. Pengosongan usus

Pasca melahirkan, ibu sering mengalami konstipasi. Hal ini disebabkan tonus otot usus menurun selama proses persalinan dan awal masa pascapartum. Pada keadaan terjadi diare sebelum persalinan, enema sebelum melahirkan, kurang asupan nutrisi, dehidrasi, hemoroid ataupun laserasi jalan lahir, meningkatkan terjadinya konstipasi postpartum. Sistem pencernaan pada masa nifas membutuhkan waktu beberapa hari untuk kembali normal. Beberapa cara agar ibu dapat buang air besar kembali teratur, antara lain pengaturan diit yang mengandung serat buah dan sayur, cairan yang cukup, serta pemberian informasi tentang perubahan penatalaksanaanya pada ibu. (Agustia & Zahra, 2024)

3. Payudara

Sejak masa hamil payudara sudah memproduksi air susu ibu di bawah kontrol beberapa hormon, tetapi volume ASI yang diproduksi masih sangat sedikit. Selama masa nifas bagian alveolus dari payudara mulai optimal memproduksi

ASI. Dari alveolus ini ASI disalurkan ke dalam saluran kecil (duktulus) di mana beberapa saluran kecil ASI bergabung membentuk saluran ASI yang lebih besar (duktus). Di bawah areola mammae/kalang hitam payudara duktus laktiferus mengalami pelebaran yang disebut sebagai sinus laktiferus di mana sinus ini merupakan gudangnya ASI. Semua sinus laktiferus/saluran yang melebar ini memusat ke puting susu yang bermuara keluar tubuh ibu. Di dalam dinding alveolus maupun saluran terdapat otot yang apabila otot-otot tersebut berkontraksi dapat memompa ASI keluar. (Mertasari & Sugandini, 2023)

Laktasi terjadi pada semua ibu nifas akibat perubahan hormon saat melahirkan, apakah wanita tersebut menyusui atau tidak. Ibu nifas dapat mengalami kongesti payudara selama beberapa hari pascapartum karena tubuhnya mempersiapkan untuk memberikan nutrisi bayi. (Mertasari & Sugandini, 2023)

Bila payudara akhirnya terus tidak disusui karena berbagai hal/alasan tertentu maka produksi ASI akan berhenti dalam waktu 14 sampai dengan 21 hari masa nifas. (Mertasari & Sugandini, 2023)

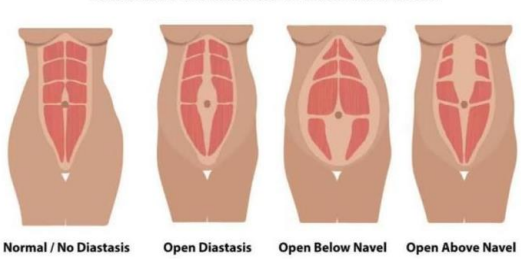
4. Diastasis Recti Abdomalis

Perubahan sistem muskuloskeletal akan kembali secara bertahap seperti sebelum hamil dalam periode waktu selama 3 bulan setelah persalinan. Kembalinya tonus otot dasar panggul dan abdomen pulih secara bersamaan. Pemulihan pada masa nifas ini dapat berlangsung normal atau cepat dengan melakukan latihan fisik ringan, sepeti senam nifas. Otot rektus abdominis kemungkinan akan teregang (>2,5 cm) pada garis tengah/umbilikus, pada kondisi ini dikenal dengan Diastasis Recti Abdominis (DRA), karena pada kondisi tersebut linea alba terjadi peregangan mekanis pada dinding abdomen yang berlebihan, hal ini juga dikarenakan adanya pengaruh hormon ibu. (Margareta Rinjani, 2024)

Diastasis recti abdominis sering muncul pada grande multipara, kehamilan ganda, polihidramnion, dan bayi dengan makrosomia, kelemahan abdomen dan postur yang salah. Peregangan yang berlebihan dan berlangsung lama ini menyebabkan serat-serat elastis kulit yang putus sehingga pada masa nifas dinding abdomen cenderung lunak dan kendur. Senam nifas dapat membantu memulihkan ligamen, dasar panggul, otot-otot dinding perut dan jaringan penunjang lainnya. Dampak dari diastasis rekti ini dapat menyebabkan hernia epigastrik dan umbilikalis. Oleh karena itu pemeriksaan terhadap rektus abdominal perlu dilakukan pada ibu nifas, sehingga dapat

diberikan penanganan secara cepat dan tepat (Margareta Rinjani, 2024)

Gambar :2.5 Diastasis Recti Abdoinis



Sumber: https://flexfreeclinic.com/layanan/detail/876?title=latihan-untuk-mengencangkan-otot-perut-pada-diastasis-recti

5. System perkemihan

Setelah proses persalinan berlangsung, ibu nifas akan kesulitan untuk berkemih dalam 24 jam pertama. Kemungkinan dari penyebab ini adalah terdapat spasme sfingter dan edema leher kandung kemih yang telah mengalami kompresi (tekanan) antara kepala janin dan tulang pubis selama persalinan berlangsung. Urine dalam jumlah besar akan dihasilkan dalam 12-36 jam postpartum. Kadar hormon estrogen yang bersifat menahan air akan mengalami penurunan yang mencolok (duresis). Dinding kandung kemih memperlihatkan edema dan hiperemia, kadang-kadang edema trigonum yang dapat menimbulkan alostaksi dari uretrab sehingga dapat menjadi retensio urine. Kandung kemih dalam masa nifas menjadi kurang sensitif dan kapasitas bertambah sehingga setiap kali kencing masih tertinggal urine residual (normal kurang lebih 15 cc). dalam hal ini, sisa urine dan trauma pada kandung kemih sewaktu

persalinan dapat berisiko terjadinya infeksi (Margareta Rinjani, 2024)

1. Komponen Urine
    a. Laktosuria (+) pada ibu menyusui
    b. BUN (Blood Urea Nitrogen) meningkat selama postpartum merupakan autolisis involusi uterus.
    b. Pemecahan kelebihan protein dalam sel otot uterus disebabkan protein uria (+) selama 1 sampai 2 hari postpartum.
    c. Aseton urea bisa terjadi pada wanita postpartum yang tidak mengalami komplikasi persalinan.
2. Diuresis Postpartum
    a. Dalam 12 jam postpartum, ibu mulai membuang kelebihan cairan yang tertimbun di jaringan selama ia hamil.
    b. Dieresis postpartum menyebabkan menurunnya kadar estrogen, hilang akibat meningkatnya tekanan vena pada tungkai bawah dan hilangnya peningkatan volume darah akibat kehamilan.
    c. Kehilangan cairan melalui keringat dan peningkatan jumlah urine menyebabkan penurunan Berat badan ± 2,5 kg selama postpartum.

6. System muskuloskletal

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 fasia 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 kendor. Tidak jarang pula wanita mengeluh kandungannya turun. Setelah melahirkan karena ligamen, fasia, dan jaringan penunjang alat genitalia menjadi kendor. Stabilitasi 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 kendor 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. (Agustia & Zahra, 2024)

7. System endokrin

Setelah melahirkan, sistem endokrin kembali kepada kondisi seperti sebelum hamil. Hormon kehamilan mulai menurun segera setelah plasenta lahir. Penurunan hormone estrogen dan progesteron menyebabkan peningkatan prolaktin dan menstimulasi

air susu. Perubahan fisiologis yang terjadi pada ibu setelah melahirkan melibatkanperubahan yang progresif atau pembentukan jaringan- jaringan baru. Selama proses kehamilan dan persalinan (Agustia & Zahra, 2024)

Terdapat perubahan pada sistem endokrin, terutama pada hormon-hormon yang berperan dalam proses tersebut. Berikut ini perubahan hormon dalam sistem endokrin pada masa postpartum.

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. Isapan bayi dapat merangsang produksi ASI dan meningkatkan sekresi oksitosin, sehingga dapat membantu uterus kembali ke bentuk normal. (Agustia & Zahra, 2024)

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 prolactintetap tinggi sehingga memberikan umpan balik negatif, yaitu pematangan folikel dalam ovarium yang ditekan.

Pada wanita yang tidak menyusui tingkat sirkulasi prolactin 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. (Agustia & Zahra, 2024)

c. Estrogen dan progesterone

Selama hamil volume darah normal meningkat, diperkirakan bahwa tingkat kenaikan hormon estrogenyang tinggi memperbesar hormon antidiuretik yang meningkatkan volume darah. Disamping itu, progesteron memengaruhi otot halus yang mengurangi perangsangan dan peningkatan pembuluh darah yang sangat memengaruhi saluran kemih, ginjal, usus, dinding vena, dasar panggul, perineum dan vulva, serta vagina. (Agustia & Zahra, 2024)

d. Hormon plasenta

Human chorioni c gonadotropin (HCG) menurunmenurun 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 yang 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. (Agustia & Zahra, 2024)

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 pogresif 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 memengaruhi 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. (Agustia & Zahra, 2024)

8. Otot dan rangka

Pasca-persalinan, tubuh wanita mengalami sejumlah perubahan otot dan rangka yang dapat memengaruhi kesehatannya secara keseluruhan. Perubahan-perubahan ini terkait dengan proses pemulihan tubuh setelah melahirkan, dan dapat mempengaruhi otot, ligamen, sendi, serta struktur tulang. Berikut adalah penjelasan tentang perubahan tersebut beserta beberapa referensi dari buku dan jurnal yang relevan. (MacLennan, 2020)

1. Perubahan pada Otot Pasca Persalinan:

    a. Otot Perineum: Selama persalinan, otot perineum dan dasar panggul akan mengalami peregangan yang signifikan. Setelah melahirkan, otot-otot ini perlu waktu untuk pulih dan kembali ke kondisi semula. Beberapa wanita mungkin mengalami kelemahan pada otot dasar panggul, yang bisa menyebabkan inkontinensia urin atau masalah seksual. (MacLennan, 2020)

b. Otot Perut: Otot perut, terutama otot rektus abdominis, akan mengalami peregangan yang cukup besar selama kehamilan. Banyak wanita mengalami diastasis recti, yaitu pemisahan otot perut bagian kiri dan kanan. Ini memerlukan latihan khusus untuk mengembalikan kekuatan dan stabilitas otot perut. (MacLennan, 2020)

c. Otot Punggung: Seiring dengan peningkatan berat badan dan perubahan postur selama kehamilan, otot-otot punggung, khususnya di area lumbar, cenderung menjadi lebih tegang. Beberapa wanita mengalami nyeri punggung pasca-persalinan yang membutuhkan waktu untuk sembuh. (MacLennan, 2020)

2. Perubahan pada Rangka (Skeletal System) Pasca Persalinan:

a. Pelebaran Panggul: Selama kehamilan, hormon relaksin menyebabkan ligamen dan sendi panggul melebar untuk mempermudah proses persalinan. Setelah melahirkan, ligamen dan sendi ini secara perlahan kembali ke posisi semula, tetapi proses ini bisa memerlukan waktu yang cukup lama. (MacLennan, 2020)

b. Tulang Belakang dan Postur: Selama kehamilan, tubuh mengalami perubahan postural karena peningkatan berat badan yang terdistribusi ke bagian depan tubuh. Hal ini menyebabkan perubahan pada kelengkungan tulang

belakang (misalnya, peningkatan lordosis lumbar). Setelah melahirkan, postur ini bisa tetap ada, mempengaruhi keseimbangan dan menyebabkan nyeri punggung. (MacLennan, 2020)

9. Tanda – tanda vital

Tanda vital ibu, memberikan tanda-tanda terhadap keadaan umum ibu. Tindakan melakukan observasi terhadap tanda vital ibu yang meliputi nadi, suhu, pernapasan dan tekanan darah merupakan tindakan non invasif dan merupakan indikator kesehatan ibu secara keseluruhan. Frekuensi nadi ibu secar fisiologis pada kisaran 60-80 kali permenit. Perubahan nadi yang menunjukkan frekuensi bradikardi (<60 kali permenit) atautakhikardi (>100 kali permenit) menunjukkan adanya tanda shock atau perdarahan. 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. (Agustia & Zahra, 2024)

Setelah kelahiran bayi, harus dilakukan pengukuran tekanan darah. Jika ibu tidak memiliki riwayat morbiditas terkait

hipertensi, superimposed hipertensi serta preeklampsi/eklampsi, maka biasanya tekanan darah akan kembali pada kisaran normal dalam waktu 24 jam setelah persalinan. Namun perubahan tekanan darah. Pada keadaan normal, frekuensi pernapasan relatif tidak mengalami perubahan pada masa postpartum, berkisar pada frekuensi pernapasan orang dewasa 12-16 kali permenit. (Agustia & Zahra, 2024)

10. System kardiovaskuler

Perubahan volume darah bergantung pada beberapa faktor, misalnya kehilangan darah selama melahirkan dan mobilisasi, serta pengeluaran cairan ekstravaskular (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. Pada persalinan pervaginam, ibu kehilangan darah sekitar 300-400 cc. Pada persalinan dengan tindakan SC, maka kehilangan darah dapat duakali lipat. Perubahan pada sistem kardiovaskuler terdiri atas volume darah (blood volume) dan hematocrit (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:

a. Hilangnya sirkulasi uteroplasenta yang mengurangi ukuran pembuluh darah maternal 10-15%.
b. Hilangnya fungsi endokrin placenta yang menghilangkan stimulus vasodilatasi.
c. Terjadinya mobilisasi air ekstravaskular 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 uteroplacenta 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. 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 lajuendap 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 preeklampsi, baik retensi cairan antepartum maupun diuresis postpartum dapat sangat meningkat. (Agustia & Zahra, 2024)

11. System Integument

Perubahan kulit yang terjadi pada waktu hamil yaitu adanya hiperpigmentasi kulit pada beberapa tempat karena pengaruh faktor hormonal. Hiperpigmentasi ini berupa cloasma gravidarum pada pipi, hiperpigmentasi kulit sekitar payudara, hiperpigmentasi kulit pada dinding perut (striae gravidarum). Setelah persalinan, faktor hormonal berkurang dan hiperpigmentasi pun akan berangsur-angsur akan menghilang. Striae gravidarum pada dinding perut yang awalnya berwarna hitam akan berub menjadi putih mengkilap yang disebut dengan striae albican. (Saragih, 2023)

12. Hematologic

Pada akhir kehamilan, kadar fibrinogen dan plasma serta faktor-faktor pembekuan darah meningkat. Pada hari pertama postpartum, kadar fibrinogen dan plasma akan sedikit menurun tetapi darah lebih mengental dengan peningkatan viskositas, dan juga terjadi peningkatan faktor pembekuan darah serta terjadi Leukositosis dimana jumlah sel darah putih dapat mencapai 15.000 selama persalinan akan tetap tinggi dalam beberapa hari pertama dari masa postpartum. Jumlah sel darah putih tersebut masih bisa naik lagi sampai 25.000-30.000, terutama pada ibu dengan riwayat persalinan lama. Kadar hemoglobin, hemotokrit, dan eritrosit akan sangat bervariasi pada awal-awal masa postpartum sebagai akibat dari volume placenta dan tingkat volume darah yang berubah-ubah. Semua tingkatan ini akan dipengaruhi oleh status gizi dan hidrasi ibu. Kira - kira selama persalinan normal dan masa postpartum terjadi kehilangan darah sekitar 250-500 ml. penurunan volume dan peningkatan sel darah merah pada kehamilan diasosiasikan dengan peningkatan hematocrit dan hemoglobin pada hari ke-3 sampai 7 postpartum dan akankembali normal dalam 4 sampai 5 minggu postpartum. Selama kehamilan, secara fisiologi terjadi peningkatankapasitas pembuluh darah

digunakan untuk menampung aliran darah yang meningkat, yang diperlukan oleh placenta dan pembuluh darah uteri. Penarikan kembali esterogen menyebabkan diuresis yang terjadi secara cepat sehingga mengurangi volume plasma kembali pada proporsi normal. Aliran ini terjadi dalam 2-4 jam pertama setelah kelahiran bayi. Selama masa ini, ibu mengeluarkan banyak sekali jumlah urine. Menurunnya hingga menghilangnya hormon progesteron membantu mengurangi retensi cairan yang melekat dengan meningkatnya vaskuler pada jaringan tersebut selama kehamilan bersama-sama dengan trauma masa persalinan. Setelah persalinan, shunt akan hilang dengan tiba-tiba. Volume darah ibu relatif akan bertambah. Keadaan ini akan menyebabkan beban pada jantung meningkat. Keadaan ini dapat diatasi dengan mekanisme kompensasi denganadanya haemokonsentrasi sehingga volume darah kembali seperti sedia kala. Umumnya, ini akan terjadi pada 3-7 hari post partum. Pada bsebagian besar ibu, volume darah hamper kembali pada keadaan semula sebelum hamil 1 minggu postpartum. (Agustia & Zahra, 2024)

d. Perubahan adaptasi psikologis pasca persalinan (nifas)

Menurut Reva Rubin (1991), terdapat tiga fase dalam masa adaptasi peran pada masa nifas, yaitu:

1) Periode "*Taking In*" atau *"*Fase *Dependent*"

Pada hari pertama dan kedua setelah melahirkan, ketergantungan ibu sangat menonjol. Pada saat ini ibu mengharapkan segala kebutuhannya dapat dipenuhi oleh orang lain. Rubin (1991) menetapkan periode beberapa hari ini sebagai fase menerima yang disebut dengan taking in phase. Dalam penjelasan klasik Rubin, fase menerima ini berlangsung selama 2 sampai 3 hari. Ibu akan mengulang- ulang pengalamannya waktu bersalin dan melahirkan. Pada saat ini, ibu memerlukan istirahat yang cukup agar ibu dapat menjalani masa nifas selanjutnya dengan baik. Membutuhkan nutrisi yang lebih, karena biasanya selera makan ibu menjadi bertambah. Akan tetapi jika ibu kurang makan, bisa mengganggu proses masa nifas. Karkteristik periode Taking In digambarkan sebagai berikut:

a. Periode ini terjadi 1-2 hari sesudah melahirkan. Ibu baru pada umumnya pasif dan tergantung, perhatiannya tertuju pada kekhawatiran akan tubuhnya.
b. Ia mungkin akan mengulang-mengulang menceritakan pengalamannya waktu melahirkan.
c. Tidur tanpa gangguan sangat penting untuk mengurangi gangguan kesehatan akibat kurang istirahat.

d. Peningkataan nutrisi dibutuhkan untuk mempercepat pemulihan dan penyembuhan luka, serta persiapan proses laktasi aktif.
e. Dalam memberi asuhan, bidan harus dapat memfasilitasi kebutuhan psikologis ibu.

Pada tahap ini, bidan dapat menjadi pendengar yang baik ketika ibu menceritakan pengalamannya. Berikan juga dukungan mental atau apresiasi atas hasil perjuangan ibu sehingga dapat berhasil melahirkan anaknya. Bidan harus dapat menciptakan suasana yang nyaman bagi ibu sehingga ibu dapat dengan leluasa dan terbuka mengemukan permasalahan yang dihadapi pada bidan. Dalam hal ini, sering terjadi kesalahan dalam pelaksanaan perawatan yang dilakukan oleh pasien terhadap dirinya dan bayinya hanya karena kurangnya jalinan komunikasi yang baik antara pasien dan bidan. (Agustia & Zahra, 2024)

2) Periode "*Taking Hold*" atau fase "*Independent*"

Pada ibu-ibu yang mendapat asuhan yang memadai pada hari-hari pertama setelah melahirkan, maka pada hari kedua sampai keempat mulai muncul kembali keinginan untuk melakukan berbagai aktivitas sendiri. Di satu sisi ibu masih membutuhkan bantuan orang lain tetapi disisi lain ia ingin melakukan aktivitasnya sendiri. Dengan penuh semangat ia belajar mempraktikkan cara-cara merawat bayi. Rubin (1991) menggambarkan fase ini sebagai

fase taking hold. Pada fase taking hold, ibu berusaha keras untuk menguasai tentang ketrampilan perawatan bayi, misalnya menggendong, menyusui, memandikan dan memasang popok. 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. Pada beberapa wanita yang sulit menyesuaikan diri dengan perannya, sehingga memerlukan dukungan tambahan. Hal ini dapat ditemukan pada:

a) Orang tua yang baru melahirkan untuk pertama kali dan belum pernah mempunyai pengalaman mengasuh anak.
b) Wanita karir atau pekerjaan tetap atau formal di luar rumah.
c) Ibu yang tidak mempunyai keluarga atau teman dekat untuk membagi suka dan duka.
d) Ibu yang tidak mendapatkan dukungan keluarga atau orang terdekat (significant others).
e) Ibu dengan anak sebelumnya yang sudah remaja.
f) Single parent.

Mengenai karakteristik periode Taking Hold dapat digambarkan sebagai berikut.

a) Periode ini berlangsung pada hari ke 2-4 post partum.

b) Ibu berkonsentrasi pada pengontrolan fungsi tubuhnya, BAB, BAK, serta kekuatan dan ketahanan tubuhnya.

c) Ibu menjadi perhatian pada kemampuannya menjadi orang tua yang sukses dan meningkatkan tanggung jawab terhadap bayi.

d) Ibu berusaha keras untuk menguasai keterampilan perawatan bayi, misalnya menggendong, memandikan, memasang popok, dan sebagainya

e) Pada masa ini, ibu biasanya agak sensitif dan merasa tidak mahir dalam melakukan hal-hal tersebut. Pada tahap ini, bidan harus tanggap terhadap kemungkinan perubahan yang terjadi.

f) Tahap ini merupakan waktu yang tepat bagi bidan untuk memberikan bimbingan cara perawatan bayi, namun harus selalu diperhatikan teknik bimbingannya, jangan sampai menyinggung perasaan ibu atau membuat perasaan ibu tidak nyaman karena ia sangat sensitif. Hindari kata "jangan begitu" atau "kalau seperti itu salah" disampaikan pada ibu karena hal itu akan sangat menyakiti perasaannya dan akibatnya ibu akan putus asa untuk mengikuti bimbingan yang diberikan bidan. (Agustia & Zahra, 2024)

3) Periode "*Letting G*o" atau "fase mandiri" atau "fase *Interdependen*"

Periode ini biasanya terjadi "after back to home" dan sangat dipengaruhi oleh waktu dan perhatian yang diberikan keluarga. Ibu akan mengambil tanggung jawab terhadap perawatan bayi, ibu harus beradaptasi dengan kebutuhan bayi yang sangat tergantung, yang menyebabkan berkurangnya hak ibu, kebebasan danhubungan sosial. Pada fase ini, kegiatan-kegiatan yang ada kadang-kadang melibatkan seluruh anggota keluarga, tetapi kadang-kadang juga tidak melibatkan salah satu anggota keluarga. Misalnya, menjalankan perannya, ibu begitu sibuk dengan bayinya sehingga sering menimbulkan kecemburuan atau rasa iri pada diri suami atau anak yang lain (sibling rivalry). Pada fase ini harus dimulai fase mandiri (letting go), dimana masing-masing ibu mempunyai kebutuhan sendiri-sendiri, namun tetap dapat menjalankan perannya dan masing-masing harus berusaha memperkuat relasi sebagai orang dewasa yang menjadi unit dasar dari sebuah keluarga. Karkteristik periode Letting go digambarkan sebagai berikut.

a. Periode ini biasanya terjadi setelah ibu pulang ke rumah. Periode ini pun sangat berpengaruh terhadap waktu dan perhatian yang diberikan oleh keluarga.
b. Ibu mengambil tanggung jawab terhadap perawatan bayi dan ia harus beradaptasi dengan segala kebutuhan bayi yang sangat

tergantung padanya. Hal ini menyebabkan berkurangnya hak ibu, kebebasan, dan hubungan sosial.

c. Depresi post partum umumnya terjadi pada periode ini.Faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan adaptasi pada masa transisi menuju masa menjadi orang tua pada saat post partum, antara lain:

    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. Ia 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. (Agustia & Zahra, 2024)

    b) Hubungan dari pengalaman melahirkan terhadap harapan dan aspirasi

        Hal yang dialami oleh ibu ketika melahirkan akan sangat mewarnai oleh 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 ternyatapengalaman 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. (Agustia & Zahra, 2024)

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 yag diberikan lebih kepada support dan apresisasi 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 memengaruhi keberhasilan ibu dalam melewati saattransisi 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**.**

e. Masalah dan tatalaksana pasca persalinan

1. Anemia

Penanganan anemia pada masa nifas

a. penkes tentang asupan zat besi dan pemenuhan kebutuhan istirahat.
b. Pemberian Fe secara oral: ferrous sulfate, ferrous gluconate atau sodium ferrous bicitrate untuk mengembalikan cadangan zat besi ibu. Pemberian sediaan Fe 60 mg/hari

dapat meningkatkan kadar Hb sebesar 1 g% per bulan. (Agnes Batmomolin & Ivonne A.V Gasper, 2023)

2. Involus uteri

Berbagai faktor yang mempengaruhi proses involusi yaitu mobilisasi dini, status gizi, usia, paritas dan proses menyusui. Mobilisasi diantaranya dapat dilakukan oleh ibu nifas adalah senam nifas dengan gerakan-gerakan tertentu pasca persalinan. Dengan melakukan senam nifas maka aliran darah akan meningkat dan lancar, sehingga mempengaruhi proses pengecilan rahim atau uterus akan kembali seperti kondisi sebelum hamil dengan bobot 60 gram.

Selain senam nifas, asuhan lain yang bermanfaat bagi kesehatan ibu nifas adalah akupresur. Selain memperbanyak asi, dengan dilakukannya akupresur oksitosin yang dihasilkan dapat pula menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uteri sehingga akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus.

Kontraksi uterus yang baik sangat diperlukan untuk mempercepat involusi uteri intervensi dilakukan selama 7 hari berturut-turut. Senam nifas diberikan sesuai standar operasional prosedur (sop) senam nifas yang telah ditentukan. Terapi akupresur dilakukan dengan penekanan pada 3 titik yaitu titik large intesitine

4 (li4), titik stomach 36 (st 36) dan titik small intestine 1 (si 1) masing-masing selama 60 detik. (Lailiyana & Sartika, 2021)

3. Nyeri perineum

Aromaterapi Lavender memiliki kandungan linalool, dan linalyl acetat, yang berefek sebagai analgetik yang dapat membuat seseorang menjadi tenang, oleh karenanya hal ini tidak mengejutkan jika beberapa laporan saat menyarankan aromaterapi ini untuk menurunkan tingkat nyeri. (Widayani, 2019)

Bahan yang digunakan adalah uap minyak lavender dengan konsentrasi 100%, diberikan 4-5 tetes dilarutkan dalam 200 ml air, diberikan secara inhalasi melalui vaporizer atau alat listrik. Sebelum inhalasi, cawan tungku aromaterapi yang telah diberikan air ditunggu sampai hangat baru diteteskan essens aromaterapi. Jarak antara tungku dengan responden kurang 30 cm. Setelah tercium wangi aromaterapi, pasien diminta relaks dan menghirup wangi aromaterapi selama 10 menit. (Widayani, 2019)

4. Luka perineum

Adapun cara untuk mempercepat penyembuhan luka perineum menurut jurnal yaitu menggunakan air rebusan daun sirih , Kandungan kimia dan sifat-sifat kimia daun sirih yang terdiri dari hidroksi chavikol, kavibetol, estragol, eugenol, metileugenol karvakrol memiliki daya pembunuh bakteri lima kali lipat dari fenol biasa. Chavicol adalah salah satu komponen yang

kerkandung dalam sirih yang dapat berfungsi sebagai antiseptik. Khasiat antiseptic berkaitan dengan pemakaian sebagai penghambat pertumbuhan bakteri pada luka adapun pemberian daun sirih ini dilakukan dalam satu hari sekali ketika pagi, siang atau malam dengan cara dibuat cebok. Satu kali pemberian dengan merebus 4-5 lembar daun sirih dengan air 500-600 ml lalu direbus dengan api sedang selama 10-15 menit selama 7 hari. (Agustina1 & Ernita Prima Noviyani2, 2022)

5. Kelelahan

   Cara mengatsi kelelahan pasca melahirkan yaitu:

   a. Cukupi kebutuhan istirahat
   b. Minta bantuan keluarga atau orang terdekat untuk mengerjakan pekerjaan rumah seperti mencuci baju dan memasak untuk mengurangi rasa mudah lelah pasca persalinan
   c. Konsumsi makanan bergizi
   d. Aktif berolahraga dan relaksasi, seperti latihan pernafasan dan melakukan olahraga ringan dan meningkatkan kualitas tidur dimalam hari
   e. Konsumsi vitamin prenatal, seperti asam folat, zat besi, vitamin B12, Vitamin D dan yodiu

6. Produksi asi sedikit

   Pijat oksitosin menjadi solusi yang salah satunya bisa diterapkan guna mengatasi tidak lancaran ASI. Pemijatan yang

berlangsung di sepanjang tulang belakang (vertebrae) hingga tulang costae kelima-keenam Untuk pijat oksitosin ini bisa dinilai lebih efektif bila dilangsungkan 2 kali sehari yakni pada hari pertama dan kedua post partum sebab produksi ASI belum banyak pada hari pertama dan kedua selanjutnya (Roesli, 2015).

7. Bendungan asi

Adapula beberapa tindakan yang dilakukan Bendungan ASI diantaranya ialah:

a. Pijat payudara (mammae)

Pijat mammae berfungsi buat menggerakkan ASI supaya tak statis. Metode melakukan pijatan pada mammae dimulai pada pangkal mammae menuju dinding dada. Setelahnya lakukanlah gerakan memutar di area mammae kemudian pindahkan gerakan itu menuju area lainnya. Gerakan berikutnya, arah pijatan spiral memutar mammae maupun radial ke papilla mammae. Kepalkan tangan tempatkan diatas mammae, selanjutnya beri tekanan menuju dinding dada memakai ruas ibu jari, ruas telunjuk, jari manis, jari tengah, serta kelingking menuju area pangkal menuju dinding dadamenuju papilla mammae. Pindahkan tekanan di area mammae. Ulangi gerakan ini di area selanjutnya (Roesli, 2015).

b. Kompres hangat serta dingin

Kompres hangat serta dingin dengan silih berganti berfungsi buat mengurangi nyeri di area jaringan yang terjadi inflamasi. Kompres ini mengaktifkan hormon oksitosin, bila dilaksanakan saat milk ejection reflex melambat maupun tak lancar. Kompres dingin dipakai buat membuat siklus vasokontraksi dalam waktu 9 sampai 16 menit, dimana aliran darah mengalami penurunan sehingga pembengkakkan lokal bisa berkurang serta pengaliran lymphatic bisa makin optimal. Situasi ini disertai sama vasodilatasi jaringan dalam waktu 4 sampai 6 menit guna menghambat timbulnya thermal injury.. (Aliah & Ana Rofika., 2024)

8. Puting susu lecet

Upaya penanganan yang dilakukan adalah pemberian topikal ASI untuk menyembuhkan lecet pada puting susu. njurkan untuk mengoleskan ASI pada puting susunya sebelum dan sesudah menyusui. Pemberian topikal ASI ini bertujuan untuk melembabkan puting susu sehingga membuatnya lebih elastis pada saat bayi sedang menyusu. Efek antimikroba dan antiinflamasi dalam ASI juga diharapkan dapat mempercepat proses penyembuhan luka serta mencegah infeksi pada puting susu. bayi (Fauziah & Musiin, 2022)

Cara lain yang dapat digunakan untuk mengatasi puting lecet pada ibu menyusui adalah perbaikan posisi dan teknik

menyusui. Anjurkan ibu menyusui bayinya dengan memasukkan bagian puting tanpa menyertakan areola mammae pada mulut bayi. Selain itu, perut bayi tidak menghadap perut ibu sehingga saat bayi merasa lelah, puting ibu tertarik ke arah bayi (Fauziah & Musiin, 2022)

9. Nyeri punggung

Nyeri punggung pada masa nifas umumnya terjadi akibat meningkatnya beban tubuh pada tulang belakang dan otot punggung. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa hal, seperti peregangan otot perut, penambahan berat badan, dan perubahan hormonal selama kehamilan dan Nyeri punggung disebabkan karena adanya ketegangan pada sistem muskuloskeletal akibat posisi saat bersalin. Gejala nyeri punggung: punggung terasa nyeri (Ita Herawati & Sofia Nastiti, 2022)

Cara Mengatasi Nyeri Punggung pada Masa Nifas:

1. Olahraga
2. Memperhatikan posisi menyusui
3. Mandi air hangat
4. Tidak mengangkat beban yang berat
5. Melakukan relaksasi sebelum tidur

10. Odema

Pijat kaki akan mengendurkan ketegangan otot sehingga membantu memperlancar aliran darah ke jantung dan merangsang

dan menyegarkan kembali bagian kaki sehingga membantu memulihkan sistem keseimbangan dan membantu mengurangi edema. Terapi rendam kaki meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen yang masuk ke jaringan yang mengalami pembengkakan an ditambahkan kencur, didalam kencur teradapat kandungan antiinflamasi yang berguna sebagai obat kompres bengkak (Yunitasari1 & Widyastuti, 2021)

pemijatan dilakukan dari jari kaki sampai mata kaki pemijatan tersebut dilakukan selama 20 menit, serta di lanjutkan dengan melakukan rendam kaki menggunakan air hangat campuran kencur, dengan suhu air 38°C dengan diukur menggunakan thermometer air, serta di tambahkan kencur sebanyak 3 ruas jari kencur di memarkan sehingga menimbukan aroma harum sehingga menimbulkan rasa nyaman dan menimbulkan rileks (Yunitasari1 & Widyastuti, 2021)

11. Sembelit atau konstipasi

Penatalaksanaan yang diberikan pada ibu dengan menganjurkan ibu mengkonsumsi makanan tinggi serat dengan gizi yang seimbang seperti buah buahan, sayuran, gandum atau sereal, melakukan aktifitas ringan sehari hari seperti menyapu, mengepel, mencuci dll, pemenuhan kebutuhan minum 2 liter/hari, tidak

menunda BAB, menghindari stress kecemasan. (Hidayati & Susilo, 2023)

12. Inkontinensia urine

    senam kegel exercie merupakan metode yang tepat untuk menurunkan tingkat inkontinensia urine, mengembalikan elastisitas vagina, meningkatkan pemulihan melahirkan memperkuat setelah yang dasar otot panggul yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas hidup melahirkan. wanita pasca Intervensi diberikan 8-10 kali pengulangan 3 kali sehari selama 4 minggu, dengan posisi berbaring duduk, berlutut dan berdiri. (RAHAYU, 2022)

13. Diastastis recti >2cm

    Salah satu upaya untuk mengembalikan keadaan normal dan meningkatkan kekuatan otot perut ibu serta mencegah terjadinya DRA setelah melahirkan adalah dengan berolahraga. Jenis olahraga yang sesuai dengan kondisi ibu setelah melahirkan adalah senam nifas dan penakaian korset(Aisyah, 2018). Senam nifas merupakan suatu latihan yang dapat dilakukan 24 jam setelah melahirkan dengan gerakan yang telah disesuaikan dengan kondisi ibu-ibu setelah melahirkan yang bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan sirkulasi ibu pada masa nifas, serta membantu meningkatkan kekuatan otot perut setelah melahirkan.

Beberapa manfaat korset yaitu dapat memaksimalkan involusi uterus, memulihkan tonus abdomen, mengurangi nyeri dan menyangga punggung ibu nifas sehingga membantu pembentukan postur tubuh menjadi lebih cepat terbentuk. Tubuh terutama bagian perut, bisa mendapatkan tekanan pada perut sehingga membantu menyangga perut dan daerah lumbopelvic dengan memberikan sedikit tekanan di otot tranversus abdominis, sehingga dapat membantu otot abdomen bekerja lebih sempurna (Suparyanto & Retno Sugesti, 2024)

14. Baby blues

    Penanganan postpartum blues dapat dilakukan dengan memberikan dukungan keluarga terutama dukungan suami, berolahraga, pengalihan pikiran seperti bermain handphone, menonton televisi, membuka youtube, mencari hiburan, meminta dibuatkan makanan (Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

f. Tanda bahaya pasca persalinan (nifas)

1. Perdarahan Postpartum

Perdarahan postpartum dapat dibedakan menjadi sebagai berikut.

1) Perdarahan postpartum primer (Early Postpartum Hemorrhage) adalah perdarahan lebih dari 500-600 ml dalam masa 24 jam setelah anak lahir, atau perdarahan dengan volume seberapapun tetapi terjadi perubahan keadaan umum

ibu dan tanda-tanda vital sudah menunjukkan analisa adanya perdarahan. Penyebab utama adalah atonia uteri, retensio placenta, sisa placenta dan robekan jalan lahir. Terbanyak dalam 2 jam pertama. (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

2) Beberapa bakteri dapat menyebabkan infeksi setelah persalinan, Infeksi masa nifas masih merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas ibu. Infeksi alat genital merupakan komplikasi masa nifas. Infeksi yang meluas kesaluran urinari, payudara, dan pasca pembedahan merupakan salah satu penyebab terjadinya AKI tinggi. Gejala umum infeksi berupa suhu badan panas, malaise, denyut nadi cepat. Gejala lokal dapat berupa uterus lembek, kemerahan dan rasa nyeri pada payudara atau adanya disuria. . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

2. Infeksi pada masa postpartum

Beberapa bakteri dapat menyebabkan infeksi setelah persalinan, Infeksi masa nifas masih merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas ibu. Infeksi alat genital merupakan komplikasi masa nifas. Infeksi yang meluas kesaluran urinari, payudara, dan pasca pembedahan merupakan salah satu penyebab terjadinya AKI tinggi. Gejala umum infeksi berupa suhu badan panas, malaise, denyut nadi

cepat. Gejala lokal dapat berupa uterus lembek, kemerahan dan rasa nyeri pada payudara atau adanya disuria. . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

3. Nyeri pada perut dan pelvis

a. Lochea yang berbau busuk (bau dari vagina)

Lochea adalah cairan yang dikeluarkan uterus melalui vagina dalam masa nifas sifat lochea alkalis, jumlah lebih banyak dari pengeluaran darah dan lendir waktu menstruasi dan berbau anyir (calran ini berasal dari bekas melekatnya atau implantasi placenta). . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

Lochea dibagi dalam beberapa jenis, antara lain sebagai berikut:

1) Lochea rubra (cruenta): berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, sel-sel desidua, verniks kaseosa, lanugo, dan mekoneum, selama 2 hari pasca persalinan.
2) Lochea sanguinolento: berwarna merah kuning berisi darah dan lendir hari ke 3-7 pasca persalinan.
3) Lochea serosa: berwarna kuning, cairan tidak berdarah lagi, pada hari ke 7-14 pasca persalinan.
4) Lochea alba: cairan putih, setelah 2 minggu.
5) Lochea purulento: terjadi infeksi, keluar cairan seperti nanah berbau busuk.

6) Lochiostasis: loched tidak lancar keluarnya.

Apabila pengeluaran lochea lebih lama dari pada yang disebutkan di atas kemungkinan dapat disebabkan oleh hal-hal sebagai berikut.

1) Tertinggalnya placenta atau selaput janin karena kontraksi uterus yang kurang baik.
2) Ibu yang tidak menyusui anaknya, pengeluaran lochea rubra lebih banyak karena kontraksi uterus dengan cepat.
3) Infeksi jalan lahir, membuat kontraksi uterus kurang baik sehingga lebih lama mengeluarkan lochea dan lochea berbau anyir atau amis.
4) Bila lochea bernanah dan berbau busuk, disertai nyeri perut bagian bawah kemungkinan analisa diagnosisnya adalah metritis. Metritis adalah infeksi uterus setelah persalinan yang merupakan salah satu penyebab terbesar kematian ibu. Bila pengobatan terlambat atau kurang adekuat dapat menjadi abses pelvik, peritonitis, syok septik.

b. Sub involusi uterus (Pengecilan uterus yang terganggu)

Involusi adalah keadaan uterus mengecil oleh kontraksi rahim dimana berat rahim dari 1000 gram saat setelah bersalin, menjadi 40-60 mg pada 6 minggu kemudian. Bila

pengecilan ini kurang baik atau terganggu di sebut sub involusi. Faktor penyebab sub Involusi, antara lain: sisa plasenta dalam uterus, endometritis, adanya mioma uteri. Pada keadaan sub involusi, pemeriksaan bimanual di temukan uterus lebih besar dan lebih lembek dari seharusnya, fundus masih tinggi, lochea banyak danberbau, dan tidak jarang terdapat pula perdarahan. Pengobatan di lakukan dengan memberikan injeksi Methergin setiap hari di tambah dengan Ergometrin peroral. Bila ada sisa plasenta lakukan kuretase. Berikan Antibiotika sebagai pelindung infeksi. Perawat mempunyai peran untuk mendeteksi keadaan ini dan mengambil keputusan untuk merujuk pada fasilitas kesehatan rujukan. . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

4. Pusing dan lemas yang berlebihan, sakit kepala, nyeri epigastrik, dan penglihatan kabur

Pusing merupakan tanda-tanda bahaya pada nifas. Pusing bisa disebabkan oleh tekanan darah tinggi (Sistol 2140 mmHg dan distolnya 290 mmHg). Pusing yang berlebihan juga perlu diwaspadai adanya keadaan preeklampsi/eklampsi postpartum, atau keadaan hipertensi esensial. Pusing dan lemas yang berlebihan dapat juga disebabkan oleh anemia bila kadar haemoglobin <10 gr%. Lemas yang berlebihan juga merupakan tanda- tanda bahaya, dimana keadaan lemas dapat disebabkan

oleh kurangnya istirahat dan kurangnya asupan kalori sehingga ibu kelihatan pucat, tekanan darah rendah. Upaya penatalaksanaan pada keadaan ini dengan cara sebagai berikut.

1) Mengkonsumsi tambahan 500 kalori tiap hari.
2) Makan dengan diet berimbang untuk mendapatkan protein, mineral dan vitamin yang cukup.
3) Minum sedikitnya 3 liter setiap hari.
4) Minum suplemen zat besi untuk menambah zat besi setidaknya selama 40 hari pasca bersalin.
5) Minum suplemen kapsul vitamin A (200.000 IU), untuk meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah infeksi, membantu pemulihan keadaan ibu serta mentransmisivitamin A kepada bayinya melalui proses menyusui. Istirahat yang cukup untuk mencegah kelelahan yang berlebihan.
6) Kurang istirahat akan mempengaruhi produksi ASI dan memperlambat proses involusi. . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

5. Suhu tubuh ibu >38°c

Dalam beberapa harl setelah melahirkan suhu badan ibu sedikit meningkat antara 37,2°C-37,8°C oleh karena reabsorbsi proses perlukaan dalam uterus, proses autolisis, proses Iskemic serta mulainya laktasi, dalam hal ini disebut demam reabsorbsl.

Hal ini adalah peristiwa fisiologis apabila tidak diserta tanda-tanda infeksi yang lain. Namun apabila terjadi peningkatan melebihi 38°C berturut-turut selama 2 hari kemungkinan terjadi infeksi. Infeksi nifas adalah keadaan yang mencakup semua peradangan alat- alat genetalia dalam masa nifas. (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

6. **Payudara berubah menjadi merah,panas, dan terasa sakit**

   Keadaan ini dapat disebabkan oleh payudara yang tidak disusu secara adekuat, puting susu yang lecet, BH yang terlalu ketat, Ibu dengan diet yang kurang baik, kurang istirahat, serta anemia. Keadaan ini juga dapat merupakan tanda dan gejala adanya komplikasi dan penyulit pada proses laktasi, misalnya pembengkakan payudara, bendungan ASI, mastitis dan abses payudara. . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

7. **Kehilangan nafsu makan dalam waktu yang lama**

   Kelelahan yang amat berat setelah persalinan dapat mempengaruhi nafsu makan, sehingga terkadang ibu tidak ingin makan sampai kelelahan itu hilang. Hendaknya setelah bersalin berikan ibu minuman hangat, susu, kopi atau teh yang bergula untuk mengembalikan tenaga yang hilang. Berikanlah makanan yang sifatnya ringan, karena alat pencernaan perlu proses guna memulihkan keadaanya kembali pada masa postpartum . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

8. Rasa sakit, merah, lunak, dan pembengkakan di wajah maupun ekstremitas

Selama masa nifas dapat terbentuk thrombus sementara pada vena-vena di pelvis maupun tungkai yang mengalami dilatasi. Keadaan ini secara klinis dapat menyebabkan peradangan pada vena-vena pelvis maupun tungkal yang disebut tromboplebitis pelvica (pada panggul) dan tromboplebitis femoralis (pada tungkai). Pembengkakan ini juga dapat terjadi karena keadaan udema yang merupakan tanda klinis adanya preeklampsi/eklampsi. . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

9. Demam,muntah, dan rasa sakit waktu berkemih

Pada masa nifas awal sensitifitas kandung kemih terhadap tegangan air kemih di dalam vesika sering menurun akibat trauma persalinan serta analgesia epidural atau spinal. Sensasi peregangan kandung kemih juga mungkin berkurang akibat rasa tidak nyaman, yang ditimbulkan oleh episiotomi yang lebar, laserasi, hematom dinding vagina. . (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

10. Gangguan psikologis pada masa pasca persalinan

a. Perasaan sedih pasca persalinan (postpartum blues)

Depresi ringan dan berlangsung singkat pada masa nifas, ditandai dengan merasa sedih, merasa lelah, insomnia,

mudah tersinggung, sulit konsentrasi, gangguan hilang dengan sendirinya dan membaik setelah 2-3 hari, kadang-kadang sampai 10 hari. (Bd. Islah Wahyuni & M.Biomed, 2023)

b. Depresi pasca persalinan (postpartum depression)

1) Gejala mungkin bisa timbul dalam 3 bulan pertama pasca persalinan atau sampai bayi berusia setahun.

2) Gejala yang timbul tampak sama dengan gejala depresi yaitu sedih selama 2 minggu, kelelahan yang berlebihan dan kehilangan minat terhadap kesenangan.

3) Psikosis pasca persalinan (postpartum psychotic) Ide/Pikiran bunuh diri, ancaman tindakan kekerasan terhadap bayi baru lahir, dijumpai wahan curiga/persekutorik, halusinasi/ilusi. dijumpai

g. Kebutuhan dasar pasca persalinan (nifas)

1. Nutrisi Dan Cairan

Pada 2 jam setelah melahirkan jika tidak ada kemungkinan komplikasi yang memerlukan anestesi, ibudapat diberikan makan dan minum jika ia lapar dan haus. Konsumsi makanan dengan menu seimbang, bergizi dan mengandung cukup kalori membantu memulihkan tubuh dan mempertahankan tubuh dari infeksi, mempercepat pengeluaran ASI serta mencegah konstipasi. Obat-

obatan dikonsumsi sebatas yang dianjurkan dan tidak berlebihan, selain itu ibu memerlukan: (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

a. Tambahan kalori 500 kalori tiap hari. Untuk menghasilkan setiap 100 ml susu, Ibu memerlukan asupan kalori 85 kalori. Pada saat minggu pertama dari 6 bulan menyusui (ASI ekslusif) jumlah susu yang harus dihasilkan oleh ibu sebanyak 750 ml setiap harinya. Dan mulai minggu kedua susu yang harus dihasilkan adalah sejumlah 600 ml, jadi tambahan jumlah kalori yang harus dikonsumsi oleh ibu adalah 510 kalori.
b. Makan dengan diet berimbang untuk mendapatkan protein, mineral dan vitamin yang cukup, pedoman umum yang baik untuk diet adalah 2-4 porsi/hari
b. dengan menu 4 kebutuhan dasar makanan (daging, buah, sayuran, roti/biji-bijian).
c. c. Pil zat besi harus diminum untuk menambah zat gizi setidaknya selama 40 hari pasca persalinan.
d. Minum kapsul vitamin A (200.000 unit) agar bisa memberikan vitamin A kepada bayinya melalui ASI
e. Minum sedikitnya 3 liter air setiap hari (anjurkan ibu untuk minum setelah setiap kali selesai menyusui)
f. Hindari makanan yang mengandung kafein/nikotin.
g. Minum sedikitnya 3 liter setiap hari

h. Pil zat besi harus diminum setidaknyaselama 40 hari pasca persalinan

i. Minum kapsul vitamin A (200.000 unit) agar bisa memberikan vitamin A kepada bayinya melalui ASInya

Table 2.9
Perbandingan kebutuhan zat gizi wanita tidak hamil, hamil, dan menyusui
sumber :
https://books.google.com/books/about/Buku_Ajar_Asuhan_Kebidanan_Nifas_Menyusu.html?hl=id&id=kHHXEAAAQBAJ

Makanan	Normal	Hamil	Nifas
Kalori 9kal)	2500	25.000	3000
Protein (gram)	60	85	100
Kalsium (gram)	0,8	1,5	2
Feerum (fe) (mg)	12	15	15
Vitamin A (IU)	5000	6000	8000
Vitamin B (MG)	1,5	1,8	2,3
Vitamin C (MG)	70	100	150
Vitamin D (SI)	2,2	2,5	3
Riboflavin	15	18	23
Asam nikotin	-	600	700

Table 2.10
Kebutuhan makan ibu menyusui dalam sehari
Sumber :
https://books.google.com/books/about/Buku_Ajar_Asuhan_Kebidanan_Nifas_Menyusu.html?hl=id&id=kHHXEAAAQBAJ

Bahan Makanan	Ibu Menyusui Bayi/Anak		
	Bayi Umur 0-6 Bulan	Bayi Umur 7-17 Bulan	Bayi Umur 13-24 Bulan
Nasi	5 piring	4 ½ piring	4 piring
Ikan	2 ½ potong	2 potong	3 potong
Tempe	5 potong	4 potong	5 potong
Sayuran	3 mangkuk	3 mangkuk	3 mangkuk
Buah	2 potong	2 potong	2 potong
Gula	5 sdm	5 sdm	5 sdm
Susu	1 gelas	1 gelas	1 gelas
Air	8 gelas	8 gelas	8 gelas

2. Ambulasi

Pemulihan mempercepat membalikkan tonus otot dan vena dari kaki dan mengencangkan perut juga mempercepat

pengeluaran lochia. Pemulihan dilakukan sesegera mungkin setelah melahirkan dan kebanyakan ibu dapat berjalan kekamar mandi ±6jam postpartum.

a. Jika tidak ada kelainan lakukan mobilisasi sedini mungkin, yaitu dua jam setelah persalinan normal.
b. Pada ibu dengan partus normal ambulasi dini dilakukan paling tidak 6-12 jam post partum, sedangkan pada ibu dengan partus sectio secarea ambulasi dini dilakukan paling tidak setelah 12 jam post partum setelah ibu sebelumnya beristirahat (tidur).
c. Tahapan ambulasi: miring kiri atau kanan terlebih dahulu, kemudian duduk dan apabila ibu sudah cukup kuat berdiri maka ibu dianjurkan untuk berjalan (mungkin ke toilet untuk berkemih)
d. Manfaat ambulasi dini:
    1) Faal usus dan kandung kencing lebih baik
    2)) Menurunkan insiden tromboembolisme
    3) Memperlancar sirkulasi darah dan mengeluarkan cairan vagina (lochea)
    4) Mempercepat mengembalikan tonus otot dan vena

3. Eliminasi

Buang air kecil (BAK)

Pengeluaran urin akan meningkat pada 24-48 jam pertama sampai hari ke-5 post partum karena volume darah ekstra yang

dibutuhkan waktu hamil tidak diperlukan lagi setelah persalinan. Sebaiknya, ibu tidak menahan buang air kecil ketika ada rasa sakit pada jahitan karena dapat menghambat uterus berkontraksi dengan baik sehingga menimbulkan perdarahan yang berlebihan. Dengan mengosongkan kandung kemih secara adekuat, tonus kandung kemih biasanya akan pulih kembali dalam 5-7 hari post partum. Ibu harus berkemih spontan dalam 6- 8 jam post partum. Pada ibu yang tidak bisa berkemih motivasi ibu untuk berkemih dengan membasahi bagian vagina atau melakukan kateterisasi.Setelah melahirkan, ibu harus berkemih dalam 6- 8jam. Urin yang dikeluarkan pertama harus diukur untuk mengetahui apakah pengosongan kandung kemih adekuat. Diharapkan, setiap kali berkemih, urin yang keluar sekitar 150ml. Beberapa wanita mengalami kesulitan untuk mengosongkan kandung kemihnya. Hal ini kemungkinan akibat menurunnya tonus kandung kemih, adanya edema akibat trauma, rasa takut akan timbulnya rasa nyeri. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

Untuk mempercepat proses defekasi normal adalah memberi ibu penjelasan tentang upaya menghindari konstipasi. Tindakan tersebut mencakup upaya menjamin cukup serat kasar dalam makanan dan cukup minum serta melakukan latihan. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

Buang air besar (BAB)

Kesulitan buang air besar (konstipasi) dapat terjadi karena ketakutan akan rasa sakit,takut jahitan terbuka,atau karena haemorrhoid. Kesulitan ini dapat dibantu dengan mobilisasi dini, mengkonsumsi makanan tinggi serat dan cukup minum sehingga bisa buang air besar dengan lancar. Sebaiknya pada hari kedua ibu sudah bisa buang air besar. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

Jika sudah pada hari ketiga ibu masih belum bisa buang air besar, ibu bisa menggunakan pencahar berbentuk supositoria sebagai pelunak tinja. Ini penting untuk menghindarkan gangguan pada kontraksi uterus yang dapat menghambat pengeluaran cairan vagina. Dengan melakukan pemulangan dini pun diharapkan ibu dapat segera BAB**.** (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

4. Istirahat

Istirahat membantu mempercepat proses involusi uterus dan mengurangi perdarahan, memperbanyak jumlah pengeluaran ASI dan mengurangi penyebab terjadinya depresi. Anjurkan ibu agar istirahat cukup untuk mencegah kelelahan yang berlebihan. Sarankan ibu untuk kembali ke kegiatan-kegiatan rumah tangga secara perlahan-lahan, serta untuk tidur siang atau beristirahat selagi bayi tidur. Anjurkan ibu untuk istirahat cukup untuk mencegah kelelahan yang berlebihan. Sarankan ibu untuk kembali melakukan kegiatan rumah tangga secara perlahan-lahan, serta

untuk tidur siang atau istirahat selagi bayi tidur. Kurang istirahat akan mempengaruhi ibu dalam beberapa hal:

a. Mengurangi jumlah ASI yang diproduksi
b. Memperlambat proses involusi memperbanyak perdarahan uterus dan
c. Menyebabkan depresi dan ketidakmampuan untuk merawat bayi dan dirinya sendiri.

5. Personal Hygine

Untuk mencegah terjadinya infeksi baik pada luka jahitan dan maupun kulit, maka ibu harus menjaga kebersihan diri secara keseluruhan. Anjurkan kebersihan seluruh tubuh. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

a. Perawatan Perineum

1) Mengajarkan ibu membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air. Bersihkan daerah di sekitar vulva terlebih dahulu, dari depan ke belakang, baru kemudian membersihkan daerah sekitar anus. Nasihatkan kepada ibu untuk membersihkan vulva setiap kali selesai BAK/BAB. Jika terdapat luka episiotomi sarankan kelaminnya untuk tidak menyentuh luka.
2) Sarankan ibu untuk mengganti pembalut atau kain pembalut setidaknya dua kali sehari. Kain dapat digunakan

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

3) Sarankan ibu untuk mencuci tangan dengan sabun dan air sebelum dan sesudah membersihkan daerah kelaminnya

b. Pakaian

Sebaiknya, pakaian terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat karena produksi keringat menjadi banyak (di samping urin). Produksi keringat yang tinggi berguna untuk menghilangkan ekstra volume saat hamil. Sebaiknya pakaian agak longgar di daerah dada sehingga payudara tidak tertekan dan kering. Demikian juga dengan pakaian dalam, agar tidak terjadi iritasi pada daerah sekitarnya akibat lochea. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

c. Kebersihan Rambut

Setelah bayi lahir mungkin ibu akan mengalami kerontokan pada rambut akibat gangguan perubahan hormon sehingga keadaannya menjadi lebih tipis dibandingkan keadaan normal. Namun akan pulih kembali setelah beberapa bulan. Cuci rambut dengan conditioner yang cukup,lalu sisir menggunakan sisir yang lembut. Hindari penggunaan pengering rambut (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

d. Kebersihan Kulit

Setelah persalinan, ekstra cairan tubuh yang dibutuhkan saat hamil akan dikeluarkan kembali melalui air seni dan keringat untuk menghilangkan pembengkakan pada wajah, kaki, betis dan tangan ibu. Oleh karena itu, dalam minggu-minggu pertama setelah melahirkan, ibu akan merasakan jumlah keringat yang lebih banyak dari biasanya. Usahakan mandi lebih sering dan jaga agar kulit tetap kering. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

e. Perawatan Payudara

Perawatan yang dilakukan terhadap payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran susu. Lakukan perawatan payudara secara teratur, Perawatan payudara hendaknya dimulai sedini mungkin, yaitu 1-2 hari setelah bayi dilahirkan dan dilakukan dua kali sehari. Anjurkan kebersihan seluruh tubuh. Mengajarkan ibu bagaimana membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air. Pastikan bahwa ibu mengerti untuk membersihkan daerah sekitar vulva terlebih dahulu, dari depan kebelakang baru kemudian membersihkan daerah sekitar anus. Nasehatkan ibu untuk membersihkan diri setiap kali selesai BAB dan BAK. Sarankan ibu untuk mengganti pembalut setidaknya 2x sehari. Sarankan pada ibu untuk mencuci tangan dengan sabun dan air sebelum

dan sesudah membersihkan daerah kelaminnya. Jika ibu mempunyai luka episiotomi atau laserasi, sarankan kepada ibu untuk menghindari menyentuh daerah luka. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

6. Seksual

Secara fisik aman untuk memulai hubungan suami isteri begitu darah merah berhenti dan ibu dapat memasukkan satu atau dua jarinya ke dalam vagina tanpa rasa nyeri. Begitu darah merah berhenti dan ibu tidak merasa nyeri, aman untuk memulai melakukan hubungan suami istri kapan saja ibu siap. Tidak dianjurkan untuk melakukan hubungan sexual sampai dengan 6 minggu post partum. Keputusan bergantung pada pasangan yang bersangkutan. Hubungan seksual dapat dilanjutkan setiap saat ibu merasa nyaman untuk memulai, dan aktivitas itu dapat dinikmati.

a. Secara fisik aman untuk memulai hubungan suami istri begitu darah merah berhenti dan ibu dapat memasukkan satu atau dua jarinya kedalam vagina tanpa rasa nyeri.
b. Banyak budaya, yang mempunyai tradisi menunda hubungan suami istri sampai masa waktu tertentu, misalnya setelah 40 hari atau 6 minggu setelah persalinan.

7. Olahrga/Senam Nifas

Banyak diantara senam postpartum sebenarnya sama dengan senam antenatal. Hal yang paling penting bagi ibu adalah agar senam-senam tersebut hendaknya dilakukan secara perlahan

dahulu lalu semakin lama semakin sering/kuat. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

a. Memperkuat Dasar Panggul

Senam yang pertama paling baik paling aman untuk memperkuat dasar panggul adalah Senam Kegel. Segera lakukan senam kegel pada hari pertama postpartum bila memang memungkinkan. Meskipun kadang-kadang sulit untuk secara mudah mengaktifkan otot-otot dasar panggul ini selama hari pertama atau kedua, anjurkanlah agar ibu tersebut tetap mencobanya. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

Senam Kegel (untuk dasar panggul)

Lakukan senam ini kapan saja, tidak akan ada orang yang tau atau melihat anda melakukannya. Lakukanlah sampai 100 kali dalam sehari. Untuk mengkontraksikan pasangan otot-otot ini, bayangkanlah bahwa anda sedang BAK dan lalu anda anda tiba-tiba menahannya ditengah-tengah itulah ototnya. Atau bayangkan bahwa dasar panggul merupakan sebuah elevator; secara perlahan anda menjalankannya sampai lantai 2 lalu kemudian ke lantai 3 dan seterusnya, dan kemudian balik turun secara perlahan. Begitulah cara melatih otot-otot tersebut. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

Manfaat Senam Kegel

Senam Kegel akan membantu penyembuhan postpartum dengan jalan membuat kontraksi dan pelepasan secara bergantian pada otot-otot dasar panggul adalah, yaitu:

1) Membuat jahitan jahitan lebih merapat
2) Mempercepat penyembuhan
3) Meredakan haemoroid
4) Meningkatkan pengendalian atas urin

Caranya:

Berdiri dengan tungkai dirapatkan. Kencangkan otot-otot pantat dan pinggul tahan sampai 5 hitungan. Kendurkan dan ulangi lagi latihan sebanyak 5 kali.

b. Mengencangkan Otot-otot Abdomen

Otot-otot abdomen setelah melahirkan akan menunjukkan kebutuhan perhatian yang paling jelas. Mengembalikan tonus otot-otot abdomen merupakan tujuan utama dari senam dalam masa postpartum. (Bahrah & Mintaningtyas, 2023)

Secara Umum:

Pada minggu-minggu pertama para ibu sering mengalami penegangan yang terasa sakit dipunggung atas yang disebabkan oleh payudara yang berat serta pemberian ASI yang sering

terpaksa dilakukan dengan posisi yang kaku dan lama diperhatikan. Senam tangan dan bahu secara teratur sangat penting untuk mengendurkan ketegangan ini, dan juga dengan menggunakan gerakan tubuh yang baik, sikap yang baik serta posisi yang nyaman pada waktu memberi ASI.

Delapan gerakan dalam senam nifas yaitu: 1) Pernafasan perut; 2) Sentuh lutut; 3) Memutar kedua lutut; 4) Putar tungkai; 5) Pernafasan abdomen campuran dan supine pelvic; 6) Angkat bokong; 7) Memutar satu lutut; 8) Angkat tangan.

h. Kebijakan pemerintah dalam pemberian asuhan pasca persalinan (nifas)

Selama masa nifas paling sedikit 4 kali bidan melakukan kunjungan untuk menilai keadaan ibu dan bayi, mencegah, mendeteksi, menangani masalah-masalah yang terjadi. Seorang bidan pada saat memberikan asuhan kepada ibu dalam masa nifas, ada beberapa yang harus dilakukan, akan tetapi pemberian asuhan kebidanan pada masa nifas terngantung dari kondisi ibu sesuai dengan tahapan perkembangannya antara lain yaitu:

1. Kunjungan ke-1 (6-8 jam setelah persalinan)

   a. Mencegah perdarahan masa nifas karena atonio uteri
   b. Mendeteksi dan merawat penyebab pendarahan, rujuk bila perdarahan berlanjut
   c. Memberi konseling pada ibu atau salah satu anggota keluarga

d. Pemberian ASI awal
e. Melakukan hubungan antara ibu dan bayi baru lahir
f. Menjaga bayi agar tetap sehat dengan cara mencegah hipotermi
g. Tinggal Bersama ibu dan bayi selama 2 jam pertama setelah melahirkan.

2. Kunjungan ke-2 (6 hari setelah persalinan)

a. Memastikan involusio uterus berjalan normal
b. Uterus berkontraksi
c. Fundus dibawah umbilicus
d. Tidak ada perdarahan abnormal dan tidak ada bau
e. Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi atau perdarahan
f. Memastikan ibu cukup mendapatkan nutrisi, cairan, dan istirahat
g. Memastikan ibu menyusui dengan baik
h. Memberi konseling pada ibu mengenai asuhan pada bayi
i. Memastikan tidak ada tanda-tanda infeksi pada tali pusat
j. Menjaga bayi tetap hangat dan merawat bayi sehari-hari.

3. Kunjungan ke-3 (2 minggu setelah persalinan); sama seperti kunjungan kedua yaitu:

a. Memastikan involusio berjalan normal
b. Uterus berkontraksi
c. Fundus dibawah umbilicus

d. Tidak ada perdarahan abnormal dan tidak ada bau
e. Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi atau perdarahan
f. Memastikan ibu cukuo mendapatkan nutrisi, cairan dan istirahat
g. Memastikan ibu menyusui dengan baik
h. Memberi konseling pada ibu mengenai asuhan pada bayi
i. Menjaga bayi tetap hangat dan merawat bayi sehari-hari.

4. Kunjungan ke-4 (6 minggu setelah persalinan)

a. .Menanyakan pada ibu tentang penyulit-penyulit yang dialaminya dan bayinya
b. Memberikan kosneling untuk KB secara dini

B. Kewenangan Bidan (Permenkes No. 28 Tahun 2017)

Pasal 18

1. Dalam penyelenggaraan praktik kebidanan, bidan memiliki kewenangan untuk memberikan :
   a. Pelayanan kesehatan ibu
   b. Pelayanan kesehatan anak dan
   c. Pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana

Pasal 19

1. Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam pasal 18 huruf a diberikan pada masa sebelum hamil, masa hamil, masa persalinan, masa nifas, masa menyusui dan masa antara dua kehamilan
2. Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (1) meliputi pelayanan:
   a. Konseling pada masa sebelum hamil
   b. Antenatal pada kehamilan normal
   c. Persalinan normal
   d. Ibu nifas normal
   e. Ibu menyusui
   f. Konseling pada masa antara dua kehamilan
3. Dalam memberikan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (2), bidan berwenang melakukan :
   a. Episiotomi
   b. Pertolongan persalinan normal

c. Penjahitan luka jalan lahir tingkat I dan II
d. Penanganan kegawatdaruratan, dilanjutkan dengan perujukan
e. Pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil
f. Pemberian vitamin a dosis tinggi pada ibu nifas
g. Fasilitasi/bimbingan inisiasi menyusu dini dan promosi air susu ibu eksklusif
h. Pemberian uterotonika pada manajemen aktif kala III dan postpartum
i. Penyuluhan dan konseling
j. Bimbingan pada kelompok ibu hamil dan
k. Pemberian surat keterangan kehamilan dan kelahiran

Pasal 20

1. Pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud dalam Pasal 18 huruf b diberikan pada bayi baru lahir, bayi, anak balita, dan anak prasekolah.
2. Dalam memberikan pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud pada ayat (1), Bidan berwenang melakukan:
   a. Pelayanan neonatal esensial;
   b. Penanganan kegawatdaruratan, dilanjutkan dengan perujukan;
   c. Pemantauan tumbuh kembang bayi, anak balita, dan anak prasekolah; dan
   d. Konseling dan penyuluhan.
3. Pelayanan noenatal esensial sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf a meliputi inisiasi menyusui dini, pemotongan dan perawatan tali pusat, pemberian suntikan Vit K1, pemberian imunisasi B0, pemeriksaan fisik

bayi baru lahir, pemantauan tanda bahaya, pemberian tanda identitas diri, dan merujuk kasus yang tidak dapat ditangani dalam kondisi stabil dan tepat waktu ke Fasilitas Pelayanan Kesehatan yang lebih mampu.

4. Penanganan kegawatdaruratan, dilanjutkan dengan perujukan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf b meliputi:
    a. Penanganan awal asfiksia bayi baru lahir melalui pembersihan jalan nafas, ventilasi tekanan positif, dan/atau kompresi jantung;
    b. Penanganan awal hipotermia pada bayi baru lahir dengan BBLR melalui penggunaan selimut atau fasilitasi dengan cara menghangatkan tubuh bayi dengan metode kangguru;
    c. Penanganan awal infeksi tali pusat dengan mengoleskan alkohol atau povidon iodine serta menjaga luka tali pusat tetap bersih dan kering; dan
    d. Membersihkan dan pemberian salep mata pada bayi baru lahir dengan infeksi gonore (go).
5. Pemantauan tumbuh kembang bayi, anak balita, dan anak prasekolah sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf c meliputi kegiatan penimbangan berat badan, pengukuran lingkar kepala, pengukuran tinggi badan, stimulasi deteksi dini, dan intervensi dini peyimpangan tumbuh kembang balita dengan menggunakan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP)
6. Konseling dan penyuluhan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf d meliputi pemberian komunikasi, informasi, edukasi (KIE) kepada ibu dan

keluarga tentang perawatan bayi baru lahir, ASI eksklusif, tanda bahaya pada bayi baru lahir, pelayanan kesehatan, imunisasi, gizi seimbang, PHBS, dan tumbuh kembang.

Pasal 21

1. Dalam memberikan pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana sebagaimana dimaksud dalam pasal 18 huruf c, Bidan berwenang memberikan:
   a. Penyuluhan dan konseling kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana; dan
   b. Pelayanan kontrasepsi oral, kondom, dan suntikan

C. Konsep Dasar Teori Dokumentasi Kebidanan

1. Manajemen Varney (Pre)

Menurut Sari dan Kurniyati (2022) dalam varney terdapat 7 langkah manajemen kebidanan yang meliputi:

a. Langkah I: Pengumpulan data dasar

Pengumpulan data dasar merupakan langkah awal yang akan menentukan langkah selanjutnya, sehingga data yang akurat dan lengkap yang berkaitan dengan kondisi klien sangat menentukan bagi langkah interpretasi data. Pengkajian data meliputi data subjektif dan data objektif.

1) Data subjektif berisi identitas, keluhan yang dirasakan dari hasil anamnesa langsung

2) Data objektif merupakan pencatatan dari hasil pemeriksaan umum, pemeriksaan fisik, dan pemeriksaan penunjang, hasil laboratorium seeperti pemeriksaan protein urin, glukosa darah, Hb dan sebagainya.

Langkah selanjutnya setelah data terkumpul adalah pengolahan data dengan cara menggabungkan dan menghubungkan data yang satu dengan yang lainnya sehingga menggambarkan kondisi klien yang sebenarnya. Lakukan pengkajian ulang datayang telah dikumpulkan apakah sudah tepat, lengkap dan akurat.

b. Langkah II: Interpretasi data dasar

Pada langkah ini, data dasar yang sudah dikumpulkan diinterpretasikan sehingga dapat dirumuskan diagnosa dan masalah yang spesifik. Diagnosa kebidanan adalah diagnosa yang ditegakkan oleh profesi bidan dalam praktik kebidanan dan memenuhi standar nomenklatur (tata nama) diagnosis kebidanan. Rumusan diagnosa dan masalah keduanya digunakan karena masalah tidak dapat didefinisikan seperti diagnosa tetapi tetap membutuhkan penanganan. Masalah sering berkaitan dengan hal-hal yang sedang dialami wanita yang diidentifikasi oleh bidan sesuai hasil pengkajian. Masalah sering juga menyertai diagnosa.

c. Langkah III: Antisipasi diagnosa atau masalah potensial

Pada langkah ketiga ini melakukan identifikasi dan masalah potensial berdasarkan diagnosa/masalah yang sudah diidentifikasi.

Langkah ketiga ini merupakan antisipasi bidan, guna mendapatkan asuhan yang aman. Pada tahap ini bidan diharapkan waspada dan bersiap-siap untuk mencegah diagnosa/potensial terjadi.

d. Langkah IV: Tindakan segera

Pada tahap ini bidan ada saatnya harus melakukan tindakan segera karena situasi yang gawat, contohnya perdarahan kala III atau perdarahan segera setelah lahir. Dalam kondisi tertentu seorang wanita memerlukan konsultasi atau kolaborasi dengan dokter atau tim kesehatan lain seperti pekerja sosial, ahli gizi, atau seorang ahli perawat klinis bayi baru lahir. Dalam hal ini bidan harus mampu mengevaluasikondisi setiap klien untuk menentukan siapa yang tepat untuk konsultasi atau kolaborasi dalam penatalaksanaan asuhan klien.

e. Langkah V: Intervensi atau rencana

Setelah diagnosa dan masalah ditetapkan maka langkah selanjutnya adalah membuat perencanaan secara menyeluruh. Rencana menyeluruh ini meliputi apa-apa yang sudah teridentifikasi dari kondisi klien atau dari setiap masalah yang berkaitan tetapi juga dari kerangka pedoman antisipasi terhadap klien apa yang akan terjadi apakah dibutuhkan penyuluhan, konseling, dan tujukan. Bidan dalam melakukan perumusan perencanaan harus bersama klien dan membuat kesepakatan bersama sebelum melakukan tindakan Asuhan yang diberikan bidan harus sesuai teori yang update.

f. Langkah VI: Implementasi atau pelaksanaan

Pada langkah ini semua perencanaan asuhan dilaksanakan oleh bidan baik secara mandiri ataupun berkolaborasi dengan tim kesehatanlainnya.

g. Langkah VII: Evaluasi

Evaluasi merupakan langkah terakhir dalam manajemen kebidanan. Pada langkah ini dilakukan evaluasi keefektifan dari asuhan yang sudah diberikan. Rencana tersebut dapat dianggap efektif jika memang benarefektif dalam pelaksanaannya. Jika dalam pelaksanaannya tidak efektifmaka perlu dilakukan mengapa proses asuhan tersebut tidak efektif, dan melakukan penyesuaian pada rencana asuhan tersebut.

2. Pendokumentasian SOAP

Menurut Sari dan Kurniyati (2022) di dalam metode SOAP, S adalah data subjektif, O adalah data objektif, A adalah analysis, P adalah planning. Metode ini merupakan dokumentasi yang sederhana akan tetapi mengandung semua unsur data dan Langkah yang dibutuhkan dalam asuhan kebidanan, jelas, logis.

a. Data Subjektif

Subjektif merupakan hasil dari anamnesis, baik informasi langsung dari klien maupun dari keluarga. Anamnesis yang dilakukan harus secara terperinci sehingga informasi yang diharapkan benar-

benar akurat. Pada langkah ini, diharapkan bidan menggunakan daya nalarnya terkait informasi yang didapatkan.

b. Data Objektif

Objektif merupakan hasil dari pemeriksaan yang dilakukan oleh bidan. Pemeriksaan tersebut meliputi pemeriksaan keadaan umum, pemeriksaan tanda-tanda vital, pemeriksaan fisik secara head to toe, pemeriksaan penunjang (pemeriksaan laboratorium baik darah, urin, tinja atau cairan tubuh). Data hasil kegiatan subjektif dan objektif akan beriringan. Hal ini meyakinkan bidan untuk melakukan Langkah selanjutnya yaitu assessment.

c. Assesment

Pada langkah assessment, bidan akan melakukan 3 poin pokok, yaitu menegakkan diagnosa kebidanan baik aktual maupun potensial, menentukan masalah (aktual dan potensial) dan menentukan kebutuhan. Diagnosa kebidanan mengacu kepada nomenklatur, artinya diagnosa yang ditegakkan merupakan diagnosa hasil anamnesis dan pemeriksaan yang merupakan kasus kebidanan, kasus yang terjadi hak, kewajiban dan wewenang bidan untuk memberikan asuhan kebidanan.

d. Planning

Pada langkah planing atau perencanaan, bidan akan merencanakan asuhan kebidanan yang akan diberikan kepada klien sesuai dengan diagnosa kebidanan yang telah ditegakkan, sesuai

dengan kebutuhan yang telah di susun pada langkah assessment. Pada langkah perencanaan ini, bidan mempertimbangkan seluruh kebutuhan baik fisik maupun psikologis klien. Tindakan apa yang akan dilakukan, mengapa tindakan tersebut dilakukan, kapan tindakan tersebut dilakukan, siapa yang melakukan dan bagaimana caranya tindakan tersebut dilakukan.

Tahap perencanaan ini terdapat beberapa analisis yang dilakukan oleh bidan meliputi tahap prioritas, mempertimbangkan apakah klien dan keluarga diikutsertakan dalam tindakan kebidanan, apakah intervensi yang direncanakan dan dilakukan sesuai dengan permasalahan dan penyakit klien, membuat rasional tindakan dan dokumentasi. Setelah tahap perencanaaan dilakukan oleh bidan maka bidan melanjutkan kegiatan pemberian asuhan. Kegiatan asuhan yang diberikan oleh bidan, dilakukan dokumentasinya dalam bentuk catatan perkembangan. Pada catatan ini, bidan secara terperinci membuat asuhan yang diberikan dengan malampirkan hari, tanggal, waktu, tanda tangan dannama petugas yang melaksanakan. Setiap asuhan yang diberikan harus melampirkan hal tersebut.

ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III FISIOLOGIS

Hari/Tanggal Pengkajian : untuk mengetahui hari dan tanggal pengkajian

Jam Pengkajian : untuk mengetahui waktu pengkajian

Tempat Pengkajian : untuk mengetahui tempat pengkajian

Pengkaji : untuk mengetahui siapa pengkaji

I.PENGKAJIAN

1. Data Subjektif
   a. Biodata
   1) istri

      Nama : Diisi Sesuai dengan Identitas

      Umur : diisi sesuai dengan identitas yang dihitung mulai dari usia lahir sampai dengan sekarang, ditulis dalam tahun

      Agama : Diisi Sesuai dengan Identitas

      Pendidikan : pendidikan terakhir yang telah diselesaikan

      Pekerjaan : Diisi Sesuai dengan Idenitas

      Alamat : Diisi Sesuai dengan Identitas

   2) suami

      Nama : Diisi Sesuai dengan Identitas

      Umur : diisi sesuai dengan identitas yang dihitung mulai dari usia lahir sampai dengan sekarang, ditulis dalam tahun

      Agama : Diisi Sesuai dengan Identitas

      Pendidikan : pendidikan terakhir yang telah diselesaikan

      Pekerjaan : Diisi Sesuai dengan Idenitas

Alamat : Diisi Sesuai dengan Identitas

b. Keluhan utama

1) Ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya.
2) Ibu mengatakan ini kehamilan ke ... dan belum/pernah keguguran
3) Ibu mengatakan jarak kehamilannya lebih dari 2 tahun
4) Ibu mengatakan usia kehamilannya 7-9 bulan
5) Ibu mengatakan merasakan Gerakan janinnya
6) Ibu mengatakan HPHT nya tanggal ...
7) Ibu mengatakan keluhannya
   - Ibu mengeluhkan kaki nya bengkak
   - Ibu mengatakan susah tidur dimalam hari
   - Ibu mengatakan sering kencing pada malam hari
   - Ibu mengatakan keluar lendir putih pada vaginanya
   - Ibu mengatakan sulit BAB dan ibu BAB setiap 2 kali seminggu
   - Ibu mengeluhkan sering kram kaki
   - Ibu mengeluhkan nyeri pada punggung
   - Ibu mengatakan sering cemas dan takut dengan kehamilan serta pada saat ingin bersalin nanti
   - Ibu mengeluhkan sering merasakan kesemutan dan mati rasa pada tangan nya
   - Ibu mengatakan pusing, pandangan kabur berkunang kunang dan tubuh terasa melayang

c. Riwayat Kesehatan

1) Riwayat kesehatan sekarang

Ibu mengatakan sedang atau tidak menderita penyakit menular seperti TBC hepatitis, penyakit keturunan seperti jantung, asma, hipertensi dan lainnya.

2) Riwayat kesehatan yang lalu

Ibu mengatakan sedang atau tidak menderita penyakit menular seperti TBC hepatitis, penyakit keturunan seperti jantung, asma, hipertensi dan lainnya.

3) Riwayat kesehatan keluarga

Ibu mengatakan didalam keluarga ada atau tidak yang menderita penyakit menular maupun penyakit keturunan

d. Riwayat mestruasi

Menarche : ... tahun (usia menstruasi pertama kali)

Siklus : 28-31 hari

Pola : teratur atau tidak

Lamanya : 4-7 hari

Banyaknya : beberapa kali ganti pembalut

Masalah : ada/tidak ada

e. Riwayat kehamilan, persalinan dan nifas yang lalu

NO	Kehamilan			Persalinan					bayi		ket
	UK	ANC	TT	Tgl	Tempat	Penolong	Penyulit	Jenis	Jk/BB	Hidup/ Mati	

f. Riwayat kehamilan sekarang

HPHT : (Hari Pertama Haid Terakhir)

TP : Dihitung dalam rumus tanggal +7 bulan -3 tahun +1 (tahun menyesuaikan, menggunakan rumus neagele)

Usia Kehamilan : 28-40 Minggu

Screening/Status TT : T1, T2, T3, T4, T5

1) Trimester 1

Keluhan : diisi sesuai keluhan ibu Trimester I

Frekuensi : minimal 2 kali selama TM 1

Kalk : ... butir

Tempat : Diisi sesuai dengan tempat dimana ibu melakukan pemeriksaan (PMB, Rumah Sakit, Puskesmas, Klinik, yang dilakukan oleh tenaga kesehatan)

Pemeriksaan Penunjang

a) Hepatitis B

b) HIV

c) Sifilis

d) Golongan darah

e) HB : >11 gr%

Glukosa urine:Dengan Riwayat DM

USG : Diisi sesuai dengan hasil pemeriksaan ultransonograf

Masalah : sesuai dengan keluhan yang dialami oleh ibu hamil

BB :…kg

TB :>145cm

IMT :>23,5

Kenaikan bb TM 1 : 4,8 Kg

Pemeriksaan panggul luar :

Distansia spinarum : 24-26 cm

Distansia cristarum : 28-30 cm

Konjugata eksterna : 18 -20 cm

Lingkaran panggul : 80-90 cm

2) Trimester 2

Keluhan : diisi sesuai keluhan ibu Trimester II

Frekuensi : Diisi sesuai dengan tempat dimana ibu melakukan pemeriksaan kehamilan, minimal 1 kali selama kehamilan TM II, dilakukan pada bidan 1 kali.

FE : Minimal 90 butir

Kalk : ... butir

Tempat : Diisi sesuai dengan tempat dimana ibu melakukan pemeriksaan (PMB, Rumah Sakit, Puskesmas, Klinik, yang dilakukan oleh tenaga kesehatan)

Lab : HB (atas indikasi, misalnya adanya ditemukan anemia pada saat TM I), cek gds (bila diperlukan)

Kenaikan BB : 4,8Kg

Masalah : sesuai dengan keluhan yang dialami oleh ibu hamil

3) Trimester 3

Keluhan : diisi sesuai keluhan ibu Trimester III

Frekuensi : diisi sesuai dengan berapa kali ibu melakukan pemeriksaan kehamilan, minimal 3 kali selama TM III, di lakukan pada Bidan 2 kali dan di Dokter 1 kali

FE : Minimal 90 butir

Kalk : ... butir

Tempat : Diisi sesuai dengan tempat dimana ibu melakukan pemeriksaan (PMB, Rumah Sakit, Puskesmas, Klinik, yang dilakukan oleh tenaga kesehatan)

USG : Diisi sesuai dengan hasil pemeriksaan ultransonograf

Lab : - Hb
- Glukosa protein (bila perlu)

Kenaikan BB : 4,8Kg

Masalah : sesuai dengan keluhan yang dialami oleh ibu hamil

g. Riwayat kontrasepsi

Alat kontrasepsi yang pernah digunakan : (pil/suntik/iud/implant)

Lama pemakaian : ... bulan/tahun

Masalah : ada/tidak ada

h. Pemenuhan kebutuhan sehari hari

1) nutrisi

a. Makan

Pola makan : 3-4x / hari

Jenis :nasi, lauk pauk

Porsi : ... piring

b. Minum

Jenis : air putih/.../...

Frekuensi : 7-8 gelas/hari

2) Elimisasi

a. BAB

Frekuensi : ...x/hari

Konsistensi : lunak/keras

Warna : kekuningan

Bau :khas tinja

Masalah : ada/tidak ada

b. BAK

Frekuensi : ...x/hari

Warna : kuning jernih/.../...

Bau : khas urine

Masalah : ada/tidak ada

3) Istitahat dan tidur

Tidur siang : 1-2 jam

Tidur malam : 7-8 jam

Masalah : ada/tidak ada

4) Personal hygiene

Mandi : 2x/hari

Cuci rambut : 3x/minggu

Gosok gigi : 2x/hari

Ganti pakaian dalam : 2x/hari bila basah atau lembab segera ganti pakaian dalam

5) Aktivitas

Ibu dapat atau tidak melakukan aktivitas sehari hari seperti biasanya

Masalah : ...

6) Pola hubungan seksual

Sebelum hamil : ...x/minggu

Selama hamil : ...x/minggu

Masalah : ...

i. Keadaan psikososial dan spiritual

Penerimaan suami dengan kehamilan : Baik/tidak baik

Hubungan istri dengan keluarga : Baik/tidak baik

Keyakinan terhadap agama : taat/tidak taat

Penerimaan istri terhadap kehamilan : diinginkan/tidak diinginkan

II.Data Objektif

a. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : Baik/Lemah

Kesadaran : composmentis

TTV

TD : Sistole 100-130mmhg

Diastole 60-90mmhg

Nadi :80-90x/menit

RR : 20-24x/menit

T : 36,5°C-37,5°C

BB sebelum hamil : ... Kg

BB sekarang : ... Kg

b. Pemeriksaan fisisk

1) Kepala

Kebersihan : bersih/tidak

Distribusi rambut : merata/tidak

Kerontokan ; ada/tidak

Benjolan : ada/tidak

Nyeri tekan : ada/tidak

2) Muka

Keadaan : pucat/tidak

Cloasma gravidarum : ada/tidak

Odema : ada/tidak

Nyeri tekan : ada/tidak

3) Mata

Bentuk : simetris/tidak

Konjungtiva : Anemis/ An anemis

Sklera : Ikterik/ An ikterik

4) Hidung

Bentuk : dimetris/tidak

Kebersihan : bersih/tidak

Polip : ada/tidak

Nyeri tekan : ada/tidak

5) Telinga

Bentk : simetris/tidak

Pengeluaran : ada/tidak

Kebersihan : bersih/tidak

6) Mulut dan gigi

Warna bibir : pucat/tidak

Mukosa bibir : Lembab/kering

Stomatitis : ada/tidak

Caries gigi : ada/tidak

Gusi : bengkak/tidak

Kebersihan : bersih/tidak

7) Leher

Pembesaran kelenjar limfe : ada/tidak

Pembesaran kelenjar tiroid : ada/tidak

Pembesaran vena jugularis : ada/tidak

8) Payudara

Bentuk : simetris/tidak

Kebersihan :bersih/tidak

Puting : menonjol/tidak

Aerola : Hiperpigmentasi

Nyeri tekan : ada/tidak

Benjolan : ada/tidak

Pengeluaran : ada/tidak

9) Abdomen

a) Inspeksi

Pembesaran : sesuai usia kehamilan

Bekas operasi : ada/tidak

Stie gravidarum : ada/tidak

Linea : ada/idak

b) Palpasi

Leopold I : dilakukan untuk menentukan tinggi fundus uteri (TFU) dan bagian janin yang terletak di fundus uteri.

Leopold II : Menentukan Bagian apa yang teraba di kiri/kanan perut ibu

Leopold III : Menetukan bagian apa yang teraba pada bagian terbawah perut ibu dan bagian terendah, masih bisa/tidak bisa digoyangkan

Leopold IV : Divergen/Konvergen/Perlimaan 5/5-0/5

(dilakukan pada usia gestasi > 36 minggu)

c) TBJ (Tafsiran Berat Janin)

TBJ belum masuk PAP : (TFU-12) X 155

TBJ sudah masuk PAP : (TFU-11) X 155

1) Auskultasi

Puctum maksimum : 2 jari dibawah pusat

DJJ : (+/-)

Irama : teratur/tidak

Intensitas : kuar/lemah

Frekuensi : 120-160 x/menit

10) Ekstermitas

a) Atas kiri/kanan

Bentuk : simetris/tidak

Warna kuku : pucat/tidak

Kelainan : ada/tidak

Pergerakan : (+/-)

b) Bawah kiri/kanan

Bentuk : simetris\tidak

Varices : ada\tidak

Odema pretebia : ada\tidak

Pergerakan : (+\-)

Masalah : ada\tidak

III. INTERPRETASI DATA

1. Diagnosa

Ny... umur... tahun, G...P...A... umur kehamilan (UK) 28-40 minggu, intrauteri, janin tunggal hidup, keadaan jalan lahir normal, keadaan umum ibu dan janin baik, hamil trimester III fisiologis

Data subjektif:

a. Ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya
b. Ibu mengatakan ini kehamilan ke ... dan belum/pernah keguguran
c. Ibu mengatakan jarak kehamilannya lebih dari 2 tahun
d. Ibu mengatakan usia kehamilannya 7-9 bulan
e. Ibu mengatakan merasakan Gerakan janinnya
f. Ibu mengatakan HPHT nya tanggal ...
g. Ibu mengatakan keluhannya
    - Ibu mengeluhkan kaki nya bengkak
    - Ibu mengatakan susah tidur dimalam hari
    - Ibu mengatakan sering kencing pada malam hari
    - Ibu mengatakan keluar lendir putih pada vaginanya
    - Ibu mengatakan sulit BAB dan ibu BAB setiap 2 kali seminggu
    - Ibu mengeluhkan sering kram kaki
    - Ibu mengeluhkan nyeri pada punggung
    - Ibu mengatakan sering cemas dan takut dengan kehamilan serta pada saat ingin bersalin nanti

- Ibu mengeluhkan sering merasakan kesemutan dan mati rasa pada tangan nya
- Ibu mengatakan pusing, pandangan kabur berkunang kunang dan tubuh terasa melayang

Data objektif:

Keadaan umum : Baik/Lemah

Kesadaran : composmentis

TTV

TD : Sistole 100-130 mmhg

Diastole 60-90 mmhg

Nadi :80-90 x/menit

RR : 20-24x/menit

T : 36,5°C-37,5°C

BB sebelum hamil : ... Kg

BB sekarang : ... Kg

Leopold I : dilakukan untuk menentukan tinggi fundus uteri (TFU) dan bagian janin yang terletak di fundus uteri.

Leopold II : Menentukan Bagian apa yang teraba di kiri/kanan perut ibu

Leopold III : Menetukan bagian apa yang teraba pada bagian terbawah perut ibu.

Leopold IV : Divergen/Konvergen/Perlimaan 5/5-0/5

TBJ (Tafsiran Berat Janin)

TBJ belum masuk PAP : (TFU-12) X 155

TBJ sudah masuk PAP : (TFU-11) X 155

Puctum maksimum : 2 jari dibawah pusat

DJJ : (+ \ -)

Irama : Teratur\tidak

Intensitas : kuat/lemah

Frekuensi : 120-160 x/menit

2. Masalah

a. Keputihan

b. Nafas cepat

c. Sering BAK

d. Nyeri punggung

e. konstipasi

f. odem

g. Rasa Baal/carpal tunnel syndrom

h. Kram kaki

i. Insomnia

j. kecemasan

k. pingsan/sinkop

3. Kebutuhan

a. Informed consent

b. Informasikan hasil pemeriksaan

c. Penkes tentang kebutuhan nutrisi

d. Dukungan dan support mental

e. Penkes tentang personal hygiene

f. Penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur

g. Penkes tentang mobilisasi

h. Penkes tentang ketidaknyamanan ibu hamil trimester III

i. Beritahu tentang tanda bahaya trimester III

j. Penkes tentang persiapan persalinan

k. Manajemen maslah

IV. Masalah Potensial

Ada \ tidak ada

V. Tindakan Segera

Ada \ tidak ada

VI. Intervensi

No	Tujuan\ kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
Dx	Tujuan: Kehamilan ibu TM III berjalan norml tanpa ada penyulit Kriteria: 1. Keadaan umum baik 2. TTV dalam batas normal TD: Sistole 100-130 Diastole 60-90mmhg Nadi: 80-90 x/menit RR: 20-24 x\menit T: 36,5-37,5°C Djj: 120-160 x\menit BB: ... kg 3. TFU ibu normal 4. Kebutuhan nutrisi ibu terpenuhi 5. Ibu dapat menjaga kebersihan dirinya 6. Ibu mengetahui apa saja yang	1. Informed consent 2. Informasikan hasil pemeriksaan 3. Penkes tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil trimester III yaitu: - protein: daging susu kacang kacangan - asam folat: daging, kacang polong, ikan, telur, jamur - zat besi (Fe): 90 tablet selama kehamilan, dari makanan seperti	1. informed consent bertujuan untuk ibu & keluarga agar dapat mengetahui & menyetujui pemeriksaan yang akan dilakukan 2. menginformasikan hasil pemeriksaan kepada ibu bertujuan agar ibu dapat mengetahui keadaan dirinya beserta janinnya 3. penkes tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil TM III bertujuan untuk ibu dapat mengetahui makanan yang baik untuk dirinya dan janinnya. (Alamsyah & Dkk, 2023)

	dipersiapkan menjelang persalinan	daging, ikan, unggas, telr, buncis, brokoli - kalk: ubi jalar, kerang, sayuran berdaun hijau, susu (Alamsyah & Dkk, 2023) 4. memberitahu suami dan keluarga untuk memberikan dukungan, semangat dan perhatian untuk ibu hamil. (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020) 5. Penkes tentang personal hygiene pada ibu yaitu dengan mandi, cuci rambut, gosok gigi, menjaga kebersihan payudara, mengganti celana dalam minimal sehari dua kali sangat dianjurkan untuk ibu (Suryani, Setiawati, & Dkk, 2023) 6. Penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur pada ibu yaitu tidur malam ±8 jam dan tidur siang ±1 jam per hari (Gultom & Hutabarat, 2020) 7. Penkes tentang mobilisasi pada ibu yaitu: - Tidak mengangkat beban berat - Menghindari tidur terlentang - Pada saat dari berbaring dan ingin bangun, miringkan terlebih dahulu badan kesebelah kiri. (Suryani, Setiawati, & Dkk, 2023)	4. suami dan keluarga memberikan dukungan kepada ibu hamil bertujuan untuk ibu hamil akan merasa tenang dan nyaman dengan adanya dukungan dan perhatian dari orang-orang terdekat. (Walyani, Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan, 2020) 5. penkes personal hygiene pada ibu hamil bertujuan untuk mencegah kuman sebagai sumber terjadinya infeksi, sehingga ibu hamil dapat menjalani kehamilannya dengan nyaman. (Suryani, Setiawati, & Dkk, 2023) 6. penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur bertujuan untuk membuat tubuh ibu menjadi lebih relaks, bugar dan sehat. (Gultom & Hutabarat, 2020) 7. mobilisasi bertujuan untuk mengatasi keluhan ibu hamil seperti nyeri punggung (Suryani, Setiawati, & Dkk, 2023)

		8. Penkes tentang ketidaknyamanan ibu hamil TM III yaitu: - Keputihan - Nafas cepat - Sering BAK - Nyeri punggung - konstipasi - odem - Rasa Baal/Carpal turnel syndrom - Kram kaki - Insomnia - kecemasan - pingsan	8. penkes ketidaknyamanan ibu hamil TM III bertujuan untuk mengetahui keluhan yang biasanya dialami pada ibu hamil selama kehamilan TM III.
		9. penkes tentang tanda bahaya kehamilan TM III, yaitu: - Adanya perdarahan - Muntah yang berlebihan - Nyeri perut bagian bawah - Sakit kepala yang hebat - Mata rabun (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)	9. penkes tentang tanda bahaya TM III pada ibu hamil bertujuan untuk mengetahui tanda bahaya pada ibu dan janin, dan jika mengalaminya segera menghubungi tenaga kesehatan. (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024)
		10. Penkes tentang persiapan persalinan - Mengetahui tanggal perkiraan persalinan. - Suami & keluarga mendampingi ibu saat bersalin. - biaya persalinan. - Persiapan kendaraan - Memilih penolong persalinan - Menyiapkan orang yang bersedia menjadi donor darah - rencana pembuatan keputusan jika terjadi kegawatdaruratan. (pratiwi, Astuti, & Dkk, 2024)	10.Persiapan persalinan bertujuan untuk menyiapkan seluruh kebutuhan selama kehamilan maupun proses persalinan (pratiwi, Astuti, & Dkk, 2024),
		11. Manajemen masalah adalah menganalisis dan menyelesaikan akar dari pernyebab permasalahan	11 manajemen masalah bertujuan untuk mengatasi dan mecegah terjadinya masalah yang

		(masalah/keluhan) yang dialami oleh ibu hamil.	dialami oleh ibu hamil.
M1	Tujuan: Keputihan pada ibu dapat teratasi Kriteria: a. Keadaan umum ibu baik b. Keputihan dalam batas normal c. Tidak terjad infeksi pada keputihan seperti gatal dan bau	1. Jelaskan penyebab dari keputihan kepada ibu yaitu disebab kan karena peningkatan kadar estrogen dan aliran darah ke vagina, sehingga terjadi peningkatan produksi dari lendir seviks dan perubahan keseimbangan pH pada lapisan vagina (Wulandari, Nilawati, & Elly, 2022) 2. Anjurkan ibu untuk mengganti pakaian dalam setiap sesudah BAK dan BAB atau setiap Vagina terasa Lembab. (Wulandari, Nilawati, & Elly, 2022) 3. Anjurkan ibu untuk menggunakan terapi cebok dengan rebusan daun sirih hijau. Cara penggunaan daun sirih untuk cebok yaitu dengan mengambil 7 lembar daun sirih yang direbus menggunakan air bersih 1500 cc sampai mendidih, setelah itu air rebusan didinginkan dan digunakan untuk cebok 2 kali sehari (mandi pagi dan sore) selama 14 hari (Wulandari, Nilawati, & Elly, 2022)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu keputihan agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Wulandari, Nilawati, & Elly, 2022) 2. mengganti pakaian dalam setiap sesudah BAB dan BAK dapat mencegah tumbuhnya kuman serta jamur yang menjadi penyebab dari keputihan. (Wulandari, Nilawati, & Elly, 2022) 3. Daun sirih hijau mengandung Kandungan minyak atsiri dalam daun sirih hijau mengandung hidroksivanicol, kavicol, kavibetol, allypyrokatekol, karvakrol, eugenol, eugenol methyl ether, p-cymene, cineole, caryophyllene, cadinene, estragol, terpenena, sesquiterpena, fenil, propane, tannin, diastase, gula, pati yang memiliki daya mematikan kuman, antioksidasidan fungisida, anti jamur (Wulandari, Nilawati, & Elly, 2022)

M2	Tujuan: Nafas cepat/sesak nafas pada ibu teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum baik 2. Nafas cepat/sesak nafas pada ibu dapat berkurang	1. Menjelaskan pada ibu penyebab nafas cepat/sesak nafas karena pertumbuhan janin yang semakin membesar, sehingga menyebabkan rahim mendorong diagfragma keatas serta bentuk dan ukuran rongga dada menjadi berubah, sehingga kapasitas paru terhadap udara. (Darmapatni, 2023) 2. Deep breathing exercise telah terbukti berhasil dalam mengurangi sesak napas pada ibu hamil. Dilakukan dengan cara melakukan inspirasi secara dalam melewati hidung dengan demikin akan membuat gerakan kebawah dari diafragma dan ekspansi pada perut ke luar disertakan dengan pernapasan yang pelan melewati mulut. (Laia & Hafefa, 2022) 3. Anjurkan ibu untuk *prenatal yoga* dengan *formulasi creating space* dengan durasi kurang lebih 15 menit perkali latihan dilakukan sebanyak 3-6 kali latihan. (Darmapatni, Somoyani, & Suindri, 2023)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu nafas cepat/sesak nafas agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Darmapatni, 2023) 2. Deep breathing exercise dapat membantu dalam menurunkan laju pernapasan dan mengoptimalkan pertukaran gas darah (Laia & Hafefa, 2022) 3.Latihan pernapasan dalam prenatal yoga, dapat meringankan banyak ketidaknyamanan wanita hamil. Prenatal yoga sangat menekankan latihan nafas untuk membantu wanita mengembangkan dan mempersiapkan persalinan. (Darmapatni, Somoyani, & Suindri, 2023)
M3	Tujuan: Frekuensi ibu yang sering BAK dapat teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik	1. Jelaskan pada ibu penyebab sering BAK karena penurunan kepala janin ke PAP (pintu atas panggul). (Ziya & Damayanti, 2021)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu sering BAK agar ibu dapat mengetahui hal yang

	2. Warna urine kuning jernih 3. Bau urine khas amoniak 4. Ibu dapat mengetahui penyebab sering BAK 5. Keluhan sering BAK pada ibu berkurang	2. Anjurkan ibu untuk senam kegel yaitu dengan cara : - Posisi berdiri tegak - Fokuskan konsentrasi pada kontraksi otot daerah vagina, uretra dan rectum. - Kontraksikan ODP seperti saat menahan defekasi atau berkemih. - Rasakan kontraksi ODP, pastikan kontraksi sudah benar tanpa adanya kontraksi otot abdominal, contohnya jangan menahan napas. Control kontraksi otot abdominal dengan meletakkan tangan pada perut. - Pertahankan kontraksi sesuai kemampuan kurang lebih sepuluh detik. - Rileks dan rasakan ODP dalam keadaan rileks. - Kontraksikan ODP kembali, pastikan kontraksi otot sudah benar. - Rileks dan coba rasakan otot-otot berkontraksi dan rileks. - Sesekali percepat kontraksi, pastikan tidak ada kontraksi otot lain. - Lakukan kontraksi yang cepat beberapa kali. Pada tahap awal, lakukan tiga kali pengulangan karena otot yang lemah mudah lelah.	dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Ziya & Damayanti, 2021) 2. Terapi senam kegel merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dapat menguatkan otot panggul, membantu mengendalikan keluarnya urin saat berhubungan intim, mencegah mengompol kecil yang timbul karena batuk atau tertawa dan melancarkan proses kelahiran tanpa harus merobek jalan lahir. (Ziya & Damayanti, 2021)

		- Target latihan ini adalah sepuluh kali kontraksi lambat dan sepuluh kali kontraksi cepat. Tiap kontraksi dipertahankan selama sepuluh hitungan. Lakukan enam hingga delapan kali selama sehari atau setiap saat. (Ziya & Damayanti, 2021)	
M4	Tujuan: Nyeri punggung pada ibu dapat teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik 2. Sakit punggung ibu berkurang 3. Skala nyeri punggung ibu berkurang 0 = tidak nyeri 4-6 = nyeri ringan 4-6 = nyeri sedang 7-10 = nyeri berat	1. Jelaskan penyebab nyeri punggung pada ibu yaitu semakin bertambahnya ukuran rahim pusat gravitasi tubuh semakin maju kedepan maka dari itu akan ada rasa ketidakseimbangan otot diarea panggul dan punggung bagian bawah. (Hanifah, Nurdianti, & Kurniwati, 2022) 2. Anjurkan ibu untuk melakukan gerakan prenatal yoga (Cat and Cow) 3 kali seminggu selama 1 minggu (Atmaja, 2024) 3. Upaya lain adalah dengan kompres air hangat dengan suhu 37-40°c kemudian gunakan handuk yang dicelupkan pada air tersebut lalu peras dan tempelkan pada punggung ibu hamil selama 15 menit dilakukan sekali selama 3 hari. (Hanifah, Nurdianti, & Kurniwati, 2022)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu Nyeri punggung agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Hanifah, Nurdianti, & Kurniwati, 2022) 2. Gerakan cat and cow dapat membantu melenturkan tulang belakang dan meningkatkan fleksibilitas otot punggung, sehingga dapat mengurangi nyeri punggung. (Alvita, Budiasri, & Saefira, 2022) 3. Terapi kompres air hangat dapat menimbulkan efek seperti mencegah terjadinya spasme otot atau memberikan rasa nyaman dan memberikan rasa nyaman. (Hanifah, Nurdianti, & Kurniwati, 2022)

M5	Tujuan: Konstipasi pada ibu dapat teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik 2. Ibu dapat BAB dengan normal seperti biasanya 3. Konsistensi feses lunak 4. Ibu BAB dengan tuntas	1. Jelaskan penyebab dari konstipasi pada ibu yaitu terjadi perubahan hormonal yang drastis yakni peningkatan progesteron selama kehamilan (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024) 2. Anjurkan ibu minum setidaknya 6-8 gelas air setiap hari, makan banyak sayuran dan buah-buahan yang kaya serat, melakukan latihan kehamilan, dan berjalan-jalan pagi secara teratur 3. Anjurkan ibu untuk konsumsi yogurt 2 kali dalam sehari sebanyak 142 ml selama 5 hari. (Evayanti & Ediono, 2024)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu konstipasi agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Yulivantina, Sari, & dkk., 2024) 2. Kandungan serat pada makanan berperan sangat baik untuk pencernaan karena dapat meningkatkan kepadatan feses,meningkatkan pergerakan usus dan meningkatkan volume feses serta melunakkan konsistensi feses 3. yogurt mengandung biakan bakteri hidup, yang disebut probiotik, yang dapat membuat pencernaan menjadi tetap sehat. (adelia, 2022)
M6	Tujuan: Odema pada ibu teratasi Kriteria: 1. keadaan umum ibu baik 2. TTV dalam batas normal TD: 100/70-120/80 mmHg Nadi: 60-100 x/menit T: 36,5-37,5°C DJJ: 120-160 x/menit 3. Odema ibu berkurang: a. Derajat I: kedalamannya 1-3 mm dengan waktu kembali 3 detik	1. Jelaskan pada ibu penyebab dari odema terjadi akibat dari penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena dan tarikkan gravitasi menyebabkan retensi cairan semakin besar. (Prianti, 2022) 2. Anjurkan ibu untuk rendam air hangat, dilakukan dengan perendaman kaki dengan air hangat menggunakan baskom dengan batas 10-15 cm diatas mata kaki dengan suhu air 40,5-	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu odema agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Prianti, 2022) 2. Terapi rendam air hangat ini sangat berpengaruh terhadap penurunan edema pada ibu hamil karena dengan melakukan rendam air hangat dapat memperlancar aliran darah vena.

	b. Derajat II: kedalamannya 3-5 mm dengan waktu kembali 5 detik c. Derajat III: kedalamannya 3-5 mm dengan waktu kembali 7 detik d. Derajat IV: kedalamannya 7 mm atau lebih dengan waktu kembali 7 detik	43°C selama 30 menit yang dilakukan selama 5 hari berturut turut, dilakukan pada sore hari. (Lisnawati, Nurdianti, & Septiani, 2023)	(Lisnawati, Nurdianti, & Septiani, 2023)
M7	Tujuan: *Carpal tunnel syndrom* pada ibu teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik 2. Carpal tunnel syndrom pada ibu berkurang	1. Jelaskan penyebab *carpal tunnel syndrom* pada ibu hamil dapat terjadi karena terjepitnya saraf medianus disepanjang lorong karpal. (Joshi, Patel, & Dkk, 2022) 2. Menganjurkan ibu untuk latihan *strengthning* menggunakan bola caranya meremas bola sela 1 detik, dan kemudian membuka jari mereka pada bola selama 1 detik lalu ulangi latihan ini selama 30 detik hingga 1 menit/hari (Qomaria, Filmasaro, & Dkk, 2023)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu *carpal Tunnel syndrom* agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Joshi, Patel, & Dkk, 2022) 2. latihan strengthning menggunakan bola bermanfaaat untuk meningkatkan keseimbangan, kekuatan dan aliran darah ketangan, pergelangan tangan dan siku (Qomaria, Filmasaro, & Dkk, 2023)
M8	Tujuan: Kram kaki pada ibu dapat teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik 2. Ibu dapat beraktivitas normal 3. Kram pada kaki pada ibu hamil berkurang Skala nyeri kram kaki ibu berkurang	1. Jelaskan penyebab kram kaki pada ibu hamil dapat terjadi karena berkaitan dengan perubahan keseimbangan elektrolityang menyebabkan perubahan terus menerus dalam darah dan cairan tubuh pada ibu hamil. (Hutagaol, Karmila, Lestari, Mujianti, Harry, & Situmorang, 2022)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu kram kaki agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Hutagaol, Karmila, Lestari, Mujianti, Harry, & Situmorang, 2022)

		2. Anjurkan ibu untuk merendam kaki nya di air hangat, caranya dengan merendam kaki hingga batas 10 cm sampai 15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat (40,5-43°C) dilakukan selama 20 menit sampai 30 menit selama 5 hari. (Hutagaol, Karmila, Lestari, Mujianti, Harry, & Situmorang, 2022)	2. Terapi rendam air hangat dapat menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah, sehingga sirkulasi darah menjadi lancar dan meningkatkan sirkulasi darah kembali ke jantung sehingga tidak terjadi edema kaki yang dapat menyebabkan nyeri kram pada kaki ibu hamil.. (Hutagaol, Karmila, Lestari, Mujianti, Harry, & Situmorang, 2022)
M9	Tujuan: Insomnia pada ibu dapat teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik 2. Kualitas tidur ibu baik 3. Ibu dapat tidur dengan normal 4. Kebutuhan istirahat ibu cukup yaitu pada malam hari 7-8 jam, dan pada siang 1-2 jam	1. Menjelaskan penyebab sulit tidur pada ibu terjadi karena rasa kekhawatiran terkait proses persalinan, posisi tidur yang tidak nyaman, gerakan janin dimalam hari, dan berbagai gangguan kenyamanan mulai sering mengganggu kualitas dan kuantitas waktu tidur. (Muningsih & Fitriani, 2024) 2. Penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur pada ibu yaitu tidur malam ±8 jam dan tidur siang ±1 jam per hari (Gultom & Hutabarat, 2020) 3. anjurkan ibu untuk menggunakan aromaterapi lavender, cara penggunaaan aromaterapi lavender yaitu 15-20 tetes minyak esensial lavender dimasukkan ke dalam botol refill ditambah 50 ml air steril dan semprot otomatis diatur setiap	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu insomnia kaki agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Muningsih & Fitriani, 2024) 2. penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur dapat membuat tubuh ibu menjadi lebih relaks, bugar dan sehat. (Gultom & Hutabarat, 2020) 3. Aromaterapi lavender megandung lonalol yang memiliki efek sedative atau menenangkan, sehingga menstimulasi reseptor silia saraf olfactorius yang berada di epitel olfactory untuk meneruskan aroma menenangkan tersebut

		10 menit, aromaterapi diberikan selama 7 hari (Muningsih & Fitriani, 2024)	ke bulbusoolfactorius melalui olfactorius. (Muningsih & Fitriani, 2024)
M10	Tujuan: Kecemasan pada ibu teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik 2. Ibu menjadi lebih tenang dan kecemasan berkurang 3. Ibu mengetahui teknik nafas dalam	1. Menjelaskan penyebab terjadinya kecemasan pada ibu disebabkan karena gangguan neurotransmitter, perubahan endokrin dan faktor psikososial (Lestari, 2022) 2. Anjurkan ibu untuk melakukan teknik relaksasi pernafasan yang dilakukan 2 kali sehari disaat pagi maupun menjelang tidur malam, lamanya sekitar 10-15 menit. (Nugrahani, Sukmawati, Kosmah, & Aksari, 2024) 3. Anjurkan ibu untuk melakukan prenatal yoga sebanyak 1 kali setiap minggu selama 4 minggu (Riza Amalia, 2020)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu kecemasan agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Lestari, 2022) 2. Relaksasi nafas dalam dapat mengurangi ketegangan otot, jasa jenuh dan kecemasan. (Nugrahani, Sukmawati, Kosmah, & Aksari, 2024) 3. Prenatal yoga dapat membantu mengurangi stres yang berhubungan dengan kelahiran bayi, mempersiapkan ibu secara fisik dan mental, membantu memperkuat tubuh ibu hamil dan meningkatkan fleksibilitas. (Riza Amalia, 2020)
M11	Tujuan: Pingsan/sinkop pada ibu teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik 2. Pingsan/sinkop pada ibu teratasi 3. Penkes Istirahat tidur	1. Jelaskan pada ibu penyebab pingsan / sinkop pada ibu yaitu peningkatan volume darah, penurunan resistensi vaskular, dan fluktuasi hormonal (Javier, Singh, & Dkk, 2024)	1. Memberikan penkes tentang ketidak nyamanan pada ibu hamil yang salah satunya yaitu pingsan/sinkop agar ibu dapat mengetahui hal yang dialaminya normal terjadi dalam masa kehamilan (Javier, Singh, & Dkk, 2024)

	4. Penkes kebutuhan nutrisi	2. Penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur pada ibu yaitu tidur malam ±8 jam dan tidur siang ±1 jam per hari (Gultom & Hutabarat, 2020) 3. Penkes tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil trimester III yaitu: - protein: daging susu kacang kacangan - asam folat: daging, kacang polong, ikan, telur, jamur - zat besi (Fe): 90 tablet selama kehamilan, dari makanan seperti daging, ikan, unggas, telr, buncis, brokoli - kalk: ubi jalar, kerang, sayuran berdaun hijau, susu (Alamsyah & Dkk, 2023)	2. penkes tentang pola aktivitas dan istirahat tidur dapat membuat tubuh ibu menjadi lebih relaks, bugar dan sehat. (Gultom & Hutabarat, 2020) 3. penkes tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil TM III bertujuan untuk ibu dapat mengetahui makanan yang baik untuk dirinya dan janinnya. (Alamsyah & Dkk, 2023)

VI.Implementasi

Implementasi sesuai dengan intervensi

VII.Evaluasi

Evaluasi sesuai dengan implementasi

ASUHAN KEBIDANAN PERSALINAN FISIOLOGIS PADA

NY "..." G... P...A... INPARTU KALA I FASE AKTIF

Hari/tanggal pengkajian : Untuk mengetahui hari dan tanggal pengkajian

Jam pengkajian : Untuk mengetahui waktu pengkajian

Tempat pengkajian : Untuk mengetahui tempat pengkajian

Pengkaji : Untuk mengetahui siapa pengkaji

I. PENGKAJIAN

a. Data Subjektif

1) Biodata pasien

Biodata ibu

Nama Istri : Diisi berdasarkan pada kartu Identitas

Umur : Dihitung dari tanggal lahir sampai saat wawancara dituliskan dalam tahun

Suku : Diisi berdasarkan suku daerah

Agama : Diisi berdasarkan kepercayaaan yang di anut

Pendidikan : Diisi berdasarkan tingkat pendidikan terakhir

Pekerjaan : Diisi berdasarkan jenis pekerjaan

Alamat : Diisi berdasarkan alamat tempat tinggal

Biodata suami

Nama : Diisi berdasarkan pada kartu Identitas

Umur : Dihitung dari tanggal lahir sampai saat wawancara

dituliskan dalam tahun

Suku : Diisi berdasarkan suku daerah

Agama : Diisiberdasarkan kepercayaaan yang di anut

Pendidikan : Diisi berdasarkan tingkat pendidikan terakhir

Pekerjaan : Diisi berdasarkan jenis pekerjaan

Alamat : Diisi berdasarkan alamat tempat tinggal

2) Keluhan utama

Ibu mengatakan sudah merasa mules-mules dari perut bagian bawah kepinggang sejak jam … dan ada pengeluaran cairan lendir bercampur darah, ibu merasa cemas dan gelisah dengan kondisinya tersebut

3) Riwayat Kesehatan

a) Riwayat Penyakit Sekarang

Ibu mengatakan tidak sedang menderita penyakit ginekologi (kista, hamil anggur, tumor rahim), penyakit sistematik (jantung, hipertensi, diabetes militus, TBC, ginjal), penyakit menular dan lain-lain

b) Riwayat Penyakit Terdahulu

Ibu mengatakan tidak pernah menderita penyakit ginekologi (kista, hamil anggur, tumor rahim), penyakit sistematik (jantung, hipertensi, diabetes militus, TBC, ginjal), penyakit menular dan lain-lain.

c) Riwayat Penyakit Keluarga

Ibu mengatakan dalam keluarga tidak ada yang menderita penyakit ginekologi (kista, hamil anggur, tumor rahim), penyakit sistematik (jantung, hipertensi, diabetes mellitus, TBC, ginjal), penyakit menular

dan lain-lain.

4) Riwayat Pernikahan

Pernikahan ke : 1/2/3…..

Lama pernikahan : …..tahun

Status pernikahan : Sah/ Tidak

5) Riwayat Obstetri

a) Riwayat Haid

1) Menarchce : 12-15 tahun

2) Siklus : 28-31 hari

3) Lamanya : 5-7 hari

4) Masalah : Ada / Tidak ada

b) Riwayat kehamilan, persalian dan nifas yang lalu

No	Hamil			Persalinan				BBL			Nifas	
	Ke	ANC	UK	Tahun	Tempat	Jenis	Penolong	JK	BB	PB	Laktasi	Masalah
1.	1/2/3..	…	37-42 mg	.....	PMB/RS/Klinik	Spontan/SC	Bidan/dokter	L/P	2,5-4 kg	48-53 cm	Ya/tidak	Ada/tidak

c) Riwayat Kehamilan Sekarang

HPHT : Diisi sesuai hari pertama haid terakhir Pasien

Tafsiaran partus : Diisi untuk menentukan perkiraan kelahiran bayi (HPHT + 7 hari – 3 bulan + 1 tahun)

Usia kehamilan : Diisi sesuai umur kehamilan sesuai (HPHT)

Screening TT : Diisi untuk menentukan kebutuhan TT ibu (T1,T2,T3.T4,T5)

Berat badan sebelum hamil : ….Kg

Tabel
Penambahan Berat Badan Ibu Hamil Berdasarkan IMT

IMT SebelumHamil	PertambahanTotal
Kurus (<18.5 kg/m^2)	12.5 – 18 Kg
Normal (18.5-24.9 kg/m^2)	11.6 – 16 Kg
Gemuk (25.0-29.9 kg/m^2	7-11.5 kg
Obesitas (>30.0kg/m^2)	5 – 9 Kg

Sumber: Buku Gizi Ibu Hamil (Fitria., 2024)

1) Trimester 1

Keluhan : Diisi sesuai keluhan pada trimester I

ANC : Standar pemeriksaan pada TM 1 kali : 1 kali bidan + 1 kali dokter

Frekuensi :Diisi sesuai dengan berapa kali ibu melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 2 kali

FE/ asam folat : … Butir

Kalk : … Butir

Tempat : Diisi sesuai dengan tempat dimana ibu melakukan pemeriksaan kehamilan

USG : Diisi sesuai dengan Hasil Ultransonograf

Pemeriksaan penunjang

Plano test : (+)

HB :...gr%

HIV/AIDS : (+)/ (-)

Sifilis : (+)/ (-)

Hepatitis B : (+)/(-)

USG : Diisi berdasarkan hasil USG

2) Trimester II

Keluhan : Diisi sesuai keluhan pada trimester II

FE : … Butir

Kalk : … Butir

ANC : Standar pemeriksaan pada TM 1

Kali :1 kali bidan

Frekuensi :Diisi sesuai dengan berapa kali ibu melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 1 kali

Kenaikan BB : …Kg

Pemeriksaan penunjang :

Hb (bila di perlukan)

USG (bila di perlukan)

Glukosa Urine (bila di perlukan)

Protein Urine (bila di perlukan)

3) Trimester III

Keluhan : Diisi sesuai keluhan pada trimester III

ANC : Standar pemeriksaan pada TM 3

kali : 2 kali bidan + 1 kali dokter)

Frekuensi :Diisi sesuai dengan berapa kali ibu melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 3 kali

Obat di konsumsi : Fe, Vit C, Kalk, Asam Folat

Kenaikan BB : … Kg

Tempat : Diisi sesuai dengan tempat dimana ibu melakukan pemeriksaan kehamilan

Pemeriksaan penunjang

USG : Diisi sesuai dengan Hasil Ultransonograf

Hb :...gr%

Protein Urine (bila diperlukan)

Glukosa Urine (bila diperlukan)

6) Riwayat KB

Jenis kontrasepsi :Hormonal(PilKB/Suntik/Implant)

Non Hormonal (IUD) / tidak pernah

Lama penggunaan : Bulan/Tahun

Masalah : Ada/Tidak

7) Pola Kebiasaan sehari hari

a) Nutrisi

Dalam 24 jam persalinan:

Informasi yang diambil tentang nutrisi ibu dalam 24 jam terakhir

Makan

Frekuwensi :2-3 kali/ hari

Jenis :Makan, jenis makanan sayur/lauk pauk

Masalah : Ada/tidak

Minum

Frekuwensi :7-8 gelas/ hari

Jumlah : (normalnya 2-3 liter/hari)

Jenis : Air putih, jus, susu

Masalah : Ada/tidak

b) Eliminasi

Informsai tentang eleminasi ibu dalam 24 jam terakhir:

Frekuensi BAB 1 kali, konsistensi lunak/keras, warna kuning

Frkuensi BAK 4-5 kali, warna jernih/tidak, ada/tidak ada keluhan.

c) Istirahat

Informasi istirahat ibu dalam Dalam 24 jam terakhir:

Tidur malam

Lamanya : Normalnya 7-8 jam

Masalah : Ada/tidak

Tidur siang

Lamanya : ± 1jam

Masalah : Ada/tidak

d) Pola hubungan seksual

Informasi hubungan seksual ibu Dalam 24 jam terakhir

e) Personal hygiene

Informasi pola personal hygine ibu Dalam 24 jam terakhir

Normalnya mandi 2 kali/hari, keramas 1x/hari dan sikat gigi teratur 2 kali/ hari, mengganti pakaian 2kali/ hari, membersihkan dan mengeringkan daerah genetalia setiap kali selesai BAK dan BAB .

8) Keadaan psikososial dan spiritual

Informasi keadaan psikologi dan spiritual ibu

Hubungan suami istri : baik/ tidak baik

Hubungan ibu dengan keluarga : baik/ tidak baik

Keyakinan terhadap agama : Taat/ tidak taat

Penerimaan terhadap kehamil :Diinginkan/tidak diinginkan

Kecemasan terhadap persalinan : Cemas / tidak

b. Data objektif

1) Pemeriksaan Umum

Keadaan Umum : Baik / lemah

Kesadaran : *Composmentis*

a) Tanda-tanda Vital (TTV)

Tekanan darah

Sistolik :100-130 mmHg

Diastolik : 60-90 mmHg

Nadi : 60-100 x/menit

Pernapasan : 16-24 x/menit

Suhu : 36,5-37,5ºC

b) Pemeriksaan panggul (dilakuan pada primigravida dan ibu yang belum pernah melahirkan bayi dengan BB >2500gr)

Distansia spinarum : 24-26 cm

Distansia cristarum : 28-30 cm

Conjungata eksterna : 18-20 cm

Lingkar panggul : 80-90 cm

2) Pemeriksaan fisik

a) Kepala

Bentuk : Simetris/tidak

Keadaan : Bersih/tidak

Warna rambut : Hitam/kekuningan/….

Distribusi rambut : Merata/tidak

Kerontokan : Ada/tidak

Benjolan : Ada/tidak

Nyeri tekan : Ada/tidak

b) Muka

Keadaan : Pucat/tidak

Cloasma gravidarum : Ada/tidak

Oedema : Ada/tidak

Bentuk :Simetris / tidak simetris

Nyeri tekan : Ada/tidak

c) Mata

Bentuk : Simetris/tidak

Kebersihan : Bersih/tidak

Konjungtiva : Anemis/an-anemis

Sclera : Ikterik/an-ikterik

Kelainan : Ada/tidak

d) Hidung

Bentuk : Simetris/tidak

Kebersihan : Bersih/tidak

Pengeluaran : Ada/tidak

Polip : Ada/tidak

e) Telinga

Bentuk : Simetris/tidak

Kebersihan : Bersih/tidak

Serumen : Ada/tidak

Pengeluaran : Ada/tidak

f) Mulut dan gigi

Mukosa : Lembab/kering

Bibir : Dehidrasi/tidak

Lidah : Bersih/tidak

Gigi : Lengkap/tidak

Karies : Ada/tidak

Stomatitis : Ada/tidak

Kelainan : Ada/tidak

g) Leher

Pembengkakkan kelenjar tyroid : Ada/tidak

Pembengkakkan kelenjar lymfe : Ada/tidak

Pembesaran vena jugularis : Ada/tidak

h) Dada

Bentuk : Simetris/tidak

Kebersihan : Bersih/tidak

Retraksi dinding dada : Ada/tidak

Nyeri tekan : Ada/tidak

Kelainan :Ada/tidak(wheezing, ronchi)

i) Payudara

Bentuk : Simetris/tidak

Areola mamae :Hiperpigmentasi/tidak

Papilla mamae : Menonjol/tidak

Benjolan : Ada/tidak

Nyeri tekan : Ada/tidak

Pengeluaran : Ada/tidak

j) Abdomen

1) Inspeksi

Pembesaran : sesuai / tidak sesuai UK

Bekas operasi : Ada/tidak

Striae gravida : Ada/tidak

Linea nigra : Ada/tidak

2) Palpasi

Leopold I : Pemeriksaan dilakukan untuk menentukan tinggi fundus uteri (TFU) berdsarkan leopld dan Mc donald dan bagian apa dari janin yang teraba di bagian bawah perut ibu. (Rahyani., 2020)

Tabel .
Tinggi Fundus Uteri

Usia kehamilan	Timggi Fundus Uteri leopold	Mc Donald (cm)
12 Minggu	1-2 jari di atas simpisis	-
16 Minggu	Pertengahan simpisis-pusat	-
22 - 27 Minggu	Setinggi umbilikus	UK dalam minggu = cm (±2cm)
28 minggu	Pertengahan pusat – PX	28cm (± 2cm)
29 - 35 minggu	3 jari di bawah PX	UK dalam minggu = cm (±2 cm
36 - 40 minggu	Pada PX atau pertengahan pusat - PX	36 cm (± 2 cm)

Sumber:Buku ajar asuhan kebidanan pada kehamilan, (Afni, 2024)

Leopold II : Pemeriksaan di lakukan untuk mengetahui bagian janin yang terdapat pada samping kiri-kanan perut ibu, apakah bagian punggung atau bagian terkecil dari janin. (Rahyani., 2020)

Leopold III : Pemeriksaan di lakukan untuk mengetahui bagian terendah janin di rahim ibu dan apakah bagian terendah sudah masuk pintu atas panggul (PAP) atau belum. (Rahyani., 2020)

Leopold IV : dilakukan bila kepala telah masuk PAP dan

pemeriksaan di lakukan untuk memastikan seberapa jauh bagian tendah janin sudah masuk PAP (Rahyani., 2020)

3) Auskultasi

Dilakukan untuk memantau keadaan janin

Punctum max : 1-2 jari dibawah pusat/kiri

DJJ : (+)/ (-)

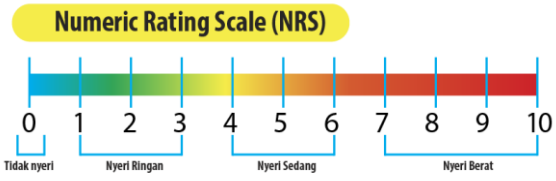
Irama : Teratur/tidak

Frekuensi : 120-160 kali/menit

Intensits : Kuat/lemah

4) Kontraksi/His (dalam 10 menit)

Skala nyeri :Pengukuran skala nyeri di lakukan untuk menentukan tingkat atau derajat nyeri yang dirasakan pasien dan dapat dilakukan dengan metode penilaian Nyeri NRS(Numeric Rating Scale).



Keterangan : 0 (tidak nyeri), 1-3 (nyeri ringan), 4-5 (nyeri sedang), 7-10 (nyeri berat) ,

Frekuensi (W & Jacqueline., 2022) : normalnya 3-4 kali

Lamanya : 10 menit/20-40 detik/>40

detik

Teratur : Ya/tidak

5) Tafisran Berat Janin (TBJ)

TBJ belum masuk PAP : (TFU - 12) × 155

TBJ masuk PAP : (TFU - 11) × 155

k) Genetalia

Kebersihan : Baik/cukup

Pengluaran : Lendir bercampur darah

Pemeriksaan dalam

Panggul atas :Apakah promontorium teraba/ apakah linea inominta teraba lebih darti setengah, kesan panggul atas (gynecoid/platipoid)

Bidang luas panggul :Sacrum melengkung atau tidak, kogsisgis bisa sedikit digerakkan/tidak,

Bidang bawah panggul :Cogsigis bisa sedikit digerakkana atau tidak, sudut arcus pubis normal > 90*/tidak,

Porsio : Lunak/tipis/kaku/tebal

Pembukaan : fase laten 1-3 cm, fase aktif 4-10 cm

Presentasi : kepala

Ketuban : Utuh/Tidak

Penunjuk : UUK/UUB

Penurunan : Hodge I-IV

Moulage : 0/1/2/3

Kesan panggul : Luas/ Sempit

l) Ekstremitas

a) Atas kiri/ kanan

Bentuk : Simetrisi/tidak

Kebersihan : Bersih/tidak

Warna kuku : Merah muda/pucat/kebiruan

Oedema : Ada/tidak

Tonus otot : kuat/lemah

Kelainan : Ada/tidak

b) Bawah kiri/ kanan

Bentuk : Simetris/tidak

Kebersihan : Bersih/tidak

Warna kuku : Merah muda/pucat/kebiruan

Oedema : Ada/tidak

Tonus otot : kuat/lemah

Kelainan : Ada/tidak

Varises : Ada/tidak

Reflex patella : (+)/ (-)

II. INTERPRETASI DATA

a. Diagnosa

Ny … umur … tahun G … P … A … umur kehamilan (UK)37-42 minggu, janin tunggal hidup, intrauteri, presentasi kepala, keadaan jalan lahir baik, KU janin dan ibu baik, inpartu kala 1 fase aktif.

Data Dasar:

1) Data subjektif
   a) Ibu mengatakan ini kehamilan ke … dan tidak pernah keguguran
   b) Ibu mengatakan usia kehamilannya 9 bulan
   c) Ibu mengatakan masi merasakan gerakan janin
   d) Ibu mengatakan merasa kenceng-kenceng dari perut bagian bawah hingga menjalar ke pinggang
   e) Ibu mengatakan sudah keluan lendir bercampur darah, sejak pukul…wib
   f) Ibu mengatakan belum keluar air-air dari jalan lahir
2) Data objektif
   a) KU : Baik/ lemah
   b) Kesadaran : Composmentis
   c) Tanda-tanda vital

      Tekanan darah

         Sistolik : 100-130 mmHg

         Diastolik : 60-90 mmHg

      Nadi : 60-100 x/menit

      Pernapasan : 16-24 x/menit

      Suhu : 36,5-37,5ºC
3) Palpasi

   Leopold I : Pemeriksaan dilakukan untuk menentukantinggi fundus uteri (TFU) berdsarkan leopld dan Mc donald

dan bagian apa dari janin yang teraba dibagian atas perut ibu. (Rahyani., 2020)

Leopold II :Pemeriksaan di lakukan untuk mengetahui bagian janin yang terdapat pada samping kiri-kanan perut ibu, apakah bagian punggung atau bagian terkecil dari janin. (Rahyani., 2020)

Leopold III : Pemeriksaan di lakukan untuk mengetahui bagian terendah janin di rahim ibu dan apakah bagian terendah sudah masuk pintu atas panggul (PAP) atau belum. (Rahyani., 2020)

Leopold IV : dilakukan bila kepala telah masuk PAP dan pemeriksaan di lakukan untuk memastikan seberapa jauh bagian tendah janin sudah masuk PAP (Rahyani., 2020).

4) Auskultasi

Punctum maksimum : 2 jari dibawah pusat sebelah kanan/kiri ibu

DJJ : +/-

Frekuensi : 120-160 x/ menit

Irama : teratur/ tidak

Kekuatan : kuat/ tidak

5) Kontraksi

Lamanya : <20 detik / >20 detik, atau >40 detik

Frekuensi : 3-4 kali /10 menit

Irama : teratur/ tidak teratur

Tafsiran Berat Janin (TBJ)

TBJ sudah masuk PAP : (TFU-11) X 155

6) Genetalia

Kebersihan : Baik/ Tidak

Varices :Ada/tidak

Pengeluaran :Ada/Tidak

Masalah :Ada/Tidak

Pemeriksaan Dalam

Pembukaan : 4-10 cm

Presentasi : Kepala

Ketuban : (-/+)

Pengluaran : Lendir bercampur darah

Penunjuk : UUK/UUB

Penurunan :Hodge II-IV

Kesan panggul : Luas/ Sempit

Kesesuaian janin dengan panggul : Sesuai/ Tidak sesuai

b. Masalah

a. Kecemasan

b. Nyeri kontraksi

c. Kelelahan

c. Kebutuhan

a. Informed consent

b. Informasikan hasil pemeriksaan

c. Pemenuhan kebutuhan nutrisi

d. Pemenuhan kebutuhan cairan

e. Pemenuhan kebutuhan personal hygiene

f. Pemenuhan kebutuhan istirahat

g. Penkes untuk mengosongkan kandung kemih

h. Pendamping persalinan

i. Dukungan psikologi dari keluarga dan suami

j. Posisi meneran

k. Mobilisasi selama kala I

l. Pantau kemajuan persalinan menggunakan partograph

m. Tatalaksana masalah

1. nyeri
2. kecemasan
3. kelahan

III. IDENTIFIKASI DIAGNOSA / MASALAH POTENSIAL

1. Kala I memanjang
2. Gawat janin

IV. TINDAKAN SEGERA

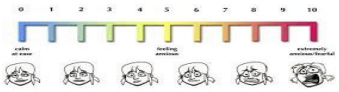
Ada / Tidak ada

V. INTERVENSI

No	Tujuan/Kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
DX	Tujuan: Kala I berlangsung normal tanpa adanya komplikasi . Kriteria: 1. Keadaan umum:baik 2. Kesadaran :Composmentis 3. .TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menitRR : 16-24 x/menit 4. Pembukaan minimal 1 cm/jam 5. Primi < 12 jam Multi < 8 jam dan tidaklebih dari 12 jam 6. HIS fase aktif 2-4 x/10 menit lama 40-60 detik 7. Keadaan janin baik DJJ : intensitas : kuatIrama : teratur Frekuensi : 120-160 x/menit Molage (-) Penunjukk UUK 8. Kandung kemih ibu kosong 9. Nutrisi dan ciran ibu terpenuhi 10. Kebersihan diri ibu terjaga 11. Kebutuhan istirahat ibuterpenuhi 12. Kebutuhan mobilisasi ibuterpenuhi 13. Patograf tidak melewati garis waspada	1. *Informed consent* 2. jelaskan pada ibu dan keluarga tentang hasil pemeriksaan ibu dan janin. 3. Penkes pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan (50-100 kalori/jam) Makanan dan minuman yang di anjurkan selama proses persalinan yaitu makanan dan minuman yang banyak mengandung unsur gula, seperti: - Kurma - Air kelapa muda - Madu (menda & Shihombing., 2024). - Makanan yang di anjurkan seperti crackers, gandum, agar agar. (menda & Shihombing., 2024)	1. Informed konsent di lakukan supaya ibu dan keluarga mengetahui tindakan yang akan di lakukan serta melindungi tenaga kesehatan dari hukum atas tindakan yang di lakukan (Herniwati, 2020). 2. Informasi hasil pemeriksaan dapat membantu kemajuan proses persalinan, karena komunikasi bermanfaan untuk memberikan pengetahuan ibu tentang keadaan dirinya dan janin dalam proses persalinan (wijayanti., 2022) 3. Mengkonsumsi makanan dan minuman yang mudah di cerna dan kaya akan kandungan gula serta B1 yang mengubah karbohidrat menjadi energy dengan cepa, sehingga sangat membantu untuk mengontrol laju gerak rahim dan menambah massa sistole jantung. - Kurma memiliki kandungan Kadar gula ketosa dan aldosa dan B1 yang sangat mudah di cerna oleh tubuh sehingga dengan cepat di metabolisme dan diserap ke peredaran darah untuk menyediakan energy, sehingga mengganti kebutuhan glukosa selama proses persalinan (Menda & Sarmauli., 2024) - Air kelapa memiliki khasiat dan nilai gizi yang baik, kandungan kalium yang terdapat pada air kelapa dapat memulihkan stamina dengan cepat, selain itu air

			kelapa kaya akan kandungan gula, kalsium, elektrolit, klorida, dan magnesium yang mampu meredahkan nyeri maupun meningkatkan kontraksi uterus(menda & Shihombing., 2024). - Madu berasal dari nektar yang mengandung karbohidrat seperti sukrosa, fruktosa, dan glukosa, dan senyawa (nitrogen, asam amino, vitamin,aromatik, dan mineral) kandungan tersebut dapat meningkatkan energy dengan cepat. (Lestari & Pramudita., 2020) - Makanan seperti crackers, gandum, agar agar dapat memberikan cadangan tambahan sebagai energy dan dapat mempercepat sistem pencernaan. (menda & Shihombing., 2024)
		4. Posisi dan Penkes tekhik mengejan yang benar dengan cara meneran bila ada dorongan yang kuat,hindari menahan nafas, dan berhenti meneran jika tidak ada dorongan dan spontan.	4. Posisi miring kiri merupakan posisi yang tepat untuk mempercepat penurunan kepala janin, dan Tekhnik mengejan yang baik dan benar dapat membantu ibu dalam proses persalinan sehingga ibu tidak kelelahan dan meminimalisirkan robekan jalan lahir (wijayanti., 2022)
		5. Pemenuhan kebutuhan personal hygiene dengan penkes kepada ibu dan keluarga untuk menjaga kebersihan diri ibu khususnya daerah genetalia dengan cara mengeringkan daerah tersebut pada saat setelah setelah BAB dan BAK dengan menggunakan kain atau tissue yang kering dan bersih (Chris Sriyanti S. , 2023).	5. Personal hygine penting dilakukan untuk menghindari terjadinya infeksi intrapartum dan meningkatkan kenyamanan ibu bersalin (Chris Sriyanti S. , 2023)
		6. Anjurkan ibu untuk Istirahat di lakukan di sela sela his, ibu bisa berhenti sejenak untuk melepas rasa akibat his, makan atau minum atau melakukan hal yang menyenangkan dapat menghilangkan rasa lelah (Chris Sriyanti S. , 2023)	6. Istirahat dilakukan untuk menghindari kelelahan pada ibu sehingga ibu memiliki tenaga selama proses persalinan (wijayanti., 2022).

		7. Penkes mengosongkan kandung kemih secara berkala sepanjang proses persalinan, minimal setiap 2 jam. Catatan yang jelas mengenai jumlah dan waktu berkemih harus di sertakan (Ruhayati & Yusnindar., 2024)	7. Kandung kemih penuh dapat berpengaruh buruk terhadap kontrraksi dan penurunan janin ke dasar panggul (Ruhayati & Yusnindar., 2024).
		8. Hadirkan Pendamping persalinan, seperti keluarga terdekat atau suami (Chris Sriyanti S. , 2023).	8. Dengan pendamping proses persalinan yang dilalui ibu dapat berjalan dengan lancar dan memberi kenyamanan bagi ibu bersalin misalnya peran suami membantu menenangkan ibu dengan kata-kata yang memberikan penguatan positif (Chris Sriyanti S. , 2023).
		9. Berikan dukungan psikologi dari keluarga, tenaga kesehatan dan suami seperti suport mental dengan memberi semangat, meyakinkan, menciptakan rasa nyaman, berkomunikasi dengan baik, memberikan sugesti yang positif, membangu kepercayaan ibu, dan pengalihan rasa sakit persalinan (Chris Sriyanti S. , 2023).	9. Dukungan psikologi pada ibu dapat membuat ibu bersemangat dalam proses persalinan sehingga rasa cemas dan nyeri persalinan berkurang (Chris Sriyanti S. , 2023).
		10. Anjurkan ibu untuk mobilisasi dengan memilih posisi yang nyaman dan sesuai kesanggupan ibu seperti berjalan, berdiri,posisi berdansa, duduk, berbaring miring.	10. Mobilisasi yang tepat dapat membantu dalam meningkatkan kemajuan persalinan, dapat juga mengurangi rasa jenuh dan kecemasan yang dihadapi ibu menjelang kelahiran janin (Lestari., 2023)
		11. Pantau kemajuan persalinan menggunakan partograph (Chris Sriyanti S. , 2023).	11. Partograf membantu penolong persalinan untuk mencatat hasil observasi dan menilai kemajuan persalinan, mendeteksi apakah persalinan berjalan normal atau terdapat penyimpangan, dengan demikian dapat melakukan deteksi dini setiap kemungkinan terjadinya komplikasi. (Chris Sriyanti S. , 2023).
M1	Tujuan: Cemas teratasi atau	*1.* Pengukuran kecemasan dengan metode *Visual Analog Scale for*	1. VAS merupakan salah satu skala pengukuran yang dapat

	berkursng Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik 2. TTV dalam batas normal Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menitRR : 16-24 x/menit DJJ: Frekuensi 120-160 kali/ menit 1. Ibu terlihat tenang dantidak panik 2. Ibu dapat mengontrol dirinya dan kooperatifpada persalinannya 3. Ibu merasa tenang danbersemangat 4. Skala kecemasan ibu berkurang	*Anxiety (VAS-A).* Dengan menganjurkan ibu untuk memberi tanda garis horizintal dan kemudian memberikan penilaian.  Cara penilaian dengan sistem skala: 0 di katakan tidak ada kecemasan, nilai 5 kecemasan sedang, dan 10 panik/cemas berat. (Santy & Arief., 2023) 2. Berikan dukungan psikologi dari keluarga, tenaga kesehatan dan suami seperti suport mental dengan memberi semangat, meyakinkan, menciptakan rasa nyaman, berkomunikasi dengan baik, memberikan sugesti yang positif, membangu kepercayaan ibu, dan pengalihan rasa sakit persalinan (Chris Sriyanti S. , 2023). 3. Hadirkan Pendamping persalinan, seperti keluarga terdekat atau suami. 4. Pemberian Aromaterapi Lavender, cara penggunaannya masukkan air sebanyak 40ml, aromaterapi 2-3 tetes,hirup selama 20 menit , dengan jarak 30 cm. 5. Penkes tentang fisiologi kala 1 bahwa - Terjadi pembukaan serviks 10 cm	di lakukan untuk mengukur tingkat kecemasan. 2. Dukungan psikologi pada ibu dapat membuat ibu bersemangat dalam proses persalinan sehingga rasa cemas dan nyeri persalinan berkurang (Chris Sriyanti S. , 2023). (Santy & Arief., 2023) 3. Hadirnya pendamping dalam proses persalinan yang dilalui ibu dapat berpengaruh terhadap kelancaran dan memberi kenyamanan bagi ibu bersalin misalnya peran suami membantu menenangkan ibu dengan kata-kata yang memberikan penguatan positif sehingga dapat mengurasi rasa cemas yang di rasakan (Chris Sriyanti S. , 2023). 4. Lavender memiliki kandungan terpinen-4-ol, linalool, linalyl asset at, beta-ocimane,cineole, yang berperan dalam efek anti-kecemasan (relaksasi) dan linalil asetat memiliki efek anestesi sedangkan linalool sebagai obat penenang. (Nurhayati, Nadia, & Sri., 2024). 5. Pemberian penkes fisiologi kala I pada ibu maka ibu akan tenang menghadapi persalinannya dan bisa

		- Persalinan pada ibu primi ± 12 jam - Akan terjadinya peningkatan TD, suhu, nadi, pernafasan. - Kontraksi uterus akan terus mwningkat dan semakin sering - Ibu akan merasakan ingin BAB dan BAK yang lebih sering 6. Anjurkan ibu untuk relaksasi nafas dalam pernafan, dengan cara menarik nafas dalam-dalam melalui hidung sambil mengembungkan perut dan menghembuskan nafas melalui mulut secara perlahan sambil mengempeskan perut (Marcellyn & Aksari., 2024)	beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. 6. Relaksasi nafas dalam dapat meningkatkan ventilasi paru, mengurangi keregangan otot dan oksigenasi yang mengalir ke sistem syaraf sehingga dapat menenangkan fikiran, dan mengurangi stres, tubuh akan relaks membuat pikiran rileks sehingga mengurangi kecemasan. (Marcellyn & Aksari., 2024)
M2	Tujuan: Setelah diberikan asuhan rasa nyeri pada kala I dapat berkurang. Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit DJJ: Frekuensi 120-160 kali/ menit 2. Raut wajah ibu tidak merintis 3. Skala nyeri berkurang	1. Anjurkan ibu untuk relaksasi nafas dalam pernafan, dengan cara menarik nafas dalam-dalam saat ada kontraksi melalui hidung sambil mengembungkan perut dan menghembuskan nafas melalui mulut secara perlahan sambil mengempeskan perut (Marcellyn & Aksari., 2024). 2. Lakukan endhorpin massage yaitu dilakukan dengan cara memberikan sentuhan berupa pijatan lembut dan ringan arah bahu kiri dan kanan membentuk huruf V, kearah tulang ekor dan dilakukan berkali-kali ketika terjadi kontraksi pada 3 saat persalinan (dewi., 2023). 3. *counter pressure*, **m**emberikan tekanan stabil pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepalan telapak tangan saat kontraksi. Tekanan ini dapat diberikan dengan gerakan lurus atau lingkaran kecil. (Suksesty & Lestari., 2024)	1. Relaksasi memungkinkan ketersediaan oksigen dalam jumlah maksimal untuk rahim, yang juga mengurangi nyeri, karena otot kerja (yang membuat rahim berkontraksi) menjadi sakit jika kekurangan oksigen (Chandraloka, 2024) 2. Massage endhorpin, dapat mengurangi konsentrasi rangsangan dapat mengurangi kecemasan dari sentuhan ringan untuk relaksasi dan pengurangan rasa sakit. (dewi., 2023) 3. *Counter pressure* bekerja dengan cara menutup saluran pengantar nyeri ke medula spinalis dan otak. Selain itu, tekanan yang diberikan dapat merangsang pelepasan endorfin di sinaps sel saraf tulang belakang dan otak, yang menghambat transmisi nyeri. (Suksesty & Lestari., 2024)

M3	Tujuan : Lelah ibu dapat teratasi Kriteria : 1. Keadaan ibu baik 2. TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg DJJ: Frekuensi 120-160 kali/ menit T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/meni.	1. Pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan (50-100 kalori/jam) Makanan dan minuman yang di anjurkan selama proses persalinan yaitu makanan dan minuman yang banyak mengandung unsur gula, seperti: - Kurma - Air kelapa muda - Madu (menda & Shihombing., 2024) - Makanan seperti crackers, gandum, agar agar 2. Anjurkan ibu untuk Istirahat di lakukan di sela sela his, ibu bisa berhenti sejenak untuk melepas rasa akibat his, makan atau minum atau melakukan hal yang	1. Mengkonsumsi makanan dan minuman yang mudah di cerna dan kaya akan kandungan gula serta B1 sangat membantu untuk mengontrol laju gerak rahim dan menambah massa sistole jantung. - Kurma memiliki kandungan Kadar gula ketosa dan aldosa dan B1 yang sangat mudah di cerna oleh tubuh sehingga dengan cepat di metabolisme dan diserap ke peredaran darah untuk menyediakan energy, sehingga mengganti kebutuhan glukosa selama proses persalinan (Menda & Sarmauli., 2024) - Air kelapa memiliki khasiat dan nilai gizi yang baik, kandungan kalium yang terdapat pada air kelapa dapat memulihkan stamina dengan cepat, selain itu air kelapa kaya akan kandungan gula, kalsium, elektrolit, klorida, dan magnesium yang mampu meredahkan nyeri maupun meningkatkan kontraksi uterus (Menda & Sarmauli., 2024) - Madu berasal dari nektar yang mengandung karbohidrat seperti sukrosa, fruktosa, dan glukosa, dan senyawa (nitrogen, asam amino, vitamin,aromatik, dan mineral) kandungan tersebut dapat meningkatkan energy dengan cepat. (Lestari & Pramudita., 2020) - Makanan seperti crackers, gandum, agar agar dapat memberikan cadangan tambahan sebagai energy dan dapat mempercepat sistem pencernaan. (menda & Shihombing., 2024) 2. Istirahat dilakukan untuk menghindari kelelahan pada ibu sehingga ibu memiliki tenaga selama proses persalinan (wijayanti., 2022).

		menyenangkan dapat menghilangkan rasa lelah(Chris Sriyanti S. , 2023	
MP1	Tujuan :Kala I tidak memanjang Kriteria : 1. Keadaan ibu baik TTV TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60 90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit Primi : <12 jam Multi : < 8 jam DJJ: Frekuensi 120-160 kali/ menit 2. Kontraksi pada fase laten tiap 10 menit dengan lama 20- 30 detik 3. Partograph tidak melewati garis waspada	1. Nilai keadaan umum dan tanda-tanda vital ibu menggunakan partograph 2. Pantau TTV dan DJJ setiap 30 menit sekali 3. Hadirkan pendamping persalinan. 4. Nilai kemajuan persalinan (kontraksi, pembukaan secara berkala dan penurunan janin). 5. Beri makanan danminuman pada ibu 6. Atur posisi mengedan ibu seperti seperti, berdiri, miring kiri, jongkok, merangkakdan setengah duduk	1. pemantauan partograf dapat diketahui keadaan ibu dan janin apakah dalam keadaan normal atau tidak. 2. memantau tanda- tanda vital setiap 30 menit dapat mendeteksi apakah persalinan berjalan normal atau terdapat penyulit. 3. support dapat membuat ibu merasa aman dan nyaman dalammeghadapi persalinan. 4. Penilaian kemajuan persalinan di lakukan untuk mengidentifikasi secara dini kemukinan kemajuan persalinan yang abnormal sehingga dapat menentukan intervensi yang tepat. 5. Makan dan minum untuk mencegah terjadinya dehidrasi dan kebutuhan nutrisi ibu tercukupi 6. Pengaturan posisi dapat mengurangi rasa nyeri kontraksi dan ibu merasalebih nyaman
MP2	Tujuan: Gawat janin tidak terjadi Kriteria: DJJ dalam batas normal (120.160 kali/menit) dan teratur	1. Pantau keadaan janin dengan (DJJ, warna cairan ketuban, molage). 2. Anjurkan ibu untuk mengatur posisi , yaitu miring kiri.	1. Pemantauan DJJ dilakukan untuk memastikan status keadaan bayi, jika frekuensi DJJ <120 kali/menit atau >160 kali/menit dapat menunjukan gawat janin, warna cairan ketuban dapat mendeteksi kelainan pada janin atau infeksi pada ketuban (normalnya berwarna jernih), dan pemeriksaan molange dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh kepala bayi dapat menyesuaikan dengan luas tulang panggul ibu. 2. Posisi miring kiri merupakan posisi yang baik di lakukan karena dengan posisi ini tidak

			terjadi penekanan pada vena kava inveriuor sehingga sirkulasi darah dari ibu ke janin melalui plasenta tidak terganggu.

VI. IMPLEMENTASI

Implementasi sesuai intervensi

VII. EVALUASI

Evaluasi sesuai Implementi

ASUHAN KEBIDANAN PERSALINAN FISIOLOGIS

PADA NY "..." G... P...A... INPARTU KALA II

II. INTERPRETASI DATA

A. Diagnosa

Ny "…" usia … tahun, G… P… A… UK … minggu, intrauterine, janin tunggal hidup, presentasi kepala belakang, keadaan ibu dan janin baik, keadaan jalan lahir baik, inpartu kala II.

1. Data subjektif

a. Ibu mengatakan nyeri didaerah pinggang ke perut bagian bawah semakin sering

b. Ibu mengatakan keluar lendir semakin banyak

c. Ibu mengatakan seperti ingin BAB dan mengedan

2. Data objektif

a. Kesadaran : Composmentis

b. TTV

Tekanan Darah

Sistolik :100-130 mmHg

Diastolik : 60-90 mmHg

T : 36,5-37,5 C

N : 80-100x/menit

RR : 16-24x/menit

c. PD : Porsio tidak teraba, pembukaan lengkap, ketuban (+/-), preskep penurunan minimal H-III, penunjuk

UUK :depan, molage (-)

d. Auskultasi : DJJ (120-160x/menit), intensitas kuat, irama teratur

e. Anus dan vulva membuka

f. Perineum menojol

g. Lendir bercampur darah semakin banyak dari jalan lahir.

B. Masalah

1. Kecemasan
2. Nyeri persalinan
3. kelelahan
4. Perineum kaku

C. Kebutuhan

1. I*nformed consent*
2. Informasikan hasil pemeriksaan
3. Hadirkan pendamping
4. Support dari keluarga, suami dan tenaga kesehatan
5. Pemenuhan kebutuhan personal hygine
6. Penuhi kebutuhan istirahat disela-selahis
7. Anjurkan ibu memenuhi kebutuhan cairan dan nutrisi
8. posisi persalinan
9. Pertolongan persalinan sesuai APN
10. Episiotomi (Bila diperlukan)
11. Amniotomi (Bila diperlukan)
12. Pemantauan kemajuan persalinan

III. IDENTIFIKASI DIAGNOSA / MASALAH POTENSIAL

1. Kala II lama

IV. TINDAKAN SEGERA

Pimpinan persalinan

V. INTERVENSI

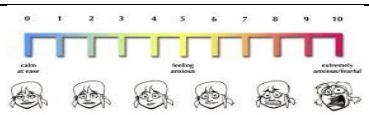
No	Tujuan/Kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
DX	Tujuan: Kala II berlangsung normal tanpa adanya komplikasi. Kriteria: 1. Keadaan umum:baik 2. Kesadaran :Composmentis 3. .TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menitRR : 16-24 x/menit 4. His:teratur, frekuensi: 4-5×/m Durasi :45- 90 detik 5. DJJ 120-160 x/m 6. Penurunan kepala janin min 1 cm/jam 7. Molage (-) 8. Kala II Primi: < 2 jam Multi : <1 jam 9. bayi lahir BUGAR	1. *Informed consent.* 2. jelaskan pada ibu dan keluarga bahwa pembukaan sudah lengkap. 3. Lakukan Amniotomi bila di perlukan. 4. Hadirkan Pendamping persalinan, seperti keluarga terdekat atau suami (Chris Sriyanti S. , 2023). 5. Berikan dukungan psikologi	1. Informed konsent di lakukan supaya ibu dan keluarga mengetahui tindakan yang akan di lakukan serta melindungi tenaga kesehatan dari hukum atas tindakan yang di lakukan (Herniwati, 2020). 2. Informasi hasil pemeriksaan dapat membantu kemajuan proses persalinan, karena komunikasi bermanfaan untuk memberikan pengetahuan ibu tentang keadaan dirinya dan janin dalam proses persalinan (wijayanti., 2022) 3. Amniotomi merupakan prosedur yang dilakukan untuk induksi persalinan jika selaput ketuban dapat di akses, sehingga menghindari perlunya intervensi farmakologis. (Bricker & Luckas., 2023) 4. Kehadiran pendamping dalam proses persalinan yang dilalui ibu dapat berjalan dengan lancar dan memberi kenyamanan bagi ibu bersalin misalnya peran suami membantu menenangkan ibu dengan kata-kata yang memberikan penguatan positif (Chris Sriyanti S. , 2023). 5. Dukungan psikologi pada ibu

		dari keluarga, tenaga kesehatan dan suami seperti suport mental dengan memberi semangat, meyakinkan, menciptakan rasa nyaman, berkomunikasi dengan baik, memberikan sugesti yang positif, membangu kepercayaan ibu, dan pengalihan rasa sakit persalinan (Chris Sriyanti S. , 2023).	dapat membuat ibu bersemangat dalam proses persalinan sehingga rasa cemas dan nyeri persalinan berkurang (Chris Sriyanti S. , 2023).
		6. Pemenuhan kebutuhan personal hygiene dengan penkes kepada ibu dan keluarga untuk menjaga kebersihan diri ibu khususnya daerah genetalia dengan cara mengeringkan daerah tersebut pada saat setelah setelah BAB dan BAK dengan menggunakan kain atau tissue yang kering dan bersih (Chris Sriyanti S. , 2023).	6. Personal hygine penting dilakukan untuk menghindari terjadinya infeksi intrapartum dan meningkatkan kenyamanan ibu bersalin (Chris Sriyanti S. , 2023)
		7. Anjurkan ibu untuk Istirahat di lakukan di sela sela his, ibu bisa berhenti sejenak untuk melepas rasa akibat his, makan atau minum atau melakukan hal yang menyenangkan dapat menghilangkan rasa Lelah.	7. Istirahat dilakukan untuk menghindari kelelahan pada ibu sehingga ibu memiliki tenaga selama proses persalinan (wijayanti., 2022).
		8. Penkes pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan (50-100 kalori/jam) Makanan dan minuman yang di anjurkan selama proses persalinan yaitu makanan dan minuman yang banyak mengandung unsur gula, seperti: - Kurma - Air kelapa muda - Madu - Makanan seperti: crackers, gandum, agar agar (menda & Shihombing., 2024).	8. Mengkonsumsi makanan dan minuman yang mudah di cerna dan kaya akan kandungan gula serta B1 sangat membantu untuk mengontrol laju gerak rahim dan menambah massa sistole jantung. - Kurma memiliki kandungan Kadar gula ketosa dan aldosa dan B1 yang sangat mudah di cerna oleh tubuh sehingga dengan cepat di metabolisme dan diserap ke peredaran darah untuk menyediakan energy, sehingga mengganti kebutuhan glukosa selama proses persalinan (Menda & Sarmauli., 2024) - Air kelapa memiliki khasiat

			dan nilai gizi yang baik, kandungan kalium yang terdapat pada air kelapa dapat memulihkan stamina dengan cepat, selain itu air kelapa kaya akan kandungan gula, kalsium, elektrolit, klorida, dan magnesium yang mampu meredahkan nyeri maupun meningkatkan kontraksi uterus (Menda & Sarmauli., 2024) - Madu berasal dari nektar yang mengandung karbohidrat seperti sukrosa, fruktosa, dan glukosa, dan senyawa (nitrogen, asam amino, vitamin,aromatik, dan mineral) kandungan tersebut dapat meningkatkan energy dengan cepat. (Lestari & Pramudita., 2020) - Makanan seperti crackers, gandum, agar agar dapat memberikan cadangan tambahan sebagai energy dan dapat mempercepat sistem pencernaan. (menda & Shihombing., 2024)
		9. Bantu ibu memilih posisi yang nyaman a. Duduk atau setengah duduk, posisi ini memudahkan bidan dalam membantu kelahiran kepala janin dan memperhatikan keadaan perineum. (Justian., 2024) b. Merangkak, posisi merangkak sangat cocok untuk persalinan dengan rasa sakit pada punggung, mempermudah janin dalam melakukan rotasi serta peregangan pada perineum berkurang. (Saraswati., 2021) c. Jongkok atau berdiri, posisi jongkok atau berdiri memudahkan penurunan kepala janin, memperluas panggul sebesar lebih besar pada pintu bawah panggul,	9. Posisi sesuai keinginan, ibu akan merasa lebih nyaman sehingga dapat memperlancar proses persalinan dan mengurangkan intervensi.

		dan memperkuat dorongan meneran. Namun posisi ini beresiko memperbesar terjadinya laserasi (perlukaan) jalan lahir. (Kartika & Tridiyanti, 2023) d. Berbaring miring kiri, posisi berbaring miring dapat mengurangi penekanan pada vena cava inverior, sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya hipoksia janin karena suply oksigen tidak terganggu, dapat memberi suasana rileks bagi ibu yang mengalami kecapekan, dan dapat mencegah terjadinya robekan jalan lahir (Masyayih & Siswati, 2023)	
		10. Pantau pemajuan persalinan (kemajuan, djj, molange), normalnya: DJJ 120-160 x/m, Penurunan kepala janin min 1 cm/jam, Molage (-)(Chris Sriyanti S. , 2023)	10. Pemantauan kemajuan persalinan di lakukan untuk memastikan dan mendeteksidini keadaan ibu dan janin dalam batas normal
		11. Pimpin persalinan sesuai APN yaitu: a. Pastikan kepala bayi telah membuka vulva dengan diameter 5-6 cm Letakkan kain bersih yang dilipat 1/3 bagian sebagai alas bokong ibu. - Lakukan episiotomi bila di perlukan. b. Lindungi perineum dengan satu tangan yang dilapisi dengan kain bersih dan kering, tangan yang lain menahan belakang kepala untuk mempertahankan posisi fleksi dan membantu lahirnya kepala. c. Periksa kemungkinan adanya lilitan tali pusat (ambil tindakan yang sesuai jika hal itu terjadi),	11. Memimpin persalinan APN : a. Persiapan untuk kelahiran bayi yang sesuai dengan kebutuhan ibu dan janin. - Episiotomi dilakukan jika terdapat indikasi, yaitu:Dalam kondisi yang menyebabkan ruptur uteri, Adanya gawat janin, Persalinan dengan ekstensi cunam, Vakum dan janin besar. (manik, 2023) b. Melindungi perinerum dan mengendalikan keluarnya kepala bayi secara bertahap dan berhati hati dapat mengurangi tegangan pada vagina dan perineum yang dapat menyebabkan robekan. c. Mengecek lilitan tali pusatdapat mendeteksi apakah perlu di lakuakan pemotongan atau

		segera lanjutkan proses kelahiran bayi.	pelonggaran tali pusat.
		d. Setelah kepala melakukan putaran paksi luar, tempatkan kedua tangan di masing- masing sisi muka bayi/secara biparietal. Menganjurkan ibu untuk meneran saat kontraksi berikutnya, dengan lembut menariknya ke arah bawah dan kearah keluar hingga bahu anterior muncul di bawah arkus pubis dan kemudian dengan lembut menarik ke arah atas dan ke arah luar untuk melahirkan bahu posterior	d. Dilakukan untuk membatu mempercepat kelahiran bayi.
		e. Setelah kedua bahu lahir, satu tangan menyangga kepala dan bahu belakang, tangan yang lain menelusuri dan memegang lengan dan siku bayi bagian atas.Setelah tubuh lahir, penelusuran tangan atas berlanjut ke punggung, bokong, tungkai dan kaki	e. Penyusuran pada bagian tangan hingga matakaki bayi di lakukan dengan harapan tidak terjadi tangan menjungkit ketika bahu lahir.
		f. Menilai bayi dengan cepat, kemudian meletakkan bayi di atas perut ibu dengan posisi kepala bayi sedikit lebih rendah dari tubuhnya (bila tali pusat terlalu pendek, meletakkan bayi di tempat yang memungkinkan)	f. Penilaian cepat pada bayi dapat mengetahui secara dini komplikasi atau masalah yang terjadi pada bayi.
		g. keringkan tubuh bayi mulai dari muka, kepala dan bagian tubuh lainnya (kecuali kedua tangan) tanpa membersihkan verniks.	g. Mengeringkan bayi dilakukan untuk menghindari terjadinya kehilangan panas pada bayi.
M1	Tujuan: Ibu tidak cemas selama menghadapi persalinan Kala I Kriteria: 1. Keadaanumum ibubaik 2. TTV dalam batas normal Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg	1. Pengukuran kecemasan dengan metode *Visual Analog Scale for Anxiety (VAS-A).* Dengan menganjurkan ibu untuk memberi tanda garis horizintal dan kemudian memberikan penilaian.	1. Mengukur kecemasan sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi dapat berguna untuk menilai ke efektifan asuhan yang di berikan.VAS-A merupakan salah satu skala pengukuran yang

	T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menitRR : 16-24 x/menit 3. Ibu terlihat tenang dan tidak panik 4. Ibu dapat mengontrol dirinya dan kooperatif pada persalinannya 5. Ibu merasa tenang danbersemangat 6. Skala kecemasan berkurang	 Cara penilaian dengan sistem skala: 0 di katakan tidak ada kecemasan, nilai 5 kecemasan sedang, dan 10 panik/cemas berat. (Santy & Arief., 2023) 2. Berikan dukungan psikologi dari keluarga, tenaga kesehatan dan suami seperti suport mental dengan memberi semangat, meyakinkan, menciptakan rasa nyaman, berkomunikasi dengan baik, memberikan sugesti yang positif, membangu kepercayaan ibu, dan pengalihan rasa sakit persalinan (Chris Sriyanti S. , 2023) 3. Hadirkan Pendamping persalinan, seperti keluarga terdekat atau suami (Chris Sriyanti S. , 2023) 4. Pemberian Aromaterapi Lavender, cara penggunaannya masukkan air sebanyak 40ml, aromaterapi 2-3 tetes,hirup selama 20 menit.	dapat di lakukan untuk mengukur tingkat kecemasan (Santy & Arief., 2023). 2. Dukungan psikologi pada ibu dapat membuat ibu bersemangat dalam proses persalinan sehingga rasa cemas dan nyeri persalinan berkurang (Chris Sriyanti S. , 2023). 3. Dengan pendamping proses persalinan yang dilalui ibu dapat berjalan dengan lancar dan memberi kenyamanan bagi ibu bersalin misalnya peran suami membantu menenangkan ibu dengan kata-kata yang memberikan penguatan positif (Chris Sriyanti S. , 2023). 4. Lavender memiliki kandungan terpinen-4-ol, linalool, linalyl asetat, beta-ocimane,cineole, yang berperan dalam efek anti-kecemasan (relaksasi) dan linalil asetat memiliki efek anestesi sedangkan linalool sebagai obat penenang. (Nurhayati, Nadia, & Sri., 2024)
M2	Tujuan: Setelah diberikan asuhan rasa nyeri pada kala I dapat berkurang. Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik	1. Beri penjelesan tentang tehnik pengurangan rasa nyeri yaitu dengan teknik relaksasi nafas dalam dengan teknik inhalasi (hirup) dan ekshalasi (hembuskan) yang dilakukan secara teratur dan mendalam	1. Relaksasi memungkinkan ketersediaan oksigen dalam jumlah maksimal untuk rahim, yang juga mengurangi nyeri, karena otot kerja (yang membuat rahim berkontraksi)

	TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit 2. Raut wajah ibu tidak merintis 3. Skala nyeri berkurang	akan menghasilkan efek yang baik yaitu menghasilkan oksigen yang cukup (Chandraloka, 2024). 2. Lakukan endhorpin massage yaitu dilakukan dengan cara memberikan sentuhan berupa pijatan lembut dan ringan arah bahu kiri dan kanan membentuk huruf V, kearah tulang ekor dan dilakukan berkali-kali ketika terjadi kontraksi pada 3 saat persalinan (dewi., 2023). 3. *counter pressure,* **m**emberikan tekanan stabil pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepalan telapak tangan saat kontraksi. Tekanan ini dapat diberikan dengan gerakan lurus atau lingkaran kecil**.** (Suksesty & Lestari., 2024)	menjadi sakit jika kekurangan oksigen (Chandraloka, 2024) 2. Massage endhorpin, mengurangi konsentrasi rangsangan sentuhan ringan untuk relaksasi dan pengurangan rasa nyerit. (dewi., 2023) 3. *Counter pressure* bekerja dengan cara menutup saluran pengantar nyeri ke medula spinalis dan otak. Selain itu, tekanan yang diberikan dapat merangsang pelepasan endorfin di sinaps sel saraf tulang belakang dan otak, yang menghambat transmisi nyeri. (Suksesty & Lestari., 2024)
M3	Tujuan : Lelah ibu dapat teratasi Kriteria : 1. Keadaan ibu baik 2. TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/meni.	1. pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan (50-100 kalori/jam) Makanan dan minuman yang di anjurkan selama proses persalinan yaitu makanan dan minuman yang banyak mengandung unsur gula, seperti: - Kurma - Air kelapa muda - Madu - Makanan seperti crackers, gandum, agar agar (menda & Shihombing., 2024)	1. Mengkonsumsi makanan dan minuman yang mudah di cerna dan kaya akan kandungan gula serta B1 sangat membantu untuk mengontrol laju gerak rahim dan menambah massa sistole jantung. - Kurma memiliki kandungan Kadar gula ketosa dan aldosa dan B1 yang sangat mudah di cerna oleh tubuh sehingga dengan cepat di metabolisme dan diserap ke peredaran darah untuk menyediakan energy, sehingga mengganti kebutuhan glukosa selama proses persalinan (Menda & Sarmauli., 2024) - Air kelapa memiliki khasiat dan nilai gizi yang baik, kandungan

			kalium yang terdapat pada air kelapa dapat memulihkan stamina dengan cepat, selain itu air kelapa kaya akan kandungan gula, kalsium, elektrolit, klorida, dan magnesium yang mampu meredahkan nyeri maupun meningkatkan kontraksi uterus (Menda & Sarmauli., 2024). - Madu berasal dari nektar yang mengandung karbohidrat seperti sukrosa, fruktosa, dan glukosa, dan senyawa (nitrogen, asam amino, vitamin,aromatik, dan mineral) kandungan tersebut dapat meningkatkan energy dengan cepat. - Makanan seperti crackers, gandum, agar agar dapat memberikan cadangan tambahan sebagai energy dan dapat mempercepat sistem pencernaan (menda & Shihombing., 2024) 2. Istirahat dilakukan untuk menghindari kelelahan pada ibu sehingga ibu memiliki tenaga selama proses persalinan (Lestari & Pramudita., 2020)
		2. Anjurkan ibu untuk Istirahat di lakukan di sela sela his, ibu bisa berhenti sejenak untuk melepas rasa akibat his, makan atau minum atau melakukan hal yang menyenangkan dapat menghilangkan rasa lelah (Chris Sriyanti S. , 2023)	
M4	Tujuan :perineum kaku teratasi Kriteria : 1. Keadaan umum: baik 2. Kesadaran: composmetis 3. TTV dalam batas normal 4. Tidak terjadi laserasi > dari derajat 2 5. Episiotomi bila diperlukan	1. Anjurkan keluarga atau ibu untuk melakukan kompres hangat pada bagian perineum yang direndam dalam air hangat dengan kisaran suhu 45C-59C yang diukur dengan termometer lotion, dan setiap bantalan perineum yang telah direndam diperas sebelum ditempatkan di area perineum. Kemudian kompres hangat diberikan secara terus menerus sampai kepala menonjol.	1. Kompres hangat perineum yang dilakukkan pada otot yang berkontraksi pada proses persalinan kala II diharapkan merangsang reaksi penghambat pada tendon otot organ tendon gelgi yang berada di dalamnya sehingga ujung reseptor organ golgi teregang dan memberikan masukan inhibitorik dengan efek relaksasi otot

		(Modoor, Howly, & Rawas., 2021)	yang berguna meminimalkan resistensi perineum pada proses persalinan kala II (Yolanda & Sari., 2024).
		2. Episiotomi bila diperlukan, ada dua jenis episiotomi, yaitu: a. Episiotomi garis tengah (median), yang di mulai dari lubang vagina dan memanjang ke arah anus. b. Episiotomi mediolateral, sayatan miring atau diagonal yang di mulai dari lubang vagina dan memanjang pada sudut 25 derajat.	2. Episiotomi di lakukan untuk membantu kelahiran bayi dan mencegah robekan yang tidak beraturan dan berlebihan. a. Sayatan median lebih mudah di lakukan, akan tetapi berisiko lebih tinggi untuk meluas ke arah anus. b. Sayatan mediolateral memiliki risiko lebih kecil untuk meluas ke arah anus , akan tetapi lebih sulit untuk di perbaiki.
MP	Tujuan :Kala II tidak memanjang Kriteria : 4. Keadaan ibu baik TTV TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60 90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit Primi : <12 jam Multi : < 8 jam Kontraksi Penurunan janin 5. Partograph tidak melewati garis waspada	1. Nilai keadaan umum dan tanda-tanda vital ibu, DJJ setiap 5 menit sekali. 2. Nilai kemajuan persalinan dan penurunan janin minimal 1 cm/jam. 3. Bila tidak terjadi penurunan kepala janin dalam 1 jam lakukan ubah posisi. 4. Atur posisi mengedan ibu seperti seperti, berdiri, miring kiri, jongkok, merangkak dan setengah duduk. 5. Berikan support darikeluarga dan suami.	1. Pemantauan dapat mendeteksi dini tanda bahaya diketahui keadaan ibu danjanin apakah dalam keadaan normal atau tidak. 2. Pantau penurunan bagian terendah janin yaitu 2 jam nullipara dan 1 jam multipara. 3. Posisi ibu dapat membantu proses penurunan kepala janin melalui gravitasi dan membukanya ringga panggul sehingga persalinan dapat berjalan lebih cepat. 4. Posisi sesuai keinginan, ibu akan merasa lebih nyaman sehingga dapat memperlancar proses persalinan dan mengurangkan intervensi. 5. Dengan memberikan support mental ibu lebih bersemangat menghadapi persalinan.

		6. Menganjurkan ibu untukmeneran sesuai dengan dorongan alamiah selama kontraksi dan tidak menahan nafas pada saat meneran	6. Hal ini untuk mencegah terjadinya robekan perineum

VI. IMPLEMENTASI

Sesuai intervensi

VII. EVALUASI

Evaluasi sesuai hasil Implementasi

ASUHAN KEBIDANAN PERSALINAN FISIOLOGI

PADA NY "..." P...A... KALA III

II. INTERPRESTASI DATA

A. Diagnosa

Ny "…" usia… tahun P… A… inpartu kala III

1. **Data Subyektif**
   a. Ibu mengatakan senang anaknya sudah lahir
   b. Ibu mengatakan bayi menangis kuat
   c. Ibu mengatakan perut masih terasa mules
2. **Data Obyektif**
   a. Bayi lahir spontan, bugar, pukul …. WIB, JK : laki-laki/perempuan, Bugar (bayi menangis kuat, warna kulit kemeraham, gerakan aktif, tonus otot +)
   b. Tali pusat menjulur didepan vagina, Kontraksi baik
   c. TFU 1-2 di bawah pusat, tidak ditemukan janin kedua
   d. Kandung kemih kosong/penuh
   e. TTV Kes: Composmetis

      Tekanan Darah

      Sistolik :100-130 mmHg

      Diastolik : 60-90 mmHg

      T : 36,5-37,5 C

      N : 80-100x/menit

      RR : 16-24x/menit

B. Masalah

1. Kecemasan
2. Ibu merasa Lelah

C. Kebutuhan

1. Informasikan keadaan ibu dan janin
2. Manajemen aktif kala III
    a) Cek janin kedua
    b) Injeksi Oxitosin 10 unit sebelum 2 menit
    c) PTT saat ada kontraksi
    d) Mengeluarkan plasenta
    e) Massase fundus uteri
3. Pemantauan TTV
4. Cairan dan nutrisi
5. Personal hygiene
6. Pemantauan tanda bahaya kala III
7. Pemantauan robekan jalan lahir

III. Identifikasi Diagnosa / Masalah Potensial

Retensio plasenta

IV. TINDAKAN SEGERA

Tidak ada

V. INTERVENSI

No	Tujuan/Kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
DX	Tujuan : Kala III berlangsung normal Kriteria : 1. Plasenta lahir lengkap sebelum 30 menit 2. TTV dalam batas normal 3. Tidak ditemukan tanda bahaya seperti perdarahan aktif 4. Plasenta lahir lengkap	1. Informasikan pada ibu dan keluarga tentang hasil pemeriksaan ibu dan janin. 2. Manajement aktif kala III, yaitu: a. Cek kemungkinan janin kedua b. Pemberian suntik oksitosin dilakukan dalam 1 menit pertama setelah bayi lahir, Suntikan oksitosin dengan dosis 10 unit diberikan secara intramuskuler (IM) c. Peregangan tali pusat terkendali (PTT), Memindahkan klem (penjepit untuk memotong tali pusat saat kala II) pada tali pusat sekitar 5-20 cm dari vulva, regangkan tali pusat dengan satu tangan dan tangan yang lain (pada dinding abdomen) menekan uterus ke arah lumbal dan kepala ibu d. Amati tanda pelepasan plasenta yatu semburan darah dan tali pusat memanjang . e. Jika plasenta telah keluar divulva, lahirkan plasenta dengan mengangkat pusat ke atas dan menopang plasenta	1. Informasi hasil pemeriksaan dapat membantu kemajuan proses persalinan, karena komunikasi bermanfaan untuk memberikan pengetahuan ibu tentang keadaan dirinya dan bayi dalam proses persalinan (wijayanti., 2022). 2. Manajemen aktif kala III dapat membantu kelahiran plasenta a. Dengan mengecek janin kedua dapat diketahui apakah terdapat janin kedua atau tidak b. Dengan pemberian oksitosin diharapkan membuat uterus berkontraksi dengan kuat dan efektif sehingga dapat membantu pelepasan plasenta dan mengurangi kehilangan darah. (Simanullang & Sesillia, 2022) c. PTT dilakukan untuk Membantu pelepasan plasenta dari dinding rahim (Elvira & Afriani., 2023) d. Mengamati tanda pelepasan plasenta dapat mengetahui tanda- tanda pelepasan plasenta. (Elvira & Afriani., 2023) e. Langkah langkah pelepasan plasenta yang tepat dapat membatu pelepasan plasenta secara utuh dan lengkap.

		dengan tangan lainnya. Putar plasenta secara lembut hingga selaput ketuban terpilin menjadi satu	
		f. Lakukan masasse fundus uteri dengan tangan kiri sedangkan tangan kanan memastikan bahwa kotiledon dan selaput plasenta dalam keadaan lengkap	f. Diharapkan dengan masasse uterus membantu mendeteksi dini tanda bahaya atonia uteri dan membatu uterus berkontraksi.
		g. Cek perdarahan	g. Cek perdarahan di lakukan untuk mengetahui jumlah darah yang keluar
		h. Cek laserasi jalan lahir	h. Untuk mengetahui kebutuhan penjahitan jalan lahir.
		3. Pemantauan tanda bahaya pada Kala III.	4. Tanda tanda bahaya persalinan kala III, yaitu : l) Retensio plasenta (normal jika plasenta lahir setelah 30 menit bayi lahir). m) Avulsi tali pusat (tali pusat putus dan plasenta tidak lahir) n) Bagian plasenta tertahan (bagian permukaan plasenta yang menempel pada ibu hilang, bagian selaput ketuban hilang/robek, perdarahan pasca persalinan, uterus berkontraksi). o) Atonia uteri (uterus lembek tidak berkontraksi dalam waktu 5 detik setelah massage uterus, perdarahan pasca persalinan).
		4. Penkes pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan (50-100 kalori/jam) Makanan dan minuman yang di anjurkan selama proses persalinan yaitu makanan dan minuman yang banyak mengandung unsur gula, seperti: - Kurma - Air kelapa muda - Madu	5. Pemberian makan dan minum yang mudah di cerna agar kebutuhan nutrisi dan cairan ibu tercukupi segera dan ibu ada tenaga dan energy. - Kurma memiliki kandungan Kadar gula ketosa dan aldosa dan B1 yang sangat mudah di cerna oleh tubuh sehingga dengan cepat di metabolisme dan diserap ke peredaran darah untuk menyediakan

		- Makanan seperti crackers, gandum, agar agar (menda & Shihombing., 2024) (menda & Shihombing., 2024).	energi, sehingga mengganti kebutuhan glukosa selama proses persalinan (Menda & Sarmauli., 2024) - Air kelapa memiliki khasiat dan nilai gizi yang baik, kandungan kalium yang terdapat pada air kelapa dapat memulihkan stamina dengan cepat, selain itu air kelapa kaya akan kandungan gula, kalsium, elektrolit, klorida, dan magnesium yang mampu meredahkan nyeri maupun meningkatkan kontraksi uterus (Menda & Sarmauli., 2024). - adu berasal dari nektar yang mengandung karbohidrat seperti sukrosa, fruktosa, dan glukosa, dan senyawa (nitrogen, asam amino, vitamin,aromatik, dan mineral) kandungan tersebut dapat meningkatkan energy dengan cepat (menda & Shihombing., 2024). - akanan seperti crackers, gandum, agar agar dapat memberikan cadangan tambahan sebagai energy dan dapat mempercepat sistem pencernaan (menda & Shihombing., 2024).
M1	Tujuan: Ibu tidak cemas selama menghadapi persalinan Kala I Kriteria: 3. Keadaan umum ibu baik 4. TTV dalam batas normal Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menitRR : 16-24 x/menit 2. Ibu terlihat tenang dantidak panik 3. Ibu dapat mengontrol dirinya dan kooperatifpada persalinannya 4. Ibu merasa tenang	1. Anjurkan keluarga untuk memberikan dukungan kepada ibu. 2. Hadirkan Pendamping persalinan 3. Pemberian Aromaterapi Lavender, cara	1. Dukungan keluarga yang diterima oleh ibu hamil akan berpengaruh bagi ibu hamil tersebut dalam mengurangi kecemasan, karena pada saat ibu hamil yakin sudah memiliki dukungan dari lingkungannya, maka keyakinan untuk dapat mengurangi kecemasan akan meningkat. (Chris Sriyanti S. , 2023). 2. Dengan pendamping proses persalinan yang dilalui ibu dapat berjalan dengan lancar dan memberi kenyamanan bagi ibu. (Chris Sriyanti S. , 2023). 3. Lavender memiliki kandungan terpinen-4-ol, linalool, linalyl

	danbersemangat	penggunaannya masukkan air sebanyak 40ml, aromaterapi 2-3 tetes,hirup selama 20 menit dengan jarak <1 meter.	asetat, beta-ocimane,cineole, yang berperan dalam efek anti-kecemasan (relaksasi) dan linalil asetat memiliki efek anestesi sedangkan linalool sebagai obat penenang. (Nurhayati, Nadia, & Sri., 2024)
M2	Tujuan : Lelah ibu dapat teratasi Kriteria : 3. Keadaan ibu baik 4. TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/meni.	1. Anjurkan ibu untuk Istirahat sejenak stelah proses pengeluaran janin dan di sela sela his, ibu bisa berhenti untuk melepas rasa akibat his, makan atau minum atau melakukan hal yang menyenangkan dapat menghilangkan rasa lelah (Chris Sriyanti S. , 2023) 2. Penkes pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan (5s0-100 kalori/jam) Makanan dan minuman yang di anjurkan selama proses persalinan yaitu makanan dan minuman yang banyak mengandung unsur gula, seperti: - Kurma - Air kelapa muda - Madu - Makanan seperti crackers, gandum, agar agar. (menda & Shihombing., 2024	1. Istirahat dilakukan untuk mengurangi kelelahan pada ibu sehingga ibu memiliki tenaga selama proses persalinan (wijayanti., 2022). 2. Mengkonsumsi makanan dan minuman yang mudah di cerna dan kaya akan kandungan gula serta B1 sangat membantu untuk meningkatkan energy yang hilang selama kala II: - Kurma memiliki kandungan Kadar gula ketosa dan aldosa dan B1 yang sangat mudah di cerna oleh tubuh sehingga dengan cepat di metabolisme dan diserap ke peredaran darah untuk menyediakan energy, sehingga mengganti kebutuhan glukosa selama proses persalinan (Menda & Sarmauli., 2024) - Air kelapa memiliki khasiat dan nilai gizi yang baik, kandungan kalium yang terdapat pada air kelapa dapat memulihkan stamina dengan cepat, selain itu air kelapa kaya akan kandungan gula, kalsium, elektrolit, klorida, dan magnesium yang mampu meredahkan nyeri maupun meningkatkan kontraksi uterus(menda & Shihombing., 2024). - Madu berasal dari nektar yang mengandung karbohidrat seperti sukrosa, fruktosa, dan glukosa, dan senyawa (nitrogen, asam amino, vitamin,aromatik, dan mineral) kandungan tersebut dapat meningkatkan energy

			dengan cepat. (Lestari & Pramudita., 2020) - Makanan seperti crackers, gandum, agar agar dapat memberikan cadangan tambahan sebagai energy dan dapat mempercepat sistem pencernaan
MP	Tujuan : Retensio plasenta tidak terjadi Kriteria ; 1. Plasenta lahir lengkap sebelum 30 menit setelahbayi lahir 2. Kontraksi uterus baik	1. Lakukan manajemen Aktif Kala III yaitu menyuntikan oksitosin, lakukan peregangan tali pusat terkendali dan masase uterus 2. Berikan suntikan oksitosin yang kedua jika plasenta belum lahir 15 menit setelah pemberian oksitosin pertama 3. Jika plasenta belum lahir 30 menit bayi lahir segera lakukan persiapan untuk melakukan manual plasenta.	1. Tujuan Manajemen Aktif Kala III adalah untuk menghasilkan kontraksi uterus yang lebih efektif sehingga dapat mempersingkat waktu kala III dan mencegah perdarahan. 2. Penyuntikan oksitosin yang kedua dapat membantu merangsang pelepasan plasenta dengan timbulnya kontraksi yang baik. 3. dilakukan manual plasenta diharapkan plasenta dapat segera lahir dan dapat mengurangi resiko perdarahan (Ayudita, 2023)

VI. IMPLEMENTASI

Sesuai intervensi

VII. EVALUASI

Evaluasi sesuai hasil Implementasi.

ASUHAN KEBIDANAN PERSALINAN FISIOLOGI

PADA NY "..." P...A... KALA IV

II. INTERPRESTASI DATA

A. Diagnosa

Ny "…" usia… tahun, P…A…, inpartu kala IV

1. Data Subyektif

   Ibu mengatakan :

   a. Senang ari-arinya sudah lepas

   b. Perutnya masih terasa keras dan mules

   c. Darah masih keluar sedikit

2. Data Obyektif

   a. Placenta dan selaput janin lahir spontan lengkap pukul… WIB

   b. TFU ... jari dibawah pusat / sepusat

   c. Kontraksi baik

   d. Blass kosong

   e. Perdarahan <500 cc

   f. TTV :

      Tekanan darah

      Sistolik :100-130 mmHg

      Diastolik : 60-90 mmHg

      Nadi : 60-100 x/menit

      Pernapasan : 16-24 x/menit

      Suhu : 36,5-37,5ºC

B. Masalah

1. Ibu merasah lelah
2. Nyeri luka laserasi
3. Robekan jalan lahir

C. Kebutuhan

1. Pemantauan kala IV, kontraksi, TFU, kandung kemih, perdarahan
2. Cek kehilangan darah keseluruhan
3. Jaga personal hygine ibu
4. Pemenuhan kebutuhan istirahat
5. Pemenuhan cairan dan nutrisi
6. Lakukan IMD
7. Ambulansi dini
8. Lengkapi partograf
9. Pemantauan tanda bahaya
10. Manajenen masalah
    - Kelelahan
    - Robekan jalan lahir
    - Manajement nyeri persalinan

III. IDENTIFIKASI DIAGNOSA / MASALAH POTENSIAL

Perdarahan pospartum primer

IV. TINDAKAN SEGERA

-

V. INTERVENSI

Kala IV persalinan

NO	Tujuan/Kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
DX	Tujuan: Kala IV berlangsung normal selama 2 jam Kriteria : 1. Keadaan umum ibu baik TTV Sistol:100-130mmHg Diastol:6090mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit 2. TFU 2-3 jari dibawah pusat 3. Kontraksi uterus baik 4. Konsistensi keras 5. Kandung kemih kosong 6. Jumlah perdarahan< 500 cc	1. Lakukan pemantauan pada ibu setiap 15 menit pada 1 jam pertama dan 30 menit pada jam ke 2. - Ttv - Cek jumlah kehilangan darah - Kandung kemih - kontraksi	1. Pemantauan di lakukan agar dapat mendeteksi dini adanya komplikasi dan masalah yang mungkin bisa terjadi. - Pemantauan TTV dilakukan untuk mendeteksi syok akibat kehilangan darah . - Untuk mengetahui jumlah kehilanga darah dapat di lihat dengan banyaknya darah pada underped, kehilangan darah dapat mengetahui banyaknya darahyang keluar > 500 cc atau tidak. (Farisma & Yulianthi., 2024) - Melakukan pemantauan kandung kemih dengan mekastikan kandung kemih mosong sehingga kontraksi baik - Pemantauan kontraksi dilakukan untuk mencegah perdarahan postpartum.
		2. Menjaga personal hygine ibu dengan memastikan ibu bersih dan sudah mengenakan penyerap darah (pembalut, underpet) yang keluar dari jalan lahir. (Farisma & Yulianthi., 2024).	2. Personal hygine penting dilakukan agar ibu tetap nyaman, tidak terjadinya infeksi pada ibu dan penggunaan underpet atau pembalit dapat membantu mendeteksi jumlah perdarahan.
		3. Pemenuhan kebutuhan istirahat ibu dengan cara memberi kesempatan pada ibu untuk mencoba relaks tanpa adanya tekanan emosional dan fisik. (Ariyansi & sari., 20233)	3. Istirahat setelah proses persalinan dapat membantu ibu untuk memulihkan fungsi alat reproduksi dan meminimalisirkan trauma pada saat persalinan . (Ariyansi & sari., 20233)

		3. Pemenuhan kebutuhan cairan dan nutrisi dengan mengkonsumsi makanan seperti: - Air kelapa muda - Madu - Sayur bayam hijau - Buah pepaya - makanan yang mengandung protein dari nabati atau hewani seperti: telur, tahu, tempe, dan daging atau ikan. (Amelia & Putri., 2024)	3. Pemenuhan kebutuhan cairan dan nutrisi ibu harus di penuhi untuk menggantikan cairan dan nutrisi yang hilang sehingga ibu tidak dehidrasi dan kehilangan energy. (Saleng, 2023). - Air kelapa memiliki khasiat dan nilai gizi yang baik, kandungan kalium yang terdapat pada air kelapa dapat memulihkan stamina dengan cepat, selain itu air kelapa kaya akan kandungan gula, kalsium, elektrolit, klorida, dan magnesium yang mampu meredahkan nyeri maupun meningkatkan kontraksi uterus(menda & Shihombing., 2024). - Madu berasal dari nektar yang mengandung karbohidrat seperti sukrosa, fruktosa, dan glukosa, dan senyawa (nitrogen, asam amino, vitamin,aromatik, dan mineral) kandungan tersebut dapat meningkatkan energy dengan cepat. (Lestari & Pramudita., 2020) - Sayur bayam memiliki kandungan zat besi yang tinggi yang dapat meningkatkan trombosit merah dalam tubuh sehingga dapat menormalkan hemoglobin (Tombokan & Lumy., 2022). - Buah pepaya merupakan salah satu buah yang mengandung laktagogum. Lakktagogum merupakan obat yang dapat meningkatkan produksi atau memperlancar

			pengeluaran ASI, dan pepaya memilikin kandungan air yang cukup banyak sehingga dapat membantu menstabilkan ASI yang membutuhkan banyak air (Jumita & Sari., 2022) - Protein berperan penting dalam masa nifas/ setelah proses kelahiran karena dapat mempercepat proses penyembuhan, untuk pertumbuhan dan pemulihan sel pengganti jaringan yang rusak serta memperlancar proses produksi ASI (Amelia & Putri., 2024).
		4. Lakukan penjahitan perineum.	4. Penjahitan perineum di lakukan untuk memulihkan jaringan tubuh dan menghentikan Perdarahan. (manik, 2023)
		5. Lakukan IMD pada ibu, IMD di lakukan pada menit pertama hingga minmal satu jam pertama pasca persalinan (Nurianti & Murni., 2020).	5. IMD berkaitan dengan produksi hormon oksitosin, dimana hormon tersebut akan membantu rahim berkontraksi sehingga secara tidak langsung dapat mengurangi jumlah PERdarah kala IV pada ibu (Nurianti & Murni., 2020).
		6. Anjurkan ibu untuk mobilisasi dini dengan anjurkan untuk belajar miring kanan dan kiri serta belajar duduk dan berjalan setelah 2 jam postpartum. (wati., 2023)	6. Mobilisasi dilakukan untuk mempercepat involusi uteri, meningkatka sirkulasi darah, mempertahankan tonus otot, memperlancar pengeluaran lochea, dan mempercepat penyembuhan luka mencegah terjadinya trombosis dan treombeobeli dan mempercepat

			pengembalian otot-otot perut serta panggul. Dan melancarkan pengluaran lochea , mempercepat involusi uterus. (Kusumastuti., 2024) (wati., 2023)
		7. Lengkapi partograf.	7. Partograf harus di lengkapi untuk memantau kondisi ibu dan bayi serta pencatatan informasi penting terkait proses persalinan .
		8. Pemantauan tanda bahaya Kala IV di lakukan untuk mendeteksi dini komplikasi yang mungkin terjadi.	8. Tanda bahaya pada kala IV, yaitu: a. Robekan vagina, perineum atau serviks (perdarahan pasca persalinan, plasenta lengkap, berkontraksi). b. Syok (nadi cepat lemah atau lebih dari 100 x/menit, tekanan darah sistolik kurang dari 90 mmHg, pucat, berkeringat dingin, nafas cepat lebih dari 30 x/menit, produksi urine sedikit kurang dari 30 ml/jam). c. Dehidrasi (meningkatnya nadi lebih dari 100 x/menit, temperatur tubuh di atas 38°C, urine pekat, produksi urine sedikit 30 ml/jam. d. Infeksi (nadi cepat 110 x/menit atau lebih, temperature suhu > 38°C, kedinginan, cairan vagina yang berbau busuk). e. Eklampsia berat atau Eklamsia (Tekanan darah diastolik 110 mmHg atau lebih, tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih dengan kejang).

			f. Kandung kemih penuh (uterus sulit di palpasi, TFU di atas pusat, uterus condong ke satu sisi. (Dewi Nopiska Lilis, 2023)
M1	Tujuan : Lelah ibu dapat teratasi Kriteria : 1. Keadaan ibu baik 2. Ibu sudah mau makan dan minum 3. Ibu beristirahat 4. TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg DJJ: Frekuensi 120-160 kali/ menit T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit	1. Tetap menghadirkan pendamping 2. Anjurkan suami atau keluarga untuk memberikan makanan dan minuman kepada ibu. 3. Anjurkan ibu untuk beristirahat	1. Kehadiran pendamping memberi kenyamanan bagi ibu sehingga ibu dapat beristirahat dengan tenang (Chris Sriyanti S. , 2023). 2. Nutrisi makanan dan minuman sangat penting bagi ibu yang baru saja melewati proses persalinan karena dalam proses persalinan ibu banyak kehilangan tenaga dan asupan nutrisi. 3. Istirahat dapat mengatasi kelelahan , dimana metabolisme tubuh dan otot-oto tubuh rileks sehingga dapat kembali bekerja dengan normal.
M2	Tujuan: Rasa nyeri luka perineum dapat berkurang. Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit 2. Raut wajah ibu tidakmerintis 3. Skala neri berkurang	1. Anjurkan penjelesan tentang tehnik pengurangan rasa nyeri yaitu dengan teknik relaksasi nafas dalam dengan teknik inhalasi (hirup) dan ekshalasi (hembuskan) yang dilakukan secara teratur dan mendalam. (Chandraloka, 2024). 2. Anjurkan ibu untuk relaksasi nafas dalam dengan teknik inhalasi (hirup) dan ekshalasi (hembuskan) dilakukan secara teratur dan mendalam.	1. Relaksasi nafas dalam akan menghasilkan efek yang baik yaitu menghasilkan oksigen yang cukup untuk mengalir ke darah dan kemudian di alirkan ke seluruh tubuh sehingga merasa lebihtenanf dan stabil (Chandraloka, 2024). 2. Relaksasi nafas dalam memberikan efek yang dapat mengurangi nyeri dan mengontrol intensitas reaksi terhadap nyeri, dan mampu merangsang tubuh untuk melepaskan opoid endogen yaitu endorfin dan enkafalin yang berfungsi sebagai inhibitor terhadap transmisi nyeri (Hikmah

			& Lumy., 2023) Kompres dingin memiliki efek analgesik yang mampu mengurangi nyeri melalui penyempitan pembuluh darah ke luka atau di sebut dengan vasokontriksi sehingga mengurangi metabolisme dalam jaringan sehingga mengurangi resiko perdarahan dan odema.
		3. Lakukan kompres dingin menggunakan cold pack dengan suhu 2-3*C, selama 10-20 menit.	3. Asam mefenama merupakan obat antiflamasi nonsteroid, analgesik, dan antipiritik yang di gunakan untuk menghilangkan rasa nyeri/sakit dan menghambat sintetase prostaglandin (Moll & Derry., 2023)
		4. Terapi non farmokologis berikan analgesik asam mefenamat dosis 500 mg dengan anjuran 3×1/ hari.	
M3	Tujuan : Luka perineum teratasi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90 mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit 2. Luka tertutup, perdarahan (-) odema (-) haematoma (-)	1. Informasikan penjahitan perineum. 2. Penjahitan perineum bila diperlukan pada derajat 1-2, rujukan bila robekan derajat 3-4. Langkah langkah penjahitan robekan jalan lahir: sebelum melakukan penjahitan penting dilakukan informet consent, mempersiapkan alat. Mencuci tangan, dan mempersiapkan pasien. a. Membersihkan vulva, perineum dengan kapas DTT dan memastikan	1. Informasi dapat membantu ibu untuk memahami kondisinya dan melindungi tenaga kesehatan mengenai tindakan yang di lakukan dari hukum. 2. Penjahitan perineum di lakukan untuk menghentikan perdarahan dan menyatukan kembali jaringan tubuh dan Penjahitan perineum harus dilakukan sesuai dengan prosedur dan standar untuk menghindari terjadinya masalah/komplikasi (Rochmayati, 2019) a. Membersihkan vulva menggunakan kapas DTT di

		laserasi derajat II	lakukan untuk memastikan area perineum terbebas dari bakteri atau kuman yang dapat menyebabkan infeksi dan memastikan luka robekan derajat II untuk menentukan tindakan yang sesuai (Rosa., 2021).
		b. Memasang tampon vagina dan duck lobang steril.	b. Pemasangan tampon di lakukan untuk menghentikan perdarahan.
		c. Melakukan anestesi lokal di sekeliling pinggiran luka, kemudian menggunakan pincet untuk menarik jarum melalui jaringannya, dan mengikat dengan simpul mati dan pendekatan ujung simpul kira kira 1cm.	c. Anestesi dilakukan untuk mengurangi rasa sakit pada bagian luka dengam memperhatikan aspek sayang ibu.
		d. Menjahit mukosa vagina dengan menggunakan jahitan jelujur sampai cincin hymen yang kemudian akan menembus mukosa vagina sampai ke belakang cincin hymen dan menarik keluar pada luka perineum.	d. Jahitan jelujur dilakukan untuk menyatukan jaringan yang robek, dengan kelebihan redahnya rasa nyeri, sedikit jahitan, dan cepatnya pentembuhan (Andarwulan., 2020).
		e. Setelah mencapai ujung yang paling akhir dari luka, memutar arah jarum dan memulai menjahit ke arah vagina dengan menggunakan jahitan subcuticuler.	e. Penjahitan sub cutikuler merupakan penjahitan estetik dan mengurangi kontaminasi benang dengan darah lochea sehingga mengurangi resiko infeksi dan mempercepat

			penyembuhan luka.
		f. Menusukkan jarum dari robekan perineum kearah vagina di belakang cincin hymen untuk diamnkan mengikat dengan simpul mati dan potong benangnya hingga tersisa 1 cm.	f. Simpul mati berperan untuk mengunci jahitan agar tidak terbuka.
		g. Memeriksa kerapihan jahitan dan pastikan bahwa tidak ada suatu yang tertinggal (kassa, tampon atau alat) di dalam vagina ibu.	g. Kerapihan jahitan dapat mendukung proses penyembuhan yang optimal , mengurangi mengurangi rasa sakit dan ketidaknyamanan serta memastikan tidak ada suatu yang tertinggal (kassa, tampon atay alat) untuk mencegah ifeksi dan perdarahan)
		h. Membersihkan vulva dengan kassa steril dan Merapikan pasien, Membereskan alat-alat dan melakukan dekontaminasi.	h. Dekontaminasi dilakukan untuk mencegah terjadinya infeksi, menjaga kebersihan, menghindari berkembangnya kuman/ bakteri.
		i. Mencuci tangan dibawa air mengalir menggunakan sabun dan melakukan dokumentasi	i. Mencuci tangan di air mengalir penting di lakukan untuk membersihkan tangan dari kotoran yang mengandung kuman dan menghindari penularan penyakit yang mungkin terjadi.
		3. Beri Konseling pada ibu untuk merawat luka perineum : - Menjaga daerah perineum dengan cara menganti pakaian dalam jika terasa lembab. - Menjaga kebersihan daerah genetalia setelah BAB dan	3. Perawatan luka perineum dilakukan untuk menghindari terjadinya infeksi: - Kuman dan bakteri akan berkembang lebih cepat pada daerah yang lembab

		BAK dengan membersihkan atau mengeringkan menggunakan tissue.	- Kebersihan daerah genetalia penting untuk dilakuakn agar mempercepat penyembuhan luka perineum.
MP	Tujuan : Perdarahan post partum primer tidak terjadi Kriteria: 1. Keadaan umum ibu baik TTV Sistol :100–130mmHg Diastol :60-90 mmHg T : 36,5-37,5 ºC N : 80-100 x/menit RR : 16-24 x/menit. 2. Ibu tidak pucat 3. Perdarahan <500 cc	1. Lakukan pemantauan TTV, TFU, kontraksi uterus dan kandung kemih 2. Evaluasi darah kehilangan. 3. Anjurkan ibu untuk melakukan masase dan mengecek kontraksi uterus. 4. Anjurkan ibu untuk mengosongkankandung kemih. 5. Apabila terjadi perdarahan lakukan tindakan untuk mengatasi perdarahan dengan cara mengecek sumber perdarahan.	1. Dengan dilakukan pemantauan TTV dapat mengetahui ada atau tidak tanda-tanda syok dan infeksi pada ibu. 2. Dengan mengevaluasikan kehilangan darah dapat mengetahui seberapa banyak darah yang keluar dan memberikan penanganan yang sesuai. 3. Dengan ibu melakukan masase dapat membantu uterus berkontraksi dan dapat mencegah perdarahan. 4. Setelah kandung kemih kosong dapat membantu uterus berkontraksi dan perdarahan tidak terjadi. 5. Dengan mengetahui sumber perdarahan dapat memberikan tindakan sesuai masalah yang ada.

VI. IMPLEMENTASI

Sesuai intervensi

VII. EVALUASI

Evaluasi sesuai hasil Implementasi

Asuhan Kebidanan Pada Neonatus 0-6 Jam

ASUHAN KEBIDANAN PADA BY.”…” UMUR 0-6 JAM DENGAN BAYI BARU LAHIR FISIOLOGIS

Hari/Tanggal pengkajian	Diisi berdasarkan hari dan tanggal pengkajian
Jam pengkajian	Diisi berdasarkan jam saat pengkajian (WIB)
Tempat pengkajian	Diisi berdasarkan tempat dilakukan pengkajian
Pengkajian	Diisi berdasarkan nama pengkaji

1. PENGKAJIAN

A. Data Subjektif

1. Biodata bayi

Nama	:	Diisi sesuai dengan kartu identitas orang tua
Umur	:	Dihitung dari waktu kelahiran sampai saat ini ditulis dalam (menit, jam, hari)
Jam lahir	:	Diisi pada saat bayi lahir
Tanggal lahir	:	Diisi sesuai dengan tanggal, bulan dan tahun lahir
Jenis kelamin	:	Laki-laki/perempuan

2. Orang tua ibu dan suami

Nama	:	Diisi sesuai dengan kartu identitas
Umur	:	Dihitung berdasarkan tahun sejak tanggal lahir dalam tahun
Agama	:	Diisi berdasarkan agama yang dianut

Suku	:	Diisi berdasarkan kartu identitas
Pendidikan	:	Diisi berdasarkan Pendidikan terakhir yang telah diselesaikan
Pekerjaan	:	Diisi sesuai dengan aktivitas
Alamat	:	Diisi sesuai dengan alamat tempat tinggal

3. Keluhan utama

Ibu mengatakan telah melahirkan anaknya yang ke… 0 jam yang lalu, jenis kelamin L/P pada tanggal…pukul…WIB, saat lahir langsung menangis kuat

4. Riwayat Kesehatan

a. Riwayat Kesehatan ibu

Ibu mengatakan tidak mengalami penyakit menular (TBC,PMS,HIV/AIDS,Hepatitis), penyakit keturunan (asma, diabetes, jantung, hipertensi), dan penyakit menahun (ginjal dan jantung)

b. Riwayat Kesehatan keluarga

Ibu mengatakan didalam keluarga tidak memiliki penyakit menular (TBC,PMS,HIV/AIDS,Hepatitis), penyakit keturunan (asma, diabetes, jantung, hipertensi), dan penyakit menahun (ginjal dan jantung)

c. Riwayat prinatal dan natal

1) Kehamilan kurang/cukup/lewat bulan, ibu sedang/tidak sedang mengalami preeklamsi dan eklamsi, ibu mengalami

perdarahan antepartum/tidak, dan tidak mengonsumsi napza selama hamil.

2) Proses persalinan normal/dengan tindakkan (vakum, section casarea, forcep,dll), lama kala I 8-12 jam, kala II 1-2 jam. Keadaan air ketuban jernih/keruh/kehijauan. Bayi lahir tidak menangis, warna tubuh tidak merah, dan lemas.

3) Air ketuban tidak/bercampur mekonium

4) Ada/tidak lilitan tali pusat

5) Ada/tidak komplikasi kala II

d. Riwayat post natal

Bugar	:	Bayi menangis spontan, warna kulit merah, nafas tidak megap-megap
Usaha nafas	:	Tanpa bantuan
Kebutuhan resusitasi	:	Ada /Tidak

B. Data Objektif

a. Penilaian kebugaran

b. Bayi lahir cukup bulan

c. Air ketuban jernih

d. Bayi menangis kuat dan bernafas tidak megap-megap

e. Tonus otot kuat

f. Warna kulit kemerahan

II. INTERPRETASI DATA

A. Diagnos

By. Ny"..." umur … 0-6 jam, bayi baru lahir fisiologis

Data Subjektif

Ibu mengatakan telah melahirkan anaknya yang ke…0 jam yang lalu, jenis kelamin laki-lai/perempuan pada tanggal…pukul…WIB, saat lahir langsung menangis kaut

Data Objektif

Penilaian kebugaran

1. Bayi lahir cukup bulan
2. Air ketuban jernih
3. Bayi menangis kuat dan bernafas tidak megap-megap
4. Tonus otot kuat
5. Warna kulit kemerahan

B. Masalah

Adaptasi fisiologi

C. Kebutuhan

1. Keringkan dan stimulasi dini
2. Menunda pemotongan tali pusat 1-3 menit/setelah tali pusat berhenti berdenyut
3. Pemantauan APGAR score 1 menit, 5 menit, 10 menit, 15 menit
4. Lakukan IMD minimal 1 jam

5. Berikan suntik Vitamin K (bayi dengan berat lahir lebih dari 1500 gram = 1 mg, BB < 1500 gr = 0,5 mg) pada 1 jam setelah lahir secara IM di paha kiri anterolateral
6. Berikan salep mata antibiotik tetrasiklin 1% pada kedua mata, diberikan segera setelah proses IMD
7. Beri imunisasi Hepatitis B 0,5 ml intramuscular, di paha kanan anterolateral , kira-kira 1-2 jam setelah pasca kelahiran
8. Perawatan tali pusat
9. Skin to skin minimal 6 jam
10. Penundaan pemeriksaan fisik lengkap minimal 1 jam dan sebelum 24 jam
11. Nutrisi ASI eksklusif 3-17cc/kg BB perhari pada hari pertama
12. Deteksi dini tanda bahaya

III. MASALAH POTENSIAL

A. Hipotermia

B. Hipoglikemia

IV. TINDAKKAN SEGERA

Ada/tidak

V. INTERVENSI

No	Tujuan/kriteria	Intervensi	Rasional
Dx	Tujuan: Bayi baru lahir 0-6 jam berlangsung normal Kriteria: APGAR SCORE dalam batas normal	1. Keringkan tubuh bayi mulai dari muka, kepala dan bagian tubuh lainnya kecuali bagian tangan, tanpa membersihkan verniks. Segera ganti	1. Dengan mengeringkan tubuh bayi, bisa mencegah terjadinya kehilangan panas pada bayi (Pohan, 2022)

	a. Nafas spontan 40-60x/ menit b. Bayi menangis kuat c. Warna kulit kemerahan d. Tonus otot kuat e. Ekstermitas gerakkan aktif 1. Suhu dalam batas normal suhu; 36,5-37,5 drajat celcius 2. IMD telah dilakukan minimal 1 jam 3. Vit K dan Hb0 telah diberikan 4. Salep mata telah diberikan 5. Tidak ada perdarahan tali pusat 6. ASI telah diberikan 7. Skin to skin telah dilakukan	handuk basah dengan handuk kering (Pohan, 2022) 2. Lakukan penjepitan tali pusat 1-3 menit pasca bayi lahir/ setelah tali pusat berhenti berdenyut. Lakukan penjepitan ke-2 dengan jarak 2 cm dari penjepitan ke-1 ke arah ibu potong dengan gunting steril dan ikat tali pusat sampai pulsasi darah tali pusat berhenti. Tunda pemotongan tali pusat selama 1-3 menit (Shamini, Kabuhung, & Iswandari, 2021) 3. Lakukan penilaian APGARSCORE pada 1 menit, 5 menit, 10 menit, 15 menit setelah bayi lahir (Yulianti & Ningsi., Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir, 2019) 4. Lakukan kontak kulit ibu dengan kulit bayi IMD minimal 1 jam dengan cara letakkan bayi tengkurap di dada ibu, sehingga bayi menempel di dada ibu dan kepala bayi harus berada di anatara payudara ibu tapi posisi kepala bayi lebih rendah dri putting, selimuti ibu dan bayi dengan kain hangat dan pasang topi dikepala bayi (Afrida & Aryani, 2022)	2. Dengan dilakukannya penundaan pemotongan tali pusat dapat menyediakan tambahan darah sebanyak 80-100 ml pada bayi baru lahir yang mengndung zat 75 mg zat besi sebagai hemolobin yang mencakupi kebutuhan zat besi pada bayi baru lahir cukup bulan (Shamini, Kabuhung, & Iswandari, 2021) 3. Dengan melakukan penilaian APGARSCORE untuk menentukan bayi dalam kondisi baik (Yulianti & Ningsi., Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir, 2019) 4. Dengan melakukan IMD pada BBL dapat membantu menstabilisasikan pernafasan, IMD dapat mempercepat pengeluaran ASI. Selain itu, menfaat IMD bagi ibu dapat mengoptimalkan pengeluran hormon oksitosin,prolaktin dan secara psikologis dapat menguatkan ikatan batin ibu dan bayi (Afrida & Aryani, 2022)

		5. Pemberian Vitamin K 1 ml, 1 jam setelah lahir secara IM di paha kiri anterolateral setelah inisiasi menyusui dini (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023)	5. Hati bayi belum berfungsi sampai usia 2 bulan, sehingga produksi vitamin K oleh tubuh belum berfungsi dengan baik. Pemberian Vit K dapat mencegah terjadinya perdarahan di berbagai organ tubuh pasca kelahiran (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023)
		6. Pemberian salep mata antibiotik tetrasiklin 1% pada kedua mata (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023)	6. Pemberian salep mata dapat mencegah terjadinya penyakit mata karena klamidia (penyakit menular seksual) perlu diberikan obat mata pada 1 jam setelah persalinan (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023)
		7. Berikan imunisasi Hb0, 0,5 ml secara IM di paha kanan aterolateral kira-kira 1-2 jam setelah pemberian Vit K (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023)	7. Pemberian imunisasi Hepatitis B ini diharpkan dapat mencegah terjadinya infeksi hepatitis B (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023)
		8. Lakukan perawatan tali pusat dengan metode topikal ASI di lakukan dengan cara mengoleskan ASI pada pangkal tali pusat menggunakan cottonbud dan menjaga agar tetap bersih,kering dilakukan 2 kali dalam sehari setelah mandi pagi dan sore (Silaen & Siregar, Pemberdayaan Ibu	8. ASI mengandung kadar protein tinggi yang berperan dalam proses perbaikkan sel-sel yang rusak dan membantu proses penyembuhan luka hingga mampu mempercepat waktu pelepasan tali pusat (Silaen & Siregar, Pemberdayaan Ibu Nifas Dalam Melakukan Perawatan Tali Pusat

		Nifas Dalam Melakukan Perawatan Tali Pusat Menggunakan Topikal ASI Dengan Lama Pelepasan Tali Pusat Pada Bayi Baru Lahir , 2023)	Menggunakan Topikal ASI Dengan Lama Pelepasan Tali Pusat Pada Bayi Baru Lahir , 2023)
		9. Lakukan skin to skin minimal 6 jam (Afrida & Aryani, 2022)	9. kontak kulit ke kulit adalah salah satu cara metode yang paling efektif untuk mencegah kehilangan panas. (Afrida & Aryani, 2022)
		10. Lakukan pemeriksaan fisik pada bayi minimal 1 jam pasca lahir dan sebelum 24 jam (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023)	10. Pemeriksaan fisik pada bayi untuk dapat memastikan bayi baru lahir dalam keadaan sehat dan tidak memiliki kelainan ataupun gangguan Kesehatan, penundaan pemerksaan fisik pada bayi dapat menjaga suhu tubuh bayi tetap dalam batas normal (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023)
		11. Pemberian ASI sedini mungkin IMD (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023)	11. Pemberian ASI sedini mungkin dapat mengkoreksi kadar glukosa yang hilang pada bayi dan mencegah terjadinya hipoglikemia (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023)
		12. Lakukan pemantauan tanda bahaya dan deteksi dini (Tambunan & Simatupang, 2023)	12. Pemantauan tanda bahaya pada bayi baru lahir sebagai deteksi dini adanya gangguan sejak awal kelahiran, sehingga

			apabila ditemukan gangguan/kelainan dapat diantisipasi sedini mungkin (Tambunan & Simatupang, 2023)
M1	Tujuan; Bayi lahir tidak kehilangan panas Kriteria: 1.Suhu: 36,5-37,5°C 2.kulit: tidak pucat, warna kemerahan-merahan 3.ekstermitas: hangat	1. Lakukan upaya agar bayi tetap hangat (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023) 2. Lakukan kontak kulit ibu dengan kulit bayi IMD minimal 1 jam dengan cara letakkan bayi tengkurap di dada ibu, sehingga bayi menempel di dada ibu dan kepala bayi harus berada di anatara payudara ibu tapi posisi kepala bayi lebih rendah dri putting, selimuti ibu dan bayi dengan kain hangat dan pasang topi dikepala bayi (Afrida & Aryani, 2022) 3. Menjaga suhu tubuh bayi agar tetap normal dengan memperhatiakn mekanisme kehilangan panas (sriyanti & ferina, 2023)	1. Menjaga suhu tubuh bayi diharapkan suhu tubuh bayi tetap dalam keadaan normal dan dapat mencegah terjadinya kehilangan panas (Suherlin, Yulianingsih, & porouw, 2023) 2. Melakukan IMD pada BBL dapat membantu menstabilisasikan pernafasan, IMD dapat mempercepat pengeluaran ASI. Selain itu, menfaat IMD bagi ibu dapat mengoptimalkan pengeluran hormon oksitosin,prolaktin dan secara psikologis dapat menguatkan ikatan batin ibu dan bayi (Afrida & Aryani, 2022) 3. Menjaga kehilangan panas tubuh bayi, karena evaporasi, konveksi, dan radiasi dapat mengurangi risiko kehilangan panas. (sriyanti & ferina, 2023)

MP1	Tujuan: Hipotermi tidak terjadi Kriteri: 1.suhu:36,5-37,5°C 2.kulit:tidak pucat,warna kulit kemerah merahan 3.ekstermitas:hangat	1. Jangan segera mandikan bayi baru lahir sebelum 6 jam atau 24 jam (Noordiati, 2019)	1. Pada 24 jam pertama merupakan adaptasi fisiologi terbesar. Menunda memandikan bayi segera setelah lahir dapat mencegah terjadinya kehilangan panas karena sistem pengaturan panas dalam tubuhnya belum sempurna. (Noordiati, 2019)
		2. Letakkan bayi di ruangan yang hangat (sriyanti & ferina, 2023)	2. Suhu ruangan atau kamar sekitar 28-30 °C untuk mencegah bayi kehilangan panas karena radiasi (sriyanti & ferina, 2023)
		3. Ganti kain atau popok yang basah dengan popok dengan kain yang kering jika terkontaminasi dengan tinja atau urine (Noordiati, 2019)	3. Dengan menggantikan pakaian atau popok yang basah salah satu upaya untuk mencegah kehilanagan panas dikarenakan konduksi (Noordiati, 2019)
		4. Anjurkan ibu untuk melakukan skin to skin dan menyusui bayinya (Yunura, NR, & Ernita., 2022)	4. Dengan melakukan kontak kilit ke kulit adalah salah satu metode yang paling efektif untuk mencegah kehilangan panas, mencegah termoregulasi (Yunura, NR, & Ernita., 2022)

MP2	Tujuan: Tidak terjadi hipoglikemia Kriteria: 1.kadar glukosa normal pada bayi >45mg/dl 2.ASI adekuat	1. Pemberian ASI sedini mungkin IMD (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023) 2. Koreksi penurunan gula darah dengan cara a) melalui pemberian ASI yang sehat b) melalui penggunaan cadangan glikogen c) melalui pembentukkan glukosa dari sumber lain, terutama lemak (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023)	1. ASI dini dapat mengkoreksi kadar glukosa yang hilang pada bayi dan mencegah terjadinya hipoglikemia (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023) 2. ASI dapat mencegah penurunan gula darah dalam waktu yang cepat 1-2 jam pada setiap bayi baru lahir (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023)

VI. IMPLEMENTASI

Implementasi sesuai dengan intervensi

VII. EVALUASI

Evaluasi sesuai dengan implementasi

ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU NIFAS

6 JAM -48 JAM FISIOLOGIS

Hari/tanggal pengkajian : Untuk mengetahui hari dan tangal pengkajian

Jam pengkajian : Untuk mengetahui waktu pegkajian

Tempat pengkajian : Untuk mengetahui tempat pengakajian

Pengkaji : Untuk mengetahui siapa pengkaji

I. PENGKAJIAN

A. Data Subjektif

1. Identitas

Biodata pasien

Nama : Untuk mengetahui identitas pasien dari KTP

Umur : Tanggal/Bulan/Tahun Lahir

Agama : Untuk menentukan agama yang dianut oleh pasien

Suku/Bangsa : Untuk menentukan suku daerah pasien

Pendidikan : Untuk menentukan Pendidikan terakhir pasien

Alamat : Untuk menentukan alamat pasien

Perkerjaan : Untuk menentukan jenis perkerjaan pasien

Biodata suami

Nama : Untuk mengetahui identitas suami pasien dari KTP

Umur : Tanggal/Bulan/Tahun Lahir

Agama :Untuk menentukan agama yang dianut oleh suami pasien

Suku/Bangsa : Untuk menentukan suku daerah suami pasien

Pendidikan : Untuk menentukan Pendidikan terakhir suami pasien

Alamat : Untuk menentukan alamat suami pasien

Perkerjaan : Untuk menentukan jenis perkerjaan suami pasien

2. anamnesis

a. Keluhan utama

Ibu mengatakan telah melahirkan anak ke- …., Jam yang lalu secara normal, sekarang mengeluh perut bagian bawah masih mules, keluar darah berwarna merah kehitaman/kecoklatan/ putih dari kemaluan dan sudah bisa BAK.. jam yang lalu

b. Riwayat kesehatan

1) Riwayat kesehatan sekarang

Ibu mengatakan tidak sedang menderita penyakit menular seperti TBC, hepatitis,HIV/AIDS maupun penyakit keturunan seperti jantung, asma, dan kencing manis.

2) Riwayat kesehatan yang lalu

Ibu mengatakan tidak pernah menderita penyakit menular seperti TBC, hepatitis, HIV/AIDS maupun penyakit keturunan seperti jantung, asma, dan kencing manis.

3) Riwayat kesehatan keluarga

Ibu mengatakan didalam keluarga tidak ada yang menderita penyakit menular seperti TBC, HIV/AIDS maupun penyakit keturunan seperti jantung, asma, dan kencing manis.

c. Riwayat menstruasi

Usia Mennarche : (11-13 tahun)

Siklus : (28-30 hari)

Lamanya : (5-7 hari)

Banyaknya : (2-3x ganti pembalut/ hari)

Masalah : - Disminorhea
- Amenorhea

d. Riwayat perkawinan

Pernikahan ke : ...x

Usia saat menikah : ...tahun

Usia Perkawinan : …tahun

e. Kontrasepsi

Jenis kontrasepsi : Suntik, Pil, IUD, Implan, dll

Lama pemakaian : ..... Tahun/Bulan

Alasan berhenti : Ada/Tidak

f. Riwayat Kehamilan, Persalinan, Nifas, dan Anak yang Lalu

No	Kehamilan			Persalinan					Bayi		Ket
	Thn	UK	ANC	Tgl	Tmpt	Penolong	Jenis	Penyulit	JK/ BB	BB	
Ini		…. Mg	x	…..	…..	Dokter/ bidan	…	Ada/ tidak	Lk/ pr	...gr	-

g. Riwayat kehamilan sekarang

HPHT : Diisi sesuai hari pertama haid terakhir pasien

Kehamilan : Diisi oleh bidan sesuai dengan hitungan umur

Usia kehamilan : Diisi sesuai umur kehamilan dalam minggu yangdihitung dari haid pertama haidt erakhir

ANC : 6 kali (TM 1 : 1x, TM 2 : 2x, TM 3 : 3x)

Screening TT : T5

TM 1

Frekuensi ANC : Diisi sesuai dengan berapa kali ibu melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 1 kali

Kalk : … Butir

Tempat : Di isi sesuai dengan tempat dimana ibu melakukan pemeriksaan kehamila

TM II

Frekuensi : Di isi sesuai dengan berapa kali ibu melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 1x

FE : … Butir

Kalk : … Butir

Tempat : Di isi sesuai dengan tempat dimana ibu melakukan pemeriksaan kehamilan

TM 3

Frekuensi :Diisi sesuai dengan berapa kali ibu melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 1 kali

FE :Minimal 90 Butir

Kalk : … Butir

h. Riwayat persalinan sekarang

Tanggal Persalinan : Hari/Tanggal/Bulan/Tahun

Jam Persalinan : …… WIB

Jenis Persalinan : spontan Pervaginam/ SC

Penolong : Bidan/dokter

Kala I

Lama :.... Jam

Masalah : Ada/tidak ada bila ada sebutkan : (KPD, Ketuban pecah dini, Induksi, dll)

Kala II

Lama :.... Jam

Masalah : Ada/tidak ada bila ada sebutkan (kala II lama, Episiotomi/ robekan spontan dll)

Kala III

Lama :.... Jam

Masalah : Ada/tidak ada ada bila ada sebutkan (retensio plasenta, ,infeksi postpartum, subinvolusi uterus, robekan jalan lahir.hematoma parineal dll)

Kala IV

Lama :.... Jam

Masalah : Ada/tidak ada ada bila ada sebutkan (PPH,

thromboplebitis, retensi urine dll)

Bayi baru lahir

Jenis Kelamin : Laki-laki /Perempuan

BB : 2.500-4.000 gram

PB : 48-50 Cm

i. Pemenuhan kebutuhan sehari hari

1) Makan

Frekuensi : (2-3x/ hari)

Jenis Makanan : nasi, sayur, lauk pauk (kalori)

Nafsu Makan : biasa/kurang

Pantangan : ada/ tidak ada

2) Minum

Frekuensi : 2-3 liter/ hari

Jenis : air putih, teh manis, susu

Masalah : ada/tidak ada

3) Eliminasi

a) BAB

Frekuensi : (normal 1-2x/hari)

Konsistensi : lunak/padat/cair

Warna : kuning kecoklatan

Bau : khas feses

Masalah : (kemungkinan akan muncul masalah sembelit atau sesuai dengan keluhan

ibu)

b) BAK

Frekuensi :Dihitung dari banyaknya BAK dalam 24 jam

Warna : kuning

Bau : khas urin

Masalah :(kemungkinan terjadi masalah incontenesia urine atau sesuai dengan keluhan ibu)

4) Istirahat Tidur

Siang : ± 1-2 jam

Malam : ± 6-8jam

Masalah : Ada/ Tidak (kurang tidur menyusui pada malam hari, bayi rewel)

Tabel EDPS

Sumber : https://journal.uwks.ac.id/index.php/jikw/article/download/38/37

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)	
Nama :	Alamat :
Tanggal lahir:	
Tanggal kelahiran bayi:	No telepon :
Sebagaimana kehamilan atau proses persalinan yang baru saja anda alami, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan anda saat ini. Mohon memilih jawaban yang paling mendekati keadaan perasaan anda **DALAM 7 HARI TERAKHIR**, bukan hanya perasaan anda hari ini. Dibawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya. Saya merasa bahagia: □ Ya, setiap saat □ Ya, hampir setiap saat □ Tidak, tidak terlalu sering □ Tidak pernah sama sekali Arti jawaban diatas ialah: “saya merasa bahagia di hampir setiap saat” dalam satu minggu terakhir ini. Mohon dilengkapi pertanyaan lain dibawah ini dengan cara yang sama.	

Dalam 7 hari terakhir:

1. Saya mampu tertawa dan merasakan hal-hal yang menyenangkan
   - Sebanyak yang saya bisa
   - Tidak terlalu banyak
   - Tidak banyak
   - Tidak sama sekali
2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan
   - Sebanyak sebelumnya
   - Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya
   - Kurang dibandingkan dengan sebelumnya
   - Tidak pernah sama sekali
3. * Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya
   - Ya, setiap saat
   - Ya, kadang-kadang
   - Tidak terlalu sering
   - Tidak pernah sama sekali
4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir tanpa alasan yang jelas
   - Tidaak pernah sama sekali
   - Jarang-jarang
   - Ya, kadang-kadang
   - Ya, sering sekali
5. * Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas
   - Ya, cukup sering
   - Ya, kadang-kadang
   - Tidak terlalu sering
   - Tidak pernah sama sekali
6. * Segala sesuatunya terasa sulit untuk dikerjakan
   - Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya
   - Ya, kadang-kadang saya tidak mampu menangani seperti biasanya
   - Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tangani
   - Tidak pernah, saya mampu mengerjakan segala sesuatu dengan baik
7. * Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur
   - Ya, setiap saat
   - Ya, kadang-kadang
   - Tidak terlalu sering
   - Tidak pernah sama sekali
8. * Saya merasa sedih dan merasa diri saya menyedihkan
   - Ya, setiap saat
   - Ya, cukup sering
   - Tidak terlalu sering
   - Tidak pernah sama sekali
9. * Saya merasa tidak bahagia sehingga menyebabkan saya menangis
   - Ya, setiap saat
   - Ya, cukup sering
   - Disaat tertentu saja
   - Tidak pernah sama sekali
10. *Muncul pikiran untuk menyakiti diri saya sendiri
    - Ya, cukup sering
    - Kadang-kadang
    - Jarang sekali
    - Tidak pernah sama sekali

Diperiksa/ditelaah oleh: _____ Tanggal:_____

5) Keadaan Psikososial Dan Spritual

Hubungan suami istri : harmonis

Hubungan istri dengan keluarga : baik/kurang

Kelahiran yang diharapkan : ya/tidak

Keyakinan terhadap agama : baik/kurang

B. DATA OBJEKTIF

1. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : Baik/lemah

Kesadaran : composmentis

Tanda-Tanda Vital

TD : (systole 90-130mmHg

Diastole 60-80mmHg)

Suhu : 36,5˚- 37 ˚ C

Nadi : 60-80 x/menit

Pernafasan : 20-24 x/menit

2. Pemeriksaan fisik

a. Kepala

Kebersihan : Baik/cukup/kurang

Benjolan : Ada / Tidak ada

Distribusi rambut : Merata / Tidak

b. Muka

Keadaan : pucat / Tidak

Oedema : Ada / Tidak ada

Masalah : Ada / Tidak ada

c. Mata

Konjungtiva : Anemis / An anemis

Sclera : Iketrik / An ikterik , perdarahan

Masalah : Ada / Tidak ada

d. Hidung

Kebersihan : Bersih/cukup/kurang

Kelainan : Ada / Tidak ada

e. Mulut

Mukosa bibir : Kering / Lembab

Gusi : Ada Pembengkakan / Tidak

Gigi : Ada Caries / Tidak

Kebersihan : Bersih / Tidak

f. Telinga

Pendengaran : Baik / Tidak Baik

Pengeluaran cairan abnormal : Ada / Tidak ada

Kelainan : Ada / Tidak ada

g. Leher

Pembesaran kelenjar thyroid : Ada / Tidak ada

Pembesaran kelenjar parotis : Ada / Tidak ada

Pembesaran vena jugularis : Ada / Tidak ada

h. Payudara

Puting susu : datar/menonjol

Areola mammae : Hiperpigmentasi

Lesi : Ada / Tidak ada

Massa / benjolan abnormal : Ada / Tidak ada

Pengeluaran ASI : (+/-)

Nyeri tekan : Ada / Tidak ada

i. Abdomen

Linea : alba/nigra

Striae : albicans/liviade

TFU : 2-3 jari dibawah pusat

Kontraksi uterus :keras/lembek

Massa/benjolan abnormal : ada/tidak ada

Kandung kemih : kosong/penuh

Diatasis Recti : ada > 2CM

Tidak ada <2cm

j. Genitalia

Keadaan vulva : hematoma/Tidak ada

Keadaan perineum : ada jahitan/ tidak ada

Kebersihan : bersih/cukup/kurang

Pengeluaran lochea : Rubra (Merah Kehitaman)

Bau : khas lochea

Tanda infeksi : Ada/Tidak

k. CVA : (-) /(+)

l. Ekstremitas

1) Atas

Warna kuku : pucat/tidak pucat

Oedema : ada/tidak ada

2) Bawah

Warna kuku : pucat/tidak pucat

Oedema : ada/tidak ada

Varises : ada/tidak ada

Tanda Homan : (+)/(-)

3. Pemeriksaan penunjang

Hb : ≥ 11 gr%

II. INTERPRETASI DATA

A. Diagnosa

Ny "….. " umur …. tahun P.. A .. nifas 6 jam-48 jam Fisiologis

Data subjektif

Nifas 6 jam, ibu mengatakan:

- Telah melahirkan anak ke …,…..jam yang lalu secara normal.
- Sekarang mengeluh perut bagian masih teras mules, keluar darah berwarna merah kehitaman dari kemaluan

- Sudah bisa BAK…jam yang lalu

Data objektif:

1) Keadaan Umum : Baik/lemah

   Kesadaran :composmenthis

2) Tanda-Tanda Vital

   TD : (systole 90-120mmHg,

   Diastole 60-80mmHg)

   Suhu : 36,5˚- 37 ˚ C

   Nadi : 60-80 x/menit

   Pernafasan : 20-24 x/menit

3) Payudara

   Putting susu : menonjol/datar

   Areola mammae : hiperpigmentasi

   Massa/benjolan : ada/tidak ada

   Lesi : ada/tidak ada

   Pengeluaran : ASI (+/-)

   Nyeri tekan : ada/tidak ada

4) Abdomen

   Linea : alba/nigra

   Striae : albicans/liviade

   TFU : 1 jari dibawah pusat

   Kontraksi uterus :keras/lembek

   Massa/benjolan abnormal : ada/tidak ada

Kandung kemih : kosong/penuh

Diatasis Recti : < 2cm

5) Genetalia

Keadaan vulva : hematoma/Tidak ada

Keadaan perineum : ada jahitan/ tidak ada

Kebersihan : bersih/cukup/kurang

Pengeluaran lochea : rubra

Bau : khas lochea

Tanda infeksi : Kolor/dolor/rubor

B. Masalah

1. Involusi uteri
2. Nyeri perineum
3. Luka perineum
4. Keletihan
5. Produksi ASI sedikit
6. Bendungan asi
7. Putting susu lecet
8. Oedema
9. Sembelit
10. Inkontinensia urine

C. Kebutuhan

1. informed concent
2. Penkes kebutuhan nutrisi (makan, fe, kalk, vit a)
3. Penkes kebutuhan cairan

4. Penkes personal hygiene
5. Penkes istirahat dan tidur
6. Dukungan pemberian asi ekslusif (penkes, tehnik menyusui,)
7. Dukungan perawatan bayi baru lahir
8. Dukungan psikologi
9. Mobilisasi dan senam nifas

III ANTISIPASI DIAGNOSA / MASALAH POTENSIAL

1) Infeksi post partum
2) Perdarahan post partum
3) Sub Involusi
4) Tromboflebitis

IV. TINDAKAN SEGERA

Tidak Ada

V. INTERVENSI

No	Tujuan/Kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
DX	Tujuan : Masa nifas ibu berjalan normal Kriteria : - keadaan umum ibu baik - TTV TD:Sistole 90-120mmHg Diastole:60-80mmHg) N: 60-80x/m P: 20-24x/m S: 36,5˚- 37 ˚ C Involusi uterus berjalan normal Pengeluaran lochea normal	1. Informasikan hasil pemeriksaan 2. Penkes kebutuhan nutrisi (ma, fe, kalk, vit A) a) Anjurkan ibu untuk makan makanan yang bergizi seimbang untuk memperbanyak produksi ASI yaitu menambah nasupan nutrisi sebanyak 300-500 perhari atau sesuai dengan	1. Dengan diinformasikan ibu dan keluarga mengetahui kondisi ibu dalam keadaan normal atau tidak 2. Manfaat jika pemenuhan kebutuhan nutrisi (ma, fe, kalk, vit A) terpenuhi ialah a) Dengan ibu banyak makan-makanan yang bergizi maka kebutuhan nutrisi ibu akan tercukupi salah satu manfaatnya adalah mempercepat pengembalian alat-alat kandungan sebelum hamil untuk meningkatkan produksi ASI, mencegah anemia, dan aktifitas metobalisme tubuh

	Pengeluaran ASI lancar Ibu memberikan ASI eklusif Kebutuhan nutrisi terpebuhi (2900 kalori) dengan gizi seimbang Kebutuhan cairan terpenuhi 2-3 liter hari	porsi dewasa b) Anjurkan ibu untuk mengkonsumsi vitamin A (200.000 IU) sebanyak 2 kali yaitu pada 1 jam setelah melahirkan dan 24 jam setelah melahirkan c) Pemberian tablet Fe setidaknya selama 40 hari pasca persalinan d) Pemberian tablet Kalk 1x1 setidaknya selama 40 hari pasca persalinan 3. Anjurkan ibu mencukupi kebutuhan cairan sedikitnya 3 liter dalam sehari 4. Penkes personal hygine 5. Penkeskebutuhan istirahat dan tidur	b) Setelah melahirkan, ibu mengalami berbagai perubahan pada kulit dan jaringan tubuh, termasuk pada area perineum atau bekas jahitan episiotomi. Vitamin A mendukung proses regenerasi sel dan perbaikan jaringan yang rusak atau terluka c) Zat besi memiliki banyak manfaat untuk ibu pasca-persalinan, mulai dari mencegah anemia, meningkatkan energi, mendukung sistem kekebalan tubuh, hingga mempercepat penyembuhan luka. d) Pemberian kalsium yang cukup pada ibu pasca-persalinan sangat penting untuk mendukung pemulihan tubuh, kesehatan tulang dan gigi, serta sistem saraf. Selain itu, kalsium juga berperan dalam produksi ASI, pencegahan kram otot, dan pengaturan tekanan darah 3. Dengan kebutuhan cairan yang terpenuhi meminimalisir ibu terkena dehidrasi akibat kekurangan cairan 4. Dengan menjaga kebersihan dirinya ibu senantiasa terhindar dari penyakit dan infeksi bakteri 5. Dengan terpenuhinya kebutuhan istirahat dan tidur membuat ibu tidak kelelahan

		6. Dukungan pemberian asi ekslusif	6. Dengan menjelaskan mengenai ASI ekslusif diharapkan ibu dapat memberikan ASI ekslusif pada bayinya
		a. Penekes tentang ASI eklusif (kandungan ASI, manfaat ASI,dll)	a. ASI tidak hanya mengandung gizi, tetapi juga antibodi dan zat penting lainnya yang melindungi bayi dari berbagai penyakit dan infeksi. Bagi ibu, pemberian ASI memberikan manfaat kesehatan yang signifikan, seperti pemulihan pasca-persalinan, pengurangan risiko penyakit, dan peningkatan ikatan emosional dengan bayi.
		b. Ajarkan ibu teknik menyusui yang benar dengan cara putting susu dan aerola masuk kedalam mulut bayi dan posis bayi sejajar dengan perut ibu	b. Dengan melakukan teknik menyusui yang benar maka akan dapat merangsang produksi ASI, memperkuat refleks hidap pada bayi serta ibu akan merasa nyaman dan dapat mencegah masalah dalam laktasi
		7. Ajarkan ibu tentang perawatan bayi baru lahir dengan menjaga kehangatan bayi dengan cara membedong bayi dengan kain yang hangat serta melakukan perawatan tali pusat dengn menutup tali pusat yang bekum kering dengan kassa steril yang kering.	7. Dengan mengajarkan tentang cara perawatan bayi baru lahir seperti menjaga kehangatan bayi maka dapat mencegah terjadinya hipotermi pad abayi dan melakukan perawatan ali pusat agar tidak terjadi infeksi pada tali pusat maka ibu mampu merawat bayinya dengan baik sehingga terhindar dari post partum blues
		8. Berikan dukungan	

		psikologi pada ibu 9. Anjurkan ibu melakukan mobilisasi dan senam nifas	8. Dengan memberikan dukungan pada ibu dapat meningkatkan kesehatan mental ibu dan juga mengurangi resiko depresi postpartum 9. Dengan melakukan mobilisasi dini bermanfaat sirkulasi dan mencegah risiko tromboflebitis,meningkatkan fungsi kerja peristaltik, sehingga mencegah distensi abdominal dan konstipasi serta mempercepat proses penyembuhan pada masa nifas
M2	Tujuan: Involus uteri berjalan normal Kiteria : - penurunan TFU - tidak ada perdarahan abnormal - Lokia tidak berbau busuk	1. Anjurkan ibu untuk melakukan senam nifas dan akupresure selama 7 hari berturut-turut. Senam nifas diberikan sesuai standar operasional prosedur (sop) senam nifas yang telah ditentukan. Terapi akupresur dilakukan dengan penekanan pada 3 titik yaitu titik large intesitine 4 (li4), titik stomach 36 (st 36) dan titik small intestine 1 (si 1) masing-masing selama 60 detik. (Lailiyana & Sartika, 2021)	1. Dengan melakukan senam nifas maka aliran darah akan meningkat dan lancar, sehingga mempengaruhi proses pengecilan rahim atau uterus akan kembali seperti kondisi sebelum hamil dengan bobot 60 gram. Selain memperbanyak asi, dengan dilakukannya akupresur oksitosin yang dihasilkan dapat pula menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uteri sehingga akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus (Lailiyana & Sartika, 2021).
M3	Tujuan: Nyeriperineum Teratasi Kiteria : 1. Ibu tidak merasa nyeri berlebihan	1. Mengajari ibu teknik relaksasi nafas dalam untuk membantu mengurangi nyeri luka laserasi 2. Penkes teknik	1. Dengan melakuka relaksasi nafas dalam maka dapat mengurangi nyeri pada luka perineum ibu pasca bersalin 2. Aromaterapi Lavender

	2. keadaan luka perineum bersih	pengurangan rasa nyeri dengan menggunakan aromatherapy lavender Bahan yang digunakan adalah uap minyak lavender dengan konsentrasi 100%, diberikan 4-5 tetes dilarutkan dalam 200 ml air, diberikan secara inhalasi melalui vaporizer atau alat listrik. Sebelum inhalasi, cawan tungku aromaterapi yang telah diberikan air ditunggu sampai hangat baru diteteskan essens aromaterapi. Jarak antara tungku dengan responden kurang 30 cm. Setelah tercium wangi aromaterapi, pasien diminta relaks dan menghirup wangi aromaterapi selama 10 menit.	memiliki kandungan linalool, dan linalyl acetat, yang berefek sebagai analgetik yang dapat membuat seseorang menjadi tenang, oleh karenanya hal ini tidak mengejutkan jika beberapa laporan saat menyarankan aromaterapi ini untuk menurunkan tingkat nyeri
M4	Tujuan : Penyembuhan luka perenium menjadi lebih cepat Kriteria : KU baik TTV ibu dalam batas normal TD : 110/6-120/80 mmHg N :80 – 88x/m P : 20-24x/m S : 36,5-37 ℃ TFU : 1-2 jari dibawah pusat Luka jahitan : bersih, belum kering, tidak ada tanda-tanda infeksi Tidak terdapat nyeri di area genitalia	1. Anjurkan ibu untuk menjaga *personal hygiene* dan kebersihan perineum, mengganti pembalut serta pakaian dalam minimal 3x sehari serta anjurkan ibu untuk mengeringkan dengan menggunakan handuk atau tisu yang bersih dan lembut terlebih setelah BAK dan BAB, dan membasuh dari	1. . Agar ibu merasa nyaman bersih agar ibu terhindar dari infeksi juga mempercepat prosespenyembuhan luka.

		arah kemaluan ke anus serta memberitahu ibu untuk tidak menyentuh daerah luka. 2. Anjurkan ibu untuk mendapat makanan bergizi seimbang, termasuk protein 100 mg perhari serta ,vitamin ,mineral dan serat. 3. Anjurkan ibu cebok dengan air rebusan daun sirih dengan cara merebus 4-5 lembar daun sirih dengan air 500-600 ml, direbus dengan api sedang selama 15-16 menit digunakan untuk mencebok perineum yang luka pagi dan sore hari selama 7 hari. (Agustina1 & Ernita Prima Noviyani2, 2022)	2. Asupan kalori, protein, cairan, dan mineral serta vitamin yang tinggi pada ibu nifas akan mempercepat proses regenerasi sel baru sehingga luka perineum ibu nifas lebih cepat sembuh 3. Kandungan kimia dan sifat-sifat kimia daun sirih yang terdiri dari hidroksi chavikol, kavibetol, estragol, eugenol, metileugenol karvakrol memiliki daya pembunuh bakteri lima kali lipat dari fenol biasa. Chavicol adalah salah satu komponen yang kerkandung dalam sirih yang dapat berfungsi sebagai antiseptik. Khasiat antiseptic berkaitan dengan pemakaian sebagai penghambat pertumbuhan bakteri pada luka (Agustina1 & Ernita Prima Noviyani2, 2022)
M5	Tujuan: Keletihan dapat teratasi Kirteria: Keadaan umum ibu baik Ibu tidak letih dan ekpresi wajah ibu tampak segar TTV dalam batas normal TD:Sistole90 120mmHg Diastole:60-80mmHg) N: 60-80x/m P: 20-24x/m S: 36,5˚- 37 ˚ C	1. anjurkan ibu untuk istirahat dan tidur selama 8 jam disela-sela bayinya tertidur 2. Meminta suami atau keluarga untuk membantu mengurus bayi agar ibu dapat tidur	1. Dengan istirahat di sela bayi tidur maka dapat memenuhi kebutuhan istirahat ibu 2. Dengan suami membantu ibu mengurus bayi diharapkan ibu dapat beristirahat dengan cukup

M6	Tujuan: Produksi ASI meningkat Kriteria: 1. Pengeluaran ASI (+) 2. Ibu tenang dalam menyusui 3. Frekuensi dalam menyusui 2 jam sekali 4. ASI y ang merembes keluar spontan 5. Sebelum disusukan payudara ter asa tegang 6. BAK bayi sering sekitar 8x sehari	1. Melakukan pijat oksitoksin selama 2 hari dengan dengan waktu 10 menit 2. Kebutuhan gizi pada masa nifas meningkat 25% dari kebutuhan biasa karena berguna untuk proses kesembuhan sehabis melahirkan dan untuk memproduksi air susu yang cukup	1. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau reflex let down. Dengan dilakukan pemijatan ini ibu akan merasa rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar 2. Mengkonsumsi tambahan kalori setiap hari sebanyak 500 Kalori,Makan dengan diet seimbang, cukup protein, mineral, danvitamin danMinum sedikitnya 3 liter setiap hari
M7	Tujuan :bendungan asi teratasi Kriteria : Bengkak dipayudara ibu berkurang Ibu dapat menyusui kembali	1. anjurkan ibu untuk melakukan pijat payudara (mammae) lelakukan pijatan pada mammae dimulai pada pangkal mammae menuju dinding dada. Setelahnya lakukanlah gerakan memutar di area mammae kemudian pindahkan gerakan itu menuju area lainnya. Gerakan berikutnya, arah pijatan spiral memutar mammae maupun radial ke papilla mammae. Kepalkan tangan tempatkan diatas mammae, selanjutnya beri tekanan menuju dinding dada memakai ruas ibu jari, ruas telunjuk, jari manis, jari tengah,	1. Pijat mammae berfungsi buat menggerakkan ASI supaya tak statis

		serta kelingking menuju area pangkal menuju dinding dadamenuju papilla mammae. Pindahkan tekanan di area mammae. Ulangi gerakan ini di area selanjutnya 2. anjurkan kompres hangat serta dingin kompres dingin dilakukan selama 9-16 menit kompres hangat dilakukan selama 4-6 menit	2. Kompres hangat serta dingin dengan silih berganti berfungsi buat mengurangi nyeri di area jaringan yang terjadi inflamasi. Kompres ini mengaktifkan hormon oksitosin, bila dilaksanakan saat milk ejection reflex melambat maupun tak lancar.
M8	Tujuan : puting susu ibu tidak lecet lagi Kriteria : Puting ibu tidak lecet lagi Tidak terasa perih ketika menyusui	1. anjurkan untuk mengoleskan ASI pada puting susunya sebelum dan sesudah menyusui. 2. perbaikan posisi dan teknik menyusui Anjurkan ibu menyusui bayinya dengan memasukkan bagian puting tanpa menyertakan areola mammae pada mulut bayi. Selain itu, perut bayi tidak menghadap perut ibu sehingga saat bayi merasa lelah, puting ibu tertarik ke arah bayi	1. Pemberian topikal ASI ini bertujuan untuk melembabkan puting susu sehingga membuatnya lebih elastis pada saat bayi sedang menyusu. Efek antimikroba dan antiinflamasi dalam ASI juga diharapkan dapat mempercepat proses penyembuhan luka serta mencegah infeksi pada puting susu. 2. Dengan posisi menyusi yang benar meminimalisir terjadinya putting lecet pada saat menyusui bayi
M9	Tujuan: oedema pada kaki teratasi kriteria : - bengkak pada kaki ibu berkurang - turgor kulit kembali dengan	1. Berikan penkes tentang cara mengatasi edema pada kaki ibu yaitu pijat kaki dan rendam air hangat campur kencur. pemijatan dilakukan dari jari	1. Pijat kaki akan mengendurkan ketegangan otot sehingga membantu memperlancar aliran darah ke jantung dan merangsang dan menyegarkan kembali bagian kaki sehingga membantu memulihkan sistem keseimbangan dan membantu

	cepat - KU : Baik - TTV : TD : sistole 100- 120 mmHg Diastole 70-90 mmHg N : 80-90 kali/menit RR: 16-24 kali/menit T : 36,5-37,5 ^{O}C	kaki sampai mata kaki pemijatan tersebut dilakukan selama 20 menit, serta di lanjutkan dengan melakukan rendam kaki menggunakan air hangat campuran kencur, dengan suhu air 38°C dengan diukur menggunakan thermometer air, serta di tambahkan kencur sebanyak 3 ruas jari kencur di memarkan sehingga menimbukan aroma harum sehingga menimbulkan rasa nyaman dan menimbulkan rileks (Yunitasari1 & Widyastuti, 2021) 2. Anjurkan ibu untuk mencukupi kebutuhan cairan dan mengurangi konsumsi garam.	mengurangi edema. Terapi rendam kaki meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen yang masuk ke jaringan yang mengalami pembengkakan an ditambahkan kencur, didalam kencur teradapat kandungan yang memberikan rasa hangat dan memberikan efek vasodilatasi pembulu darah yang memungkinkan lancarnya peredaran darah balik (Yunitasari1 & Widyastuti, 2021) 2. ibu nifas yang sering makan makanan yang banyak mengandung garam rentan mengalami edema kaki dan akan semakin parah bagi ibu nifas yang sudah mengalami edema kaki., Edema bisa menjadi lebih disesalkan bila kadar natrium dalam tubuh tinggi, karena sifat natrium (garam) menarik lebih banyak air ke dalam sistem peredaran darah
M10	Tujuan: Sembelit a tau konstipasi pada ibu dapat teratasi. Kriteria : - KU : Baik - Ibu mer asa nyaman - Ibu dapat BAB teratur setiap hari (minimal 1 x/hari) - Konsistensi BAB ibu tidak	1. Anjurkan ibu untuk melakukan olahraga ringan secara rutin seperti jalan pagi dan senam hamil 2. Meningkatkan kebutuhan asupan cairan minimal 8-10 gelas atau 3 liter/hari	1. Dengan ibu melakukan olahraga ringan dapat merangsang kerja peristaltic pada otot-otot yang lemah sehingga memfalisitasi pergerakan hymen sepanjang kolon 2. Dengan ibu minum air putih yang lebih banyak dapat mencukupi kebutuhan cairan harian ibu dan berfungsi untuk membantu pencernaan dan mencegah pengerasan feaces

	keras - Ibu mau mengikuti anjura dari bidan	3. Menganjurkan ibu untuk lebih sering mengkonsumsi buah papaya sedikitnya 25 - 30 gr perhari atau setara dengan 1- 2 potong perhari. buah papaya mengandung zat papayin yang berfungsi sebagai pencahar yang dibutuhkan oleh tubuh. dan mencegah sembelit (Hidayati & Susilo, 2023)	3. Dengan ibu menkonsumsi buah pepaya diharapkan ibu tidak mengalami sembelit lagi (Hidayati & Susilo, 2023)
M1	Tujuan : Ikontinensiaurine teratasi Kriteria : 1. Keadaan umum : baik 2. TTV batas normal TD : 110/6-120/80 mmHg N :80 – 88x/m P : 20-24x/m S : 36,5-37 ℃ 3. Ibu mengatakan sudah bisa mengontrol pengeluaran urine 4. BAK : 5-7 kali/hari	1. Jelaskan penyebab ikontinensia urine yang terjadi. Inkontinensia urin merupakan pengeluaran urin tanpa disadari. Persalinan menyebabkan dasar panggul melemah akibat penurunan kepala bayi sehingga tidak dapat berfungsi dengan baik, karena otot-otot tersebut meregang proses kelahiran bayi. (RAHAYU, 2022) 2. Anjurkan ibu untuk menjaga vulva hygiene dan kebersihan perineum, mengganti pembalut serta pakaian dalam minimal 3x sehari serta anjurkan ibu untuk mengeringkan dengan menggunakan handuk atau tisu yang	1. Dengan itu ibu mengetahui penyebab terjadinya inkontensia urin sering terjadi pada ibu nifas (RAHAYU, 2022) 2. Menjaga vulva hygiene degan baik dapat menghindarkan dari infeksi terutama bagian genetalia agar tidak menjadi tempat masuk utama bakteri. (RAHAYU, 2022)

		bersih dan lembut terlebih setelah BAK dan BAB, dan membasuh dari arah kemaluan ke anus serta memberitahu ibu untuk tidak menyentuh daerah luka (RAHAYU, 2022) 3. Anjurkan ibu untuk melakukan gerakan kegel exercise. Gerakan kegel exercise ini bertujuan untuk memperkuat otot periuretra dan perivaginal sehingga ibu mampu mengontrol pengeluaran kemih secara maksimal sehingga masalah yang disebabkan oleh inkontinensia urin dapat teratasi (RAHAYU, 2022)	3. Diharapkan setelah dilakukannya gerakan kegel exercise ini dapat memperkuat otot periuretra dan perivagina ibu sehingga masalah yang disebabkan oleh inkontinensia urin dapat teratasi (RAHAYU, 2022)
M12	Tujuan : diastasis recti abdomalis teratasi Kriteria Tidak ada celah pada dinding abdomen	1. Anjurkan ibu unttuk melakukan senam nifas, senam nifas merupakan suatu latihan yang dapat dilakukan 24 jam setelah melahirkan dengan gerakan yang telah disesuaikan dengan kondisi ibu-ibu setelah melahirkan yang bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan sirkulasi ibu pada masa nifas, serta membantu meningkatkan kekuatan otot perut setelah melahirkan (Suparyanto & Retno Sugesti, 2024)	1. Diharapkan setelah ibu melakukan senam nifas dapat membantu meningkatkan kekuatan otot perut setelah melahirkan (Suparyanto & Retno Sugesti, 2024)

		2. Anjurkan ibu untuk menggunakan korset manfaat korset yaitu dapat memaksimalkan involusi uterus, memulihkan tonus abdomen, mengurangi nyeri dan menyangga punggung ibu nifas sehingga membantu pembentukan postur tubuh menjadi lebih cepat terbentuk. Tubuh terutama bagian perut, bisa mendapatkan tekanan pada perut sehingga membantu menyangga perut dan daerah lumbopelvic dengan memberikan sedikit tekanan di otot tranversus abdominis, sehingga dapat membantu otot abdomen bekerja lebih sempurna (Suparyanto & Retno Sugesti, 2024)	2. Diharapkan ketika ibu menggunakan korset dapat memaksimalkan involusi uterus, memulihkan tonus abdomen, mengurangi nyeri dan menyangga punggung ibu nifas sehingga membantu pembentukan postur tubuh menjadi lebih cepat terbentuk. Tubuh terutama bagian perut (Suparyanto & Retno Sugesti, 2024)
M3	Tujuan: Pospartumblues tidak terjadi Kriteria: 1. Keadaan ibu baik 2. TTV dalam batas normal TD:90-120/60-80 N :80-90x/menit RR:18-14X/menit 3. Pola tidur baik 4. Nafsu makan baik 5. Tidak merasa sedih dan cemas terhadap kondisi bayi 6. Ibu percaya diri dalam penampilan dan peran sebagai ibu	1. Anjurkan ibu untuk istirahat yang cukup 2. Minta bantuan kepada suami dan keluarga dan kerabat untuk meringankan pekerjaan ibu 3. Anjurkan ibu mencurahkan isi pikiran dan hatinya kepada suami atau orang terdekat 4. Anjurkan suami dan keluarga memberikan support dan dukungan mental dalam melewati masa nifas 5. Lakukan pemantauan	1. Dengan istirahat yang cukup dapat membuat ibu lebih tenang dan mengurangi rasa Lelah 2. Dengan mendapat bantuan dapat meringankan pekerjaan ibu 3. Membuat ibu merasa lebih nyaman sehingga beban ibu dapat berkurang 4. Dengan mendapatkan dukungan dan support dan dukungan diharapkan ibu tidak mengalami depresi postpartum 5. Dengan melakukan deteksi

	7. Ibu dapat 8. menyesuaikan diri dalam perannya sebagai ibu	adanya gejala postpartum blues seperti sering menangis, cemas tanpa sebab, tidak percaya diri, mudah tersinggung, merasa kurang menyayangi bayinya 6. Bila ditemukan kasus lakukan rujukan	dini dan menegakkan diagnosa diharapkan pospartum blues tidal terjadi 6. Diharapkan ibu mendapat penanganan yang terbaik ketika telah dirujuk
MP 1	Tujuan : tidak terjadinya infeksi post partum Kriteria : TTV dalam batas normal 1. KU Ibu baik kontraksi uterus baik dan keras 3. Tekanan Darah: systole 90-120mmHg Diastole 60-80mmHg) N: 60-80x/m P: 20-24x/m S: 36,5˚- 37 ˚ C Lochea: alba Bau: khas lochea TFU: tidak teraba lagi Nyeri: tidak ada Oedema: tidak ada Tidak ada tanda tanda infeksi pada ibu	1. Penkes pada ibu tentang tanda-tanda infeksi seperti suhu badan meningkat, nyeri pada pelvik, pengeluar- an lochea yang berbau busuk dan keterlambat- an dalam kecepatan penurunan tinggi uterus. 2. Penkes pada ibu untuk pencegahan infeksi dengan cara tetap menjaga kebersihan personal hygiene ibu, dengan cara: mandi minimal 2x dalam sehari, Mengganti pembalut minimal 2x dalam sehari 3. Anjurkan pada ibu bila di temukan tanda infeksi tersebut untuk segera melakukan pemeriksaan ke bidan (Sari & Kurniyati, 2022)	1. Dengan pemberian penkes diharapkan ibu dapat mengetahui tanda- tanda infeksi pada masa nifas dan dapat segera ketenaga kesehatan bila mendapatkan tanda bahaya gejala 2. Dengan pemberian penkes ibu dapat mengatasi infeksi pada masa nifas 3. Dengan mengetahui tanda bahaya tersebut ibu bisa mengambil keputusan yang tepat untuk ke tenaga kesehatan (bidan) (Sari & Kurniyati, 2022)
MP 2	Tujuan: Tidak terjadinya perdarahan Kriteria: TTV dalam batas normal 2. KU Ibu baik	1. Observasi tanda-tanda vital 2. Observasi TFU kontraksi uterus,	1. Dengan melakukan observasi tanda-tanda vital dapat menunjukkan keadaan ibu sehingga dapat mendeteksi secara dini terjadinya komplikasi 2. Dengan melakukan observasidapat mendeteksi

	kontraksi uterus baik dan keras 3. Tekanan Darah: systole 90-120mmHg Diastole 60-80mmHg) N: 60-80x/m P: 20-24x/m S: 36,5˚- 37 ˚ C Perdarahan: < 500cc	jumlah perdarahan, dan kandung kemih 3. Lakukan masase fundus uteri serta ajarkan ibu dan keluarga melakukan masase 4. Anjurkan ibu untuk melakukan mobilisasi secara bertahap 5. Observasi volume pengeluaran darah, lochea, dan bau	secara dini jika terjadinya kegawatdaruratan dan dapat melakukan tindakan segera 3. Dengan keadaan kontraksi uterus yang baik, keras mencegah terjadinya perdarahan dan dengan memantau jumlah perdarahan yang keluar serta kandung kemih yang penuh akan mengganggu kontraksi uterus 4. Dengan melakukan mobilisasi mencegah terjadinya thrombosis dan memperlancar peredaran darah 5. Dengan melakukan observasi volume pengeluaran darah bertujuan untuk mengetahui terjadinya perdarahan abnormal atau tidak
MP 3	Tujuan : Tidak terjadi sub involusi uterus Kriteria : Pengeluaran lochea normal, jenis : lochea rubra TFU normal 2-6 jam : 1 jari dibawah pusat 2 hari : 2 jari dibawah pusat	1. Menganjaurkan ibu untuk menyusui bayinya secara rutin dan tanpa dijadwalkan (on demand) 2. Anjurkan ibu melakukan senam nifas	1. Dengan menyusui bayinya secara rutin dan tanpa jadwal (on demand) akan meningkatkan hormon oksitosin yang dapat mempercepat proses involusi uterus 2. Dengan melakukan senam nifas maka dapat mempercepat terjadinya proses involusi organ-organ reproduksi
MP 4	Tujuan: Tidak terjadi Tromboflebitis Kriteria - Tidak terjadi pembengkakan dan penonjolan pembuluh darah	1. Hindari melipat kaki dan tungkai saat duduk dalam jangka waktu yang lama 2. Mengompres area yang sakit dengan air hangat sebanyak 2-3x sehari	1. Dengan menghindari melipat kaki dan tungkai terlalu lama diharapkan dapat mencegah gumpalan darah pada vena 2. Dengan kompres hangat dapat melancarkan aliran darah dan dapat meredakan pemebengkakan dan juga nyeri

	- Tidak nyeri		

VI. IMPLEMENTASI

Sesuai dengan intervensi

VII. EVALUASI

Sesuai dengan implementasi

KF II (3-7 HARI)

Hari/tanggal/jam	Evaluasi
Di isi berdasarkan hari, tanggal dan jam dilakukan pengkajian	**S :** 1. Ibu mengatakan ada luka perineum 2. Ibu mengatakan masih nyeri luka perineum/tidak 3. Ibu mengatakan masih/tidak ada darah yang keluar dari kemaluannya (sesuaikan dengan teori lochea ?? warna bau dll) 4. ibu hanya memberikan ASI/tidak 5. ibu mengatakan ada masalah pemberian ASI (asi sedikit, asi tidak lancar, puting lecet dll) 6. Ibu mengatkan ada/tidak masalah pada saat BAB (konstipasi) 7. Ada atau tidak masalah BAK (inkotenensia urine, retensio urine) 8. Kurang tidur 9. Kelelahan 10. Ada maslaah psikologi (kuisioner deteksi dini baby blues) 11. Ibu mengatakan kurang tidur 12. Odema pada ekstremitas bawah Pemenuhan kebutuhan sehari-hari a. Nutrisi 1) Makan Pola makan : 3-4 kali sehari Jenis : Nasi, lauk pauk Porsi : 1 piring/lebih 2) Minuman Jenis : Air putih Frekuensi : 7-8 gelas sehari b. Eliminasi 1) BAB Frekuensi : 1 kali Konsistensi :Lunak Warna : Kekuningan Bau : Khas feses Masalah : kadang ditemukan sembelit 2) BAK Frekuensi : 4-5 kali sehari Warna : Kuning jernih Bau : Khas amoniak Masalah : Ada/Tidak jika ada sebutkan (retensio urine, inkontensia urine) c. Itirahat dan tidur Tidur siang : 1-2 jam Tidur malam : 6-7 jam Masalah : kemungkinan kurang tidur d. Personal hygine Mandi : 2 kali sehari Gosok gigi : 2 kali sehari

	Cuci rambut : 3-4 kali seminggu Ganti CD : 2-3 kali sehari e. Keadaan psikososial dan spritual Hubungan suami istri : Baik/Tidak Hubungan istri dengan keluarga : Baik/Tidak Hubungan istri dengan tetangga : Baik/Tidak Keyakina : Taat/Tidak **O :** 1. Pemeriksaan umum Keadaaan umum : Keadaan umum ibu saat dilakukan pengkajian Kesadaran : Kesadaran ibu saat dilakukan pengkajian TTV dalam batas normal TD Systole : 100-130 mmHg Diastole : 60-90 mmHg Nadi : 60-100x/menit Suhu : 36,5-37,5˚C RR : 16-24x/menit 2. Pemeriksaan fisik a) Payudara Bentuk : Simetris/ tidak simetris Putting susu : Menonjol/tidak menonjol Aerola mamae : Hiperpigmentasi/tidak Lesi : Ada/tidak ada Massa : Ada/tidak ada Pengeluaran : ASI (+ /-) Lecet : Ya/ tidak Nyeri tekan : Ada/tidak ada b) Abdomen Bentuk : Simetris/tidak simetris Bekas luka operasi : Ada/tidak ada Linea : Alba/nigra Striae : Albicans/lividae i.Hari post partum : 4 jari dibawah pusat ii.Hari post partum : setengah pusat sympisis iii.Hari post partum : 4 jari diatas sympisis iv.Hari post partum : 3 jari diatas sympisismpis Kontraksi uterus : Keras/lembek Diastesi recti : …. cm Nyeri kontraksi : Ada/tidak Massa : Ada/tidak ada Kandung kemih : Kosong/penuh c) Genetalia Keadaan vulva : Ada hematoma/ tidak ada Luka perineum : Ada/tidak Tanda infeksi : Ada/tidak Kebersihan : Bersih/cukup/kurang d) Ekstremitas Keadaan : simetris/tidak Reflek patela : (+)(+) Masalah : kemungkinan terjadi odema

	A : Diagnosa Ny "…"P..A..postpartum 3-7 hari fisiologis Masalah - Baby blues - Asi tidak lancer - Bendungan ASI - Putting susu lecet Masalah potensial - Infeksi luka perineum - Mastitis **P :** - Informasikan hasi pemeriksaan - Anjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi (makan makanan yang nutrisi mengandung protein, karbohidrat, makanan berserat, buah- buahan,Vitamin A, FE, kalk) - Anjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan cairan dengan minum minimal 3 liter setiap hari - Penkes kebutuhan personal hygiene - Penkes tanda bahaya nifas - Ajari ibu cara melakukan senam nifas - Anjurkan suami dan keluarga memberikan support dan dukungan mental dalam melewati masa nifas - Anjurkan ibu melakukan merendam kaki dengan air hangat campur kencur jika terjadi oedema. - Anjurkan ibu untuk tidak melipat kaki dan tungkai saat duduk dalam jangka waktu yang lama - Anjurkan ibu untuk mengoleskan beberapa tetes ASI pada area putting sebelum dan sesudah menyusui agar tidak terjadinya lecet putting susu - Penkes kebutuan istirahat dan tidur anjurkan ibu untuk beristirahat saat bayi tidur - Menganjurkan ibu untuk melakukan perawatan payudara secara teratur, gunakan Bra yang menopang dan tidak menekan payudara - Melakukan pijat oksitosin untuk melancarkan produksi ASI dengan cara pijat selama 2 hari dengan frekuensi 2x sehari dengan waktu 15 menit. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau reflex let down. Dengan dilakukan pemijatan ini ibu akan merasa rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar - Anjurkan ibu untuk mengonsumsi makanan yang mengandung protein, seperti tempe, ikan , dan telur rebus 2 butir sehari selama 7 hari untuk mempercepat penyembuhan luka perineum - Ajari ibu Teknik relaksasi nafas dalam - Anjurkan ibu mengonsumsi buah pepaya jika terjadi konstipasi - Penkes pencegahan infeksi dengan cara menjaga kebersihan personal hygiene, mandi minimal 2 kali sehari, ganti pembalut minimal 2 kali sehari Intervensi dilanjutkan kunjungan selanjutnya

KF III (8-28 HARI)

Hari/tanggal/jam	Evaluasi
Diisi berdasarkan hari, tanggal dan jam dilakukan pengkajian	**S :** 2. Ibu mengatakan sudah peradaptasi dengan peran sebagai seorang ibu 3. Ibu mengatakan asinya lancar 4. Ibu mengatakan bayinya menyusu kuat 5. Ibu mengatakn masih ada/tidak darah yang keluar dari kemaluannya Pemenuhan kebutuhan sehari-hari a. Nutrisi Makan Pola makan : 3-4 kali sehari Jenis : Nasi, lauk pauk Porsi : 1 piring/lebih Minuman Jenis : Air putih Frekuensi : 7-8 gelas sehari b. Eliminasi BAB Frekuensi : 1 kali Konsistensi :Lunak Warna : Kekuningan Bau : Khas feses Masalah : Ada/Tidak BAK Frekuensi : 4-5 kali sehari Warna : Kuning jernih Bau : Khas amoniak Masalah : Ada/Tidak c. Istirahat dan tidur Tidur siang : 1-2 jam Tidur malam : 6-7 jam Masalah : Ada/ Tidak d. Personal hygiene Mandi : 2 kali sehari Gosok gigi : 2 kali sehari Cuci rambut : 3-4 kali seminggu Ganti CD : 2-3 kali sehari e. Keadaan psikososial dan spiritual Hubungan suami istri : Baik/Tidak Hubungan istri dengan keluarga : Baik/Tidak Hubungan istri dengan tetangga : Baik/Tidak Keyakinan : Taat/Tidak **O :** 1. Pemeriksaan umum Keadaaan umum : Keadaan umum ibu saat dilakukan pengkajian Kesadaran : Kesadaran ibu saat dilakukan pengkajian TTV dalam batas normal TD Systole : 100-130 mmHg

	Diastole : 60-90 mmHgNadi : 60-100x/menit Suhu : 36,5-37,5˚C RR : 16-24x/menit 6. Pemeriksaan fisik a. Payudara Bentuk : Simetris/ tidak simetris Putting susu : Menonjol/tidak menonjol Aerola mamae : Hiperpigmentasi/tidak Lesi : Ada/tidak ada Massa : Ada/tidak ada Pengeluaran : ASI (+/-) Lecet : Ya/ tidak Nyeri tekan : Ada/tidak ada b. Abdomen Bentuk : Simetris/tidak simetris Bekas luka operasi : Ada/tidak ada Linea : Alba/nigra Striae : Albicans/lividae • hari post partum : 2 jari diatas sympisis • hari post partum : 1 jari diatas sympisis • hari post partum : Tidak teraba Kontraksi uterus : Keras/lembek Diastesi recti : …. Cm Nyeri kontraksi : Ada/tidak Massa : Ada/tidak ada Kandung kemih : Kosong/penuh c. genetalia Keadaan vulva : Ada hematoma/ tidak ada Luka perineum : Ada/tidak Tanda infeksi : Ada/tidak Kebersihan : Bersih/cukup/kurang Tanda infeksi : Ada/tidak ada **A :** 7. Diagnosa Ny "…"P..A..postpartum 8-28 hari fisiologis 8. Masalah - Postpartum blues **P :** a. Informasikan hasil pemeriksaan b. Anjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi (makan makanan yang nutrisi mengandung protein, karbohidrat, makanan berserat, buah-buahan,Vitamin A, FE, kalk) c. Anjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan cairan dengan minum minimal 3 liter setiap hari d. Penkes tanda bahaya nifas e. Ajari ibu cara melakukan senam nifas f. Anjurkan suami dan keluarga memberikan support dan dukungan mental dalam melewati masa nifas

	g. Penkes kebutuan istirahat dan tidur anjurkan ibu untuk beristirahat saat bayi tidur h. Menganjurkan ibu untuk melakukan perawatan payudara secara teratur, gunakan Bra yang menopang dan tidak menekan payudara i. Anjurkan ibu untuk mengonsumsi makanan yang mengandung protein, seperti tempe, ikan , dan telur rebus 2 butir sehari selama 7 hari untuk mempercepat penyembuhan luka perineum j. Penkes ASI ekslusif k. Anjurkan suami dan keluarga memberikan support dan dukungan mental dalam melewati masa nifas l. Penkes pencegahan infeksi dengan cara menjaga kebersihan personal hygiene, mandi minimal 2 kali sehari, ganti pembalut minimal 2 kali sehari m. Memberikan KIE tentang KB Intervensi dilanjutkan kunjungan selanjutnya

Hari/tanggal/jam	**Evaluasi**
Diisi berdasarkan hari, tanggal dan jam dilakukan pengkajian	**S :** 1. Ibu mengatakan ada/tidak penyulit selama masa nifas 2. Ibu mengatakan ingin menjarangkan kehamilannya Pemenuhan kebutuhan sehari-hari a. Nutrisi 1. Makan Pola makan : 3-4 kali sehari Jenis : Nasi, lauk pauk Porsi : 1 piring/lebih 2. Minuman Jenis : Air putih Frekuensi : 7-8 gelas sehari b. Eliminasi 1. BAB Frekuensi : 1 kali Konsistensi :Lunak Warna : Kekuningan Bau : Khas feses Masalah : Ada/Tidak 2. BAK Frekuensi : 4-5 kali sehari Warna : Kuning jernih Bau : Khas amoniak Masalah : Ada/Tidak c. Istirahat dan tidur Tidur siang : 1-2 jam Tidur malam : 6-7 jam Masalah : Ada/ Tidak d. Personal hygiene Mandi : 2 kali sehari Gosok gigi : 2 kali sehari Cuci rambut : 3-4 kali seminggu

	Ganti CD : 2-3 kali sehari e. Keadaan psikososial dan spiritual Hubungan suami istri : Baik/Tidak Hubungan istri dengan keluarga : Baik/Tidak Hubungan istri dengan tetangga : Baik/Tidak Keyakinan : Taat/Tidak **O :** 1. Pemeriksaan umum Keadaaan umum : Keadaan umum ibu saat dilakukan pengkajian Kesadaran : Kesadaran ibu saat dilakukan pengkajian TTV dalam batas normal TD Systole : 100-130 mmHg Diastole : 60-90 mmHg Nadi : 60-100x/menit Suhu : 36,5-37,5˚C RR : 16-24x/menit 2. Pemeriksaan fisik a. Payudara Bentuk : Simetris/ tidak simetris Putting susu : Menonjol/tidak menonjol Aerola mamae : Hiperpigmentasi/tidak Lesi : Ada/tidak ada Massa : Ada/tidak ada Pengeluaran : ASI (+/-) Lecet : Ya/ tidak Nyeri tekan : Ada/tidak ada b. Abdomen Bentuk : Simetris/tidak simetris Bekas luka operasi : Ada/tidak ada Linea : Alba/nigra Striae : Albicans/lividae Kontraksi uterus : Keras/lembek Diastesi recti : …. cm Nyeri kontraksi : Ada/tidak Massa : Ada/tidak ada Kandung kemih : Kosong/penuh c. Genetalia Keadaan vulva : Ada hematoma/ tidak ada Luka perineum : Ada/tidak Tanda infeksi : Ada/tidak Kebersihan : Bersih/cukup/kurang Tanda infeksi : Ada/tidak ada **A :** 1. Diagnosa Ny "…"P..A..postpartum 29-42 hari fisiologis 2. Masalah - Postpartum blues - Kontrasepsi - Seksual **P :** - Informasikan hasil pemeriksaan - Penkes kebutuhan nutrisi yang mengandung protein, karbohidrat, makanan berserat, buah- buahan, serta

	minum sedikitnya 3 liter air setiap hari - Anjurkan suami dan keluarga memberikan support dan dukungan mental dalam melewati masa nifas - Penkes kebutuan istirahat dan tidur anjurkan ibu untuk beristirahat saat bayi tidur - Menganjurkan ibu untuk melakukan perawatan payudara secara teratur, gunakan Bra yang menopang dan tidak menekan payudara - Penkes pencegahan infeksi dengan cara menjaga kebersihan personal hygiene, mandi minimal 2 kali sehari, ganti pembalut minimal 2 kali sehari - Memberikan KIE tentang KB - Penkes tentang hubungan seksual pasca persalinan Intervensi dihentikan

ASUHAN KEBIDANAN PADA NEONATUS 6-48 JAM (KN1)

Hari/Tanggal pengkajian	:	Diisi berdasarkan hari dan tanggal pengkajian
Jam pengkajian	:	Diisi berdasarkan jam saat pengkajian (WIB)
Tempat pengkajian	:	Diisi berdasarkan tempat dilakukan pengkajian
Pengkajian	:	Diisi berdasarkan nama pengkaji

1. PENGKAJIAN

A. Data Subjektif

Nama	:	Diisi sesuai dengan kartu identitas orang tua
Umur	:	Dihitung dari waktu kelahiran sampai saat ini ditulis dalam (menit, jam, hari)
Jam lahir	:	Diisi pada saat bayi lahir
Tanggal lahir	:	Dihitung berdasarkan tahun sejak tanggal lahir dalam tahun
Jenis kelamin	:	Laki-laki/perempuan

1. Biodata bayi

Nama	:	Diisi sesuai dengan kartu identitas
Umur	:	Dihitung berdasarkan tahun sejak tanggal lahir
Agama	:	Diisi berdasarkan agama yang dianut
Suku	:	Diisi berdasarkan kartu identitas
Pendidikan	:	Diisi berdasarkan Pendidikan terakhir yang telah diselesaikan
Pekerjaan	:	Diisi sesuai dengan aktivitas ibu

Alamat : Diisi sesuai dengan alamat tempat tinggal

2. Orang tua ibu dan suami

3. Ibu mengatakan telah melahirkan anaknya 6 jam yang lalu, anak yang ke… jenis kelamin laki-laki/perempuan pada tanggal… pukul…WIB, saat lahir langsung menangis kuat. ibu mengatakan anaknya menyusu dengan kuat/tidak, ibu mengatakan anaknya rewel/tidak

4. Riwayat Kesehatan

   a. Riwayat perinatal dan natal

      1) Ibu mengatakan tidak mengalami penyakit menular (TBC,PMS,HIV/AIDS,Hepatitis), penyakit keturunan (asma, diabetes, jantung, hipertensi), dan penyakit menahun (ginjal dan jantung)

      2) Proses persalinan normal/dengan tindakkan (vakum, section casarea, forcep,dll), lama kala I 8-12 jam, kala II 1-2 jam. Keadaan air ketuban jernih/keruh/kehijauan. Bayi lahir tidak menangis, warna tubuh tidak merah, dan lemas.

      a. Riwayat pasca kelahiran 0-6 jam

         Menjaga bayi agar tetap hangat, membersihkan jalan nafas, melakukan perawatan tali pusat,pemberian Vitamin K, salep mata,dan Vaksin Hepatitis B, melakukan IMD selama 1 jam, skin to skin minimal 6 jam, dan pemeriksaan APGARSCORE

(nafas spontan, warna kulit kemerahan, tonus otot kuat, ektermitas gerak aktif)

b. Air ketuban tidak/bercampur mekonium

c. Ada/tidak lilitan tali pusat

d. Ada/tidak komplikasi kala II

b. Riwayat post natal 0-6 JAM

Bugar	:	Bayi menangis spontan, warna kulit merah, nafas tidak megap-megap
Usaha nafas	:	Tanpa bantuan Obat obat yg diberikan dalam 0-6 jam (Vitamin K, Hepatitis B, Salep mata)
Rowayat resusitasi	:	Ada/Tidak
IMD	:	Lakukan IMD 1 jam segera setelah bayi lahir
Pemenuhan nutrisi	:	ASI
Masalah		Ada/tidak

c. Kebutuhan sehari-hari neonatus (6-48 jam)

1) Nutrisi

Jenis : ASI/formula

frekuesnsi : Berapa kali/ jam sekali pemberian ASI

perlekatan : Benar /tidak

menghisap : Kuat/tidak

produksi ASI : Lancar/tidak

Masalah :Malas menghisap, putting susu pendek,tehnik menyusui yang belum benar

2) Eliminasi

a. BAB

Frekusnsi : Minimal sudah BAB 1 kali dalam 24 jam pertama atau (6-7 kali sehari dihari berikutnya)

Warna feases : Hitam (tinja pertama yang dikeluarkan bayi) seiring dengan peningkatan konsumsi ASI feses berubah menjadi kumuh berwrna kuning sawi atau hijau

Masalah :Ada/Tidak

b. BAK

Frekusni : Dalam 24 jam pertama minimal 6-8 kali (terjadi setiap bayi selesai menyusui)

Warna : Kuning jernih

Masalah : Ada/Tidak

c. Istirahat

Frekuensi tidur

Gangguan tidur : Ada/Tidak

Masalah : Ada/Tidak

B.Data Obejektif

1. Pemeriksaan umum

Keadaan umum	:Baik/Lemah
Kesadaran	:Composmentis
Tanda-tanda vital	
Frekunsi jantung	:120-160x/menit
Pernafasan	:40x/menit
Suhu	:36,5-37,5 oC
Antopometri	
BB	:2500-4000 gram
PB	:48-52 cm
LK	:33-35 cm
LD	:30-38 cm

2. Pemeriksaan fisik

1) Kepala

Kebersihan	:Bersih/Cukup/Kurang
Caput succedaneum	:Ada/Tidak
Chepal hematoma	: Ada/Tidak
Kelainan	:Tidak

2) Muka

Keadaan : Pucat/tidak, meringis/tidak

Bentuk : Simetris/tidak

Kelainan : Ada/Tidak

3) Mata

Bentuk :Simetris/Tidak

Konjungtiva : Anemis/ An anemis

Sclera :Ikterik/ An ikterik

Strabismus :Ada/Tidak

Kelainan :Ada/Tidak

4) Hidung

Pernafasan cuping hidung :Ada/Tidak

Kebersihan :Bersih/Cukup/Kurang

Kelainan : Ada/Tidak

5) Mulut

Mukosa bibi :Kering/Lembab

Labioskizis :Ada/Tidak

Palatoskizis :Ada/Tidak

Kelainan : Ada/Tidak

Reflek rooting : Positive/ Negative

Reflek socking :Positive/Negative

6) Telinga

Bentuk :Simetris/Tidak

Kebersihan :Bersih/Cukup/Kurang

Lubang telinga ka/ki :Ada/Tidak (+/+) (-/-)

Kelainan : Ada/Tidak

Pendengaran :PositiveNegative

7) Leher

Pembesaran kelenjar parotis :Ada/Tidak

Reflek tonick neck :Positive/Negative

8) Dada

Bentuk :Simetris/Tidak

Kebersihan :Bersih/Cukup/Kurang

Reflek dinding dada :Ada/Tidak

Bunyi nafas :Normal/Tidak

Bunyi jantung :Normal/Tidak

Nyeri tekan :Ada/Tidak

Keluhan :Ada/Tidak

9) Abdomen

Kebersihan :Bersih/Cukup/Kurang

Distensi :Ada/Tidak

Tali pusat :Ada/Tidak

Tanda-tanda infeksi : Ada/Tidak

Kelainan :Ada/Tidak

10) Genetalia

Laki-laki

Lubang uretra :Ada/Tidak

Testis :Ada/Tidak

Jumlah : 2

Kelainan :Epispadias (ureter terbuka lebar)

UDT (testis yang belum turun dalam skrotum)

Perempuan

aterm :Labia mayora menutupi labia minora

Lubang uretra :Ada/Tidak

Lubang vagina :Ada/Tidak

Pengeluaran :Ada/Tidak

Kelainan :Epispadias: (uretra yang melebar)

11) Anus

Lubang anus :Ada/Tidak

Mekonium :Ada/Tidak

Kebersihan : bersih/tidak

12) Ekstermitas atas kiri/kanan

Bentuk :Simetris/Tidak

Kelengkapan :Lengkap/Tidak

Reflek morro :Positive/Negative

Refleks graps :Positive/Negative

Bawah kiri/kanan

Kelengkapan :Lengkap/tidak

Kelainan : Sindaktili (penyatuan dua atau lebih jari-jari)
Polidaktili (muncul jari tambahan pada tangan atau kaki)

Reflek Babinski :Positive/Negative

Refleks graps :Positive/Negative

13) Kulit

Warna kulit :Pucat/Tidak

Tanda lahir :Ada/Tidak

Icterus : Kondisi abnormal bila muncul dalam 24 jam

Turgor : Baik/buruk

14) Punggung

Alur punggung : Simetris/Tidak

Kifosis :Ada/Tidak

Hiperlordosis :Ada/Tidak

Spina brifida :Ada/Tidak

Galand reflek :Positive/Negative

II. INTERPETASI DATA

A. Diagnosa

By, Ny"…" umur 6-48 jam dengan neonatus fisiologis

Data subjektif

Ibu mengatakan umur anaknya 6-48 jam. Lahir spontan/tidak, laki-laki/perempuan, pada tanggal… ibu mengatakan anaknya menyusui dengan kuat/tidak, ibu mengatakan anaknya rewel/tidak

Data Objektif

Pemeriksaan umum	: Baik
Kesadaran	: Composmentis
Tanda-tanda vital	
Frekunsi jantung	: 120-160x/m
Pernafasan	:40x/m
Suhu	: 36,5-37,5
Antropometri	
BB	:2500-4000 gram
PB	: 48-52 cm
LK	:33-35 cm
LD	:30-38 cm

B. Masalah

1. Tali pusat belum lepas
2. ASI kurang

C. Kebutuhan

1. Pemenuhan Nutrisi
2. Personal Hygiene
3. Pencegahan Infeksi (Perawatan Tali Pusat)
4. Bounding

5. Deteksi dini tanda bahaya (pemeriksaan fisik, penkes pada keluarga)
6. Manajemen masalah

III. MASALAH POTENSIAL

Ada/ tidak ada

VI. TINDAKKAN SEGERA

Ada/ tidak ada

V. INTERVENSI

No	Tujuan/kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
Dx	Tujuan: Bayi 6-48 jam berjalan normal Kriteri: 1. KU: baik 2. Kesadaran: composmentis 3. TVV dalam batas normal N: 120-160x/m RR: 40-60x/m S: 36,5-37,5°C 4. Tidak ada hipotermi dan demam (sepsis) 5. Tidak ditemukan tanda tnada infeksi pada tali pusat seperti: a. Tali pusat kering b. Tidak ada pengeluaran nanah atau darah c. Berbau busuk menyengat 6. Kebutuha nutrisi bayi terpenuhi dengan kriteria: a. Bayi menyusu dengan kuat	1. Pemenuhan kebutuhan Nutrisi pemberian pakan dapat ditingkatkan setiap hari selama minggu pertama dari 5-7 ml pada hari pertama (Ukuran lambung seperti buah chery), pada hari ketiga 22-27ml (Ukuran lambung seperti kemiri), pada satu minggu 80-150ml (Ukuran lambung seperti buah apricot) (Hastuti, Kusumaningsih, Fatonah, & Zulisa, 2023) 2. Penkes personal hygiene bayi dengan cara menjaga kebersihan daerah tali pusat, ganti popok yang basah dengan yang kering (Noordiati, 2019) 3. Lakukan perawatan tali pusat dengan metode topikal ASI di lakukan dengan cara mengoleskan ASI pada pangkal tali pusat menggunakan cottonbud dan menjaga agar tetap bersih,kering dilakukan 2 kali dalam sehari setelah mandi pagi dan sore (Silaen	1. Memenuhi kebutuhan nutrisi bayi, diharapkan keluarga memberikan ASI yang cukup kepada bayi untuk memenuhi tumbuh kembang anak (Hastuti, Kusumaningsih, Fatonah, & Zulisa, 2023) 2. Menjaga kebersihan pada bayi diharapkan tidak terjadi infeksi pada bayi (Noordiati, 2019) 3. Penggunaan topikal ASI sebagai perawatan tali pusat pada bayi baru lahir merupakan regimen yang tepat untuk mempercepat pelepasan tali pusat,hal ini disebabkan topikal ASI mengandung kadar protein tinggi yang berperan dalam proses perbaikkan sel-sel

	b. Sudah bisa BAK 6-8 kali /hari dengan warna: kuning jernih c. Sudah bisa BAB 3-4 kali/hari dengan warna: hitam (tinja pertama) progresif perubahan menjadi feses yang kumuh berwarna kuning sawi atau hijau d. Keniakan BB: 170-200 gram/minggu atau penurunan dalm 10 hari pertama tidak lebih dari 7 %	& Siregar, Pemberdayaan Ibu Nifas Dalam Melakukan Perawatan Tali Pusat Menggunakan Topikal ASI Dengan Lama Pelepasan Tali Pusat Pada Bayi Baru Lahir , 2023) 4. Melakukan *Bonding Attachment* dengan cara IMD (Gunarmi, Marinda, & Fatmawati, 2023) 5. deteksi dini tanda bahaya yang harus diwaspadai pada bayi baru lahir: a) pernafasan sulit atau lebih dari 60x/menit b) suhu tubuh terlalu panas >38 °C atau terlalu dingin <36 °C c) warna kuning terutama pada 24 jam pertama, biru atau pucat,memar d) isapan bayi lemah, mengantuk berlebihan,dan banyak muntah e) tali pusat merah, bengkak, keluar	yang rusak dan membantu proses penyembuhan luka hingga mampu mempercepat waktu pelepasan tali pusat (Silaen & Siregar, Pemberdayaan Ibu Nifas Dalam Melakukan Perawatan Tali Pusat Menggunakan Topikal ASI Dengan Lama Pelepasan Tali Pusat Pada Bayi Baru Lahir , 2023) 4. Dengan melakukan kontak mata, menyentuh, berbicara, dan mengeksplorasi segera setelah mengenal bayinya. Perkenalan antara orang tua dengan bayi baru lahir meningkatkan kadar oksitosin dan prolactin reflek menghisap membuat proses ikatan antara ibu dan anak, dilakukan segera setelah kelahiran adalah bagian yang sangat penting dan menentukan keberhasilan *Bonding Attachment* (Gunarmi, Marinda, & Fatmawati, 2023) 5. Dengan dilakukannya deteksi dini tanda bahaya pada bayi baru lahir diharapkan ibu dan keluarga dapat mengetahui keadaan bayi dan dapat segera diatasi ke fasilitas yang memadahi (Rivanica & Oxyandi, 2020)

		cairan (nanah), bau busuk, dan berdarah f) tanda-tanda infeksi yaitu suhu meningkat, merah, bengkak, keluar cairan atau nanah, bau busuk, dan pernafasan sulit. g) Tidak berkemih dalam 24 jam, tinja lembek, sering, warna hijaju tua, ada lender atau darah pada tinja. h) Aktivitas menggigil, atau tangisan tidak biasa, lemas, tidak bisa tenang, dan menangis terus menerus. (Rivanica & Oxyandi, 2020) 6. Penkes mengenai tanda-tanda bahaya BBL (Rivanica & Oxyandi, 2020)	6. Penkes tanda bahaya diharapkan masalah pada bayi dapat segera diatasi (Rivanica & Oxyandi, 2020)
M1	Tujuan Tidak ditemukan tanda-tanda infeksi pada tali pusat seperti: Kriteria: a. Tali pusat kering b. Tidak ada pengeluaran nanah atau darah dan tidak Berbau busuk menyengat c. lepas <7 hari	1. Lakukan pengkajian keadaan tali pusat agar mengetahui apakah ada tanda-tanda infeksi,kemerahan pada tali pusat, tampak nanah atau berbau. (Yulianti & Ningsi., Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir, 2019) 2. Lakukan dan ajarkan ibu atau keluarga perawatan tali pusat dengan metode topikal ASI di lakukan dengan cara mengoleskan ASI pada pangkal tali pusat menggunakan cottonbud dan menjaga agar tetap bersih,kering dilakukan 2 kali dalam sehari setelah	1. Agar mengetahui apakah ada/tidak tanda-tanda infeksi pada tali pusat. (Yulianti & Ningsi., Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir, 2019) 2. Penggunaan topikal ASI sebagai perawatan tali pusat pada bayi baru lahir merupakan regimen yang tepat untuk mempercepat pelepasan tali pusat,hal ini disebabkan topikal ASI mengandung kadar protein tinggi yang berperan dalam proses perbaikkan

		mandi pagi dan sore (Silaen & Siregar, Pemberdayaan Ibu Nifas Dalam Melakukan Perawatan Tali Pusat Menggunakan Topikal ASI Dengan Lama Pelepasan Tali Pusat Pada Bayi Baru Lahir , 2023)	sel-sel yang rusak dan membantu proses penyembuhan luka hingga mampu mempercepat waktu pelepasan tali pusat (Silaen & Siregar, Pemberdayaan Ibu Nifas Dalam Melakukan Perawatan Tali Pusat Menggunakan Topikal ASI Dengan Lama Pelepasan Tali Pusat Pada Bayi Baru Lahir , 2023)
M2	Tujuan: Hipotermi tidak terjadi Kriteri: 1.suhu:36,5-37,5 °C 2.kulit:tidak pucat,warna kulit kemerah merahan 3.ekstermitas:hangat	1. Jangan segera mandikan bayi baru lahir sebelum 6 jam atau 24 jam (Noordiati, 2019) 2.Letakkan bayi diruangan yang hangat sekitar 28-30°C. (sriyanti & ferina, 2023) 2. Ganti kain atau popok yang basah dengan popok atau kain yang kering dan bersih (Noordiati, 2019) 3. Anjurkam ibu untuk melakukan skin to skin dan menyusui bayi (Yunura, NR, & Ernita., 2022) 5.Selimut tubuh bayi dan bagian kepala bayi (Solama, Rivanica, & Patmahwati, 2022)	1. Menunda memandikan bayi segera setelah lahir dapat mencegah terjadinya kehilangan panas tubuh bayi karena evaporasi (Noordiati, 2019) 2. Suhu ruang atau kamar sekitar 28-30°C dapat mencegah bayi kehilangan panas karena radiasi (sriyanti & ferina, 2023). 3. Menggantikan pakaian atau popok yang basah salah satu upaya untuk mencegah kehilanagan panas dikarenakan konduksi (Noordiati, 2019) 4. Melakukan kontak kulit ke kulit adalah salah satu metode yang paling efektif untuk mencegah kehilangan panas, mecegah termoregulasi (Yunura, NR, & Ernita., 2022) 5. Bagian kepala memiliki luas permukaan yang luas dan bayi akan dengan cepat kehilangan panas maka dari itu dengan menyelimuti dapat mencegah terjadinya kehilangan panas bayi. (Solama, Rivanica, & Patmahwati, 2022)

M3	Tujuan: hipoglikemia Tidak terjadi Kriteria: 1.kadar glukosa normal pada bayi >45mg/dl 2.ASI adekuat	1. Pemberian ASI sedini mungkin (IMD) (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023) 2. Koreksi penurunan gula darah dengan cara: a) melalui pemberian ASI (bayi baru lahir yang sehat harus didorong untuk menyusui ASI sedini mungkin setelah lahir) b) melakukan penggunaan cadangan glikogen (glikogenesis) c) melalui pembentukkan glukosa dari sumber lain, terutama lemak (gluconeogenesis) (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023)	1. Pemberian ASI sedini dapat segera menggantikan kadar glukosa yang hilang pada bayi (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023) 2. Mencegah penurunan kadar gula darah dalam waktu yang cepat 1-2 jam pada setiap bayi baru lahir (Suryaningsih, Wulan, Yulianti, & Hayati, 2023)
M4	Tujuan: ASI pada bayi tercukupi Kriteria: 1. Bayi terlihat kenyang setelah menyusui (ASI) 2. Buang air kecil secara teratur 3. Bayi terlihat nyaman 4. Feses bayi akan keluar dalam 24 jam pertama setelah menyusi	1. Ajari ibu tehnik menyusui yang benar (Setyowati, Endang, & Rumiyati, 2023) 2. Pemberian ASI sesering mungkin secara on demand atau minimal 2 jam sekali selama kurang lebih 15 menit dengan frekuensi 8-11 kali dalam sehari. (Setyowati, Endang, & Rumiyati, 2023)	1. Mengajari ibu tehnik menyusui yang benar diharapkan tidak ada hambatan dalam pemberian ASI sehingga kebutuhan ASI pada bayi terpenuhi (Setyowati, Endang, & Rumiyati, 2023) 2. Menyusui on demand dapat memenuhi kebutuan nutrisi bayi. (Setyowati, Endang, & Rumiyati, 2023)

VI. IMPLEMENTASI

Implemetasi sesuai dengan intervensi

VII. EVALUASI

Evaluasi sesuai dengan implementasi

ASUHAN KEBIDANAN PADA NEONATUS 3-7 HARI (KN2)

Hari/tanggal/jam	Evaluasi
Diisi berdasarkan hari, tanggal dan jam dilakukan pengkajian	**S :** - Ibu mengatakan anaknya lahir 3-7 hari yang lalu - Ibu mengatakan bayinya bergerak aktif - Ibu mengetakan bayinya sehat - Ibu mengatakan bayinya menyusu kuat - Ibu mengatakan tali pusat anaknya belum kering/sudah kering - Ibu mengatakan dipantat bayinya terdapat ruam - Ibu mentakan bayinya muntah setelah menyusui - Ibu mengatakan tali pusat belum lepas - Ibu mengatakan bayinya BAB 1 kali dalam 24 jam atau (6-7 kali sehari dihari) - Ibu mengatakan bayinya BAK 6-8 kali sehari/lebih - Ibu mengatakan ada/tidak hambatan dalam menyususi **O :** Keadaan umum : baik Kesadaran : composmentis/apatis Suhu :36,5-37,5 RR :>40x/m BB :….gram PB :…..cm Bayi begerak aktif, tidak sianosis, reflek hisap baik,tali pusat sudah/belum lepas, tidak ada perdarahan, ada/tidak ada tanda-tanda infeksi, BAB/BAK (+) **A :** By, Ny"…" umur 3-7 hari dengan neonatus normal Masalah : 1. Gumoh 2. Ikterus fisiologis 3. Ruam popok 4. Tali pusat belum lepas **P :** - Informasikan hasil pemeriksaan kepada ibu - Pemenuhan kebutuhan nutisi dengan pemberian ASI ekslusif - Personal hygine - Kebutuhan istirahat tidur - Perawatan tali pusat - Konseling tanda bahaya bayi baru lahir 1. Gumoh Setelah Menyendawakan bayi untuk menghindari muntah dengan cara bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu atau didudukkan tegak di pangkuan ibu kemudian punggung ditepuk perlahan-lahan atau diusap. Jika bayi tertidur dan tidak memungkinkan disendawakan dengan cara diatas, bayi dapat ditidurkan dengan posisi miring kemudian punggung ditepuk perlahan atau diusap. (Rahmawati & Prayogi.) 2. Ikterus fisiologis

	Cara mengatasi ikterus fisiologis menurut jurnal (Setyowati & Rumiyati., 2023) pemberian ASI sesering mungkin secara on demand minimal 2 jam sekali selama kurang lebih 15 mnit dengan frekuensi 8-11 kali dalam sehari tanpa tambahan air putih atau makanan lain 3. Ruam popok Cara mengatasi ruam popok menurut jurnal (Yulihah, Yolanda, & Hidayani, Efektifitas Pemberian Virgin Coconut Oil Terhadap Penyembuhan Biang keringat Pada Bayi 0-12 Bulan , 2023) yaitu anjurkan ibu memberikan VCO (Virgin Coconut Oil) 2x sehari setelah mandi selama 5 hari gunakan sekitar setengah sendok minyak kelapa lalu oleskan dengan lembut pada bagian ruam 4. Tali pusat belum lepas Menurut jurnal (Silaen & Siregar, Pemberdayaan Ibu Nifas Dalam Melakukan Perawatan Tali Pusat Menggunakan Topikal ASI Dengan Lama Pelepasan Tali Pusat Pada Bayi Baru Lahir , 2023) cara mencegah terjadinya infeksi tali pusat yaitu dengan cara metode topikal ASI di lakukan dengan cara mengoleskan ASI pada pangkal tali pusat menggunakan cottonbud dan menjaga agar tetap bersih,kering dilakukan 2 kali dalam sehari setelah mandi pagi dan sore

ASUHAN KEBIDANAN PADA NEONATUS 8-28 HARI (KN3)

Hari/tanggal/jam	Evaluasi
Diisi berdasarkan hari, tanggal, dan jam dilakukan pengkajian	**S :** - Ibu mengatakan anaknya lahir 8-28 hari yang laku - Ibu mengatakan bayinya bergerak aktif - Ibu mengatakan anaknya menyusu kuat - Ibu mengatakan tali pusat anaknya sudah lepas - Ibu mengatakan dipantat bayinya terdapat ruam - Ibu mengatakan bayinya muntah setelah menyusu - Ibu mengatakan bayinya BAB 1 kali dalam 24 jam atau (6-7 kali sehari dihari - Ibu mengatakan bayinya BAK 6-8 kali sehari/lebih - Ibu mengatakan ada/tidak masalah **O :** Keadaan umum : baik Kesadaran : composmentis/apatis

	Suhu :36,5-37,5 RR :>40x/m BB :…..gram PB :….cm Bayi bergerak aktif, tidak sianosis, reflek hisap baik, tali pusat sudah lepas, tidak ada perdarahan, tidak ada tanda-tanda infeksi, BAB/BAK (+) **A :** By,Ny"…." Umur 8-28 hari dengan keadaan baik Masalah : 1. Gumoh 2. Ruam popok **P :** - Informasikan hasil pemeriksaan kepada ibu - Personal hygiene - Kebutuhan istirahat tidur - Pemenuhan nutrisi dengan pemberian ASI ekslusif 1. Gumoh Menurut Menyendawakan bayi untuk menghindari muntah dengan cara bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu atau didudukkan tegak di pangkuan ibu kemudian punggung ditepuk perlahan-lahan atau diusap. Jika bayi tertidur dan tidak memungkinkan disendawakan dengan cara diatas, bayi dapat ditidurkan dengan posisi miring kemudian punggung ditepuk perlahan atau diusap. 2. Ruam popok Cara mengatasi ruam popok menurut jurnal (Yulihah, Yolanda, & Hidayani, Efektifitas Pemberian Virgin Coconut Oil Terhadap Penyembuhan Biang keringat Pada Bayi 0-12 Bulan , 2023) yaitu anjurkan ibu memberikan VCO (Virgin Coconut Oil) 2x sehari setelah mandi selama 5 hari gunakan sekitar setengah sendok minyak kelapa lalu oleskan dengan lembut pada bagian ruam (Rahmawati & Prayogi.)

D. Kerangka Konseptual

