

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Konsep Masa Nifas

1. Pengertian Masa Nifas

Masa puerperium atau masa nifas atau postpartum adalah mulai setelah partus selesai, dan berakhir setelah kira-kira 6 minggu. Akan tetapi, seluruh otot genitalia baru pulih kembali seperti sebelum ada kehamilan dalam waktu 3 bulan.(1)

Pengertian masa nifas yang lain yaitu masa dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil, masa nifas selama kira-kira 6 minggu.(7)

2. Tujuan Asuhan Masa Nifas

Tujuan asuhan masa nifas antara lain :(1)

- a. Menjaga kesehatan ibu dan bayinya, baik secara fisik maupun psikologis.
- b. Melaksanakan screening yang komprehensif, mendeteksi adanya masalah, mengobati atau merujuk bila terjadi komplikasi pada ibu maupun bayinya.
- c. Memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan kesehatan diri, nutrisi, KB, menyusui ataupun pemberian imunisasi bagi bayi dan perawatan bayi sehat.
- d. Memberikan pelayanan keluarga berencana.

3. Proses Adaptasi Psikologi Pada Masa Nifas

Setelah melahirkan ibu mengalami perubahan fisik dan fisiologis yang juga mengakibatkan adanya beberapa perubahan dari psikisnya, sehingga terbagi menjadi tiga tahap yaitu :(8)

- a. *Periode Taking In*

Periode ini terjadi 1 – 2 hari setelah melahirkan, ibu umumnya pasif dan ketergantungan pada orang lain, perhatiannya tertuju pada kekhawatiran akan tubuhnya.

b. *Periode Taking Hold*

Periode ini berlangsung 2 – 4 hari postpartum, ibu berusaha keras untuk menguasai keterampilan perawatan bayi, misalnya menggendong, memandikan, memasang popok dan sebagainya.

c. *Periode Letting Go*

Periode ini biasanya terjadi setelah ibu pulang ke rumah, ibu mengambil tanggung jawab terhadap perawatan bayi dan dia harus beradaptasi dengan segala kebutuhan bayi yang sangat tergantung padanya. Hal ini menyebabkan kekurangan hak ibu, kebebasan dan hubungan sosial.

4. Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Masa Nifas

Peran dan tanggung jawab bidan dalam masa nifas yaitu:(7)

- a. Sebagai promotor hubungan ibu dan bayi serta keluarga
- b. Mendorong ibu untuk menyusui bayinya dengan meningkatkan rasa nyaman
- c. Membuat kebijakan, perencanaan program kesehatan yang berkaitan ibu dan anak dan mampu melakukan kegiatan administrasi
- d. Mendeteksi komplikasi dan perlunya rujukan
- e. Memberikan konseling untuk ibu dan keluarganya mengenai cara mencegah perdarahan, mengenali tanda-tanda bahaya masa nifas, menjaga gizi yang baik
- f. Melakukan manajemen asuhan dengan cara mengumpulkan data, menetapkan diagnosa dan rencana tindakan serta melaksanakannya untuk mempercepat proses pemulihan, mencegah komplikasi dengan memenuhi kebutuhan ibu dan bayi selama periode nifas
- g. Memberikan asuhan secara profesional.

5. Tahapan Masa Nifas

Masa nifas dibagi menjadi 3 tahap yaitu :(7)

a. Puerpurium Dini

Masa kepulihan dimana ibu telah diperbolehkan berjalan. Ibu nifas sudah diperbolehkan bangun dari tempat tidurnya 24-48 jam setelah persalinan. Keuntungan dari puerpurium dini adalah ibu merasa lebih sehat dan kuat, kandung kemih lebih baik, ibu dapat segera belajar merawat bayinya.

b. Puerpurium Intermedia

Masa kepulihan menyeluruh alat-alat genitalia eksterna dan interna yang lamanya 6–8 minggu. Alat genitalia tersebut meliputi uterus, bekas implantasi plasenta, luka jalan lahir, cervix, endometrium dan ligamen-ligamen.

c. Remote Puerpurium

Waktu yang diperlukan untuk pulih dan sehat sempurna terutama bagi ibu selama hamil atau melahirkan mempunyai komplikasi. Waktu sehat sempurna bisa berminggu-minggu, berbulan-bulan dan tahunan.

6. Kebijakan Program Nasional Masa Nifas

Kunjungan masa nifas dilakukan paling sedikit empat kali kunjungan, dengan tujuan :(9)

a. Kunjungan 1 (6-8 jam postpartum)

- 1) Mencegah terjadinya perdarahan masa nifas
- 2) Mendeteksi dan merawat penyebab lain perdarahan dan memberikan rujukan bila perdarahan berlanjut
- 3) Memberikan konseling pada ibu atau salah satu keluarga mengenai bagaimana mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri.
- 4) Pemberian ASI pada masa awal menjadi ibu
- 5) Mengajarkan cara mempererat hubungan antara ibu dan bayi baru lahir
- 6) Menjaga bayi tetap sehat dan mencegah hipotermi

b. Kunjungan 2 (6 hari postpartum)

- 1) Memastikan involusi uterus berjalan normal, uterus berkontraksi, fundus dibawah umbilikus, tidak ada perdarahan abnormal dan tidak bau
 - 2) Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi atau kelainan pasca persalinan
 - 3) Memastikan ibu mendapat cukup makanan, cairan dan istirahat
 - 4) Memastikan ibu menyusui dengan baik dan tidak ada tanda penyulit
 - 5) Memberikan konseling kepada ibu mengenai asuhan pada bayi, cara merawat tali pusat dan bagaimana menjaga bayi agar tetap hangat.
- c. Kunjungan 3 (2 minggu postpartum)
- 1) Memastikan involusi uterus berjalan normal, uterus berkontraksi, fundus dibawah umbilikus, tidak ada perdarahan abnormal dan tidak bau
 - 2) Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi atau kelainan pasca persalinan
 - 3) Memastikan ibu mendapat cukup makanan, cairan dan istirahat
 - 4) Memastikan ibu menyusui dengan baik dan tidak ada tanda penyulit
 - 5) Memberikan konseling kepada ibu mengenai asuhan pada bayi dan bagaimana menjaga bayi agar tetap hangat.
- d. Kunjungan 4 (6 minggu postpartum)
- 1) Menanyakan pada ibu tentang penyulit-penyulit yang dialami atau bayinya
 - 2) Memberikan konseling KB secara dini

B. Perawatan Luka Perineum

Perawatan luka perineum untuk mencegah infeksi pada organ-organ reproduksi yang disebabkan oleh masuknya mikroorganisme melalui vulva yang terbuka atau akibat dari perkembangan bakteri pada peralatan penampung lochea.(7) Setelah melahirkan biasanya perineum menjadi agak bengkak/ memar dan mungkin ada luka jahitan bekas robekan atau episotomi. Anjuran untuk menjaga kebersihan luka perineum, yaitu:(10)

- 1) Menjaga kebersihan alat genitalia dengan mencucinya menggunakan sabun dan air, kemudian daerah vulva sampai anus harus kering sebelum memakai pembalut wanita, setiap selesai buang air besar atau kecil, pembalut diganti minimal 3 kali sehari.
- 2) Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah membersihkan daerah genitalia.
- 3) Mengajarkan ibu membersihkan daerah genitalia dengan cara membersihkan daerah di sekitar vulva terlebih dahulu, dari depan ke belakang, baru kemudian membersihkan daerah sekitar anus. Membersihkan vulva setiap buang air kecil atau buang air besar.
- 4) 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 sinar matahari atau disetrika.
- 5) Jika ibu mempunyai luka episiotomi atau laserasi, sarankan kepada ibu untuk menghindari menyentuh luka, tidak jarang pasien ingin menyentuh luka bekas jahitan perineum tanpa memperhatikan efek yang bisa ditimbulkan dari tindakannya ini. Apalagi pasien kurang memperhatikan kebersihannya sehingga tidak jarang terjadi infeksi. Cebok dengan air dingin atau cuci menggunakan sabun.
- 6) Bilas perineum dengan larutan antiseptik sehabis buang air kecil atau saat ganti pembalut. Keringkan dengan handuk, ditepuk-tepuk lembut.

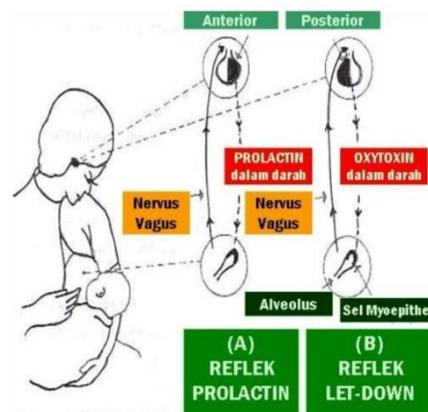
C. Laktasi dan Menyusui

1. Proses Laktasi dan Menyusui

Pada saat payudara sudah memproduksi ASI, terdapat pula proses pengeluaran ASI yaitu dimana ketika bayi mulai menghisap, terdapat beberapa hormone yang berbeda bekerja sama untuk pengeluaran air susu dan melepaskannya untuk di hisap. Gerakan isapan bayi dapat merangsang serat saraf dalam puting. Serat saraf ini membawa permintaan agar air susu melewati kolumna spinalis ke kelenjar hipofisis dalam otak. Kelenjar

hipofisis akan merespon otak untuk melepaskan hormon prolaktin dan hormone oksitosin. Hormon prolaktin dapat merangsang payudara untuk menghasilkan lebih banyak susu. Sedangkan hormon oksitosin merangsang kontraksi otot-otot yang sangat kecil yang mengelilingi duktus dalam payudara, kontraksi ini menekan duktus dan mengeluarkan air susu ke dalam penampungan di bawah areola.(11)

Pada proses laktasi terdapat dua reflek yang berperan, yaitu reflek prolaktin dan reflek aliran yang timbul akibat rangsangan puting susu dikarenakan isapan bayi (reflek let down). Semakin sering bayi menghisap, semakin banyak susu yang dihasilkan.(7)



Gambar 2.1 Reflek Prolaktin dan Reflek Let down

Sumber : shelov, 2005

2. Stadium Pembentukan Laktasi

Menurut stadium pembentukan laktasi, ASI terbagi menjadi tiga stadium, yaitu :(11)

a. Kolostrum

Kolostrum adalah cairan kental dapat pula encer yang berwarna kekuningan yang di berikan pertama pada bayi yang mengandung sel hidup menyerupai sel darah putih yang dapat membunuh kuman dan bakteri penyakit. Kolostrum juga melapisi usus pada bayi sehingga terlindung dari kuman dan bakteri penyakit. Kolostrum yang

disekresikan oleh kelenjar dari hari pertama sampai keempat, pada awal menyusui, kolostrum yang keluar kira-kira sesendok teh. Pada keadaan normal kolostrum dapat keluar sekitar 10cc – 100cc dan akan meningkat setiap hari sampai sekitar 150-300 ml setiap 24 jam. Kolostrum lebih banyak mengandung protein, sedangkan kadar karbohidrat dan kadar lemak lebih rendah.

Fungsi dari kolostrum adalah memberikan gizi dan proteksi, yang terdiri atas zat sebagai berikut.

1) Immunoglobulin

Immunoglobulin tersebut dapat melapisi dinding usus yang berfungsi mencegah terjadinya penyerapan protein yang menyebabkan alergi

2) Laktoferin adalah protein yang mempunyai afinitas yang tinggi terhadap zat besi, kadar laktoferin yang tinggi pada kolostrum dan air susu ibu adalah terdapat pada hari ke tujuh setelah melahirkan. Perkembangan bakteri patogen dapat di cegah dengan zat besi yang terkandung dalam kolostrum dan ASI

3) Lisosom mempunyai fungsi sebagai antibakteri dan menghambat perkembangan virus, kadar lisosom pada kolostrum lebih tinggi dari pada susu sapi.

4) Faktor antitrypsin berfungsi sebagai penghambat kerja tripsin sehingga dapat menyebabkan immunoglobulin pelindung tidak akan pecah oleh tripsin

5) Lactobasillus terdapat pada usus bayi dan menghasilkan asam yang dapat mencegah pertumbuhan bakteri patogen, pertumbuhan lactobasillus membutuhkan gula yang mengandung nitrogen berupa faktor bifidus yang terdapat dalam kolostrum.

b. Air Susu Masa Peralihan

Air Susu Ibu (ASI) peralihan merupakan ASI yang keluar setelah keluarnya kolostrum sampai sebelum menjadi ASI yang matang / matur. Adapun cirri-ciri dari air susu masa peralihan adalah sebagai berikut :

- 1) Peralihan ASI dari kolostrum sampai menjadi ASI yang matur
 - 2) Di sekresi pada hari ke 4 sampai hari ke 10 dari masa laktasi
 - 3) Kadar protein rendah, tetapi kandungan karbohidrat dan lemak semakin tinggi
 - 4) Produksi ASI semakin banyak, dan pada waktu bayi berusia tiga bulan dapat diproduksi kurang lebih 800ml/hari
- c. Air Susu Matang (Matur)
- Air susu matang adalah cairan susu yang keluar dari payudara ibu setelah masa ASI peralihan. ASI matur berwarna putih kekuningan. Ciri – cirri dari ASI matur adalah sebagai berikut :
- 1) ASI yang disekresi pada hari ke 10 dan seterusnya
 - 2) Pada ibu yang sehat, produksi ASI akan cukup untuk bayi
 - 3) Cairan berwarna putih kekuningan yang diakibatkan oleh garam Ca-Casienant, riboflavin, dan karotes yang terdapat di dalamnya
 - 4) Tidak akan menggumpal jika dipanaskan
 - 5) Mengandung faktor antimikrobal
 - 6) Interferon producing cell
 - 7) Sifat biokimia yang khas, kapasitas buffer yang rendah, dan adanya faktor bifidus.

3. Jenis – jenis ASI

ASI terbagi menjadi dua, yaitu :(12)

a. Foremilk

Foremilk merupakan ASI yang encer yang dapat di produksi pada awal proses menyusui dengan kadar air tinggi dan mengandung protein, laktosa serta nutrisi lainnya, akan tetapi kadar lemak pada foremilk rendah. Foremilk di simpan pada saluran penyimpanan dan keluar pada awal menyusui. Cairan foremilk lebih encaer dibandingkan hindmilk, foremilk merupakan ASI yang keluar pertama dan dapat mengatasi haus pada bayi.

b. Hindmilk

Hindmilk merupakan ASI yang mengandung tinggi lemak dan memberikan zat tenaga/energi dan diproduksi pada akhir proses menyusui. ASI hindmilk keluar setelah foremilk, sehingga bisa dikatakan lain sebagai asupan utama setelah asupan pembukaan. ASI hindmilk sangat banyak, kental dan penuh lemak bervitamin. Hindmilk mengandung lemak 4 – 5 kali dibandingkan dengan foremilk. Akan tetapi seorang bayi tetap membutuhkan foremilk dan hindmilk.

4. Jumlah Produksi Air Susu Ibu

Air Susu Ibu (ASI) yang diproduksi setelah melahirkan pada hari pertama adalah berupa kolostrum dengan volume 10 – 100cc, dan pada hari ke 2 sampai ke 4 akan meningkat dengan volume sekitar 150 – 300ml/24 jam. Produksi ASI setelah 10 hari dan seterusnya melahirkan sampai bayi berusia tiga bulan atau disebut dengan ASI matur, ASI dapat berproduksi sekitar 300 - 800ml/hari, dan ASI akan terus meningkat pada hari atau minggu seterusnya.(7)

5. Manfaat Air Susu Ibu (ASI)

Pemberian ASI sangat bermanfaat bagi bayi, khususnya pemberian ASI secara eksklusif, ASI eksklusif merupakan pemberian minum ASI secara murni yaitu bayi hanya di berikan ASI saja tanpa ada makanan atau minuman tambahan selama 6 bulan penuh. Manfaat pemberian ASI juga bermanfaat bagi ibu bayi, manfaat pemberian ASI bagi ibu dan bayi sebagai berikut :(7)

a. Manfaat ASI bagi bayi

- 1) ASI sebagai nutrisi karena mempunyai komposisi yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi yang dilahirkan
- 2) Jumlah kalori yang terdapat dalam ASI dapat memnuhi kebutuhan bayi sampai usia bayi enam bulan
- 3) ASI dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi karena dalam ASI terdapat zat pelindung atau antibody yang dapat melindungi dari kuman maupun bakteri penyakit.

- 4) ASI dapat meningkatkan kecerdasan, mempengaruhi perkembangan psikomotorik lebih cepat yang dapat pula dipengaruhi dari faktor genetic dan faktor lingkungan seperti pola asuh bayi untuk pertumbuhan fisik otak, pola asih untuk mengetahui perkembangan emosional dan spiritual pada bayi, pola asah untuk mengetahui perkembangan intelektual dan sosialisasi pada bayi
- 5) Pemberian ASI dapat mempengaruhi ikatan batin antara ibu dan bayi, serta dapat pula mengurangi karies pada gigi akibat kadar laktosa yang sesuai kebutuhan bayi
- 6) Dapat mengurangi kejadian maloklusi akibat penggunaan dot yang lama.

b. Manfaat ASI bagi ibu bayi

- 1) Mencegah perdarahan setelah melahirkan
Kandungan hormon oksitosin pada tubuh ibu setelah melahirkan dapat merangsang kontraksi uterus sehingga dapat menjepit pembuluh darah yang bisa mencegah terjadi perdarahan
- 2) Mempercepat involusi uterus
Hormon oksitosin yang dikeluarkan dapat merangsang kontraksi uterus sehingga proses involusi dapat berlangsung secara maksimal
- 3) Mengurangi resiko anemia
Pada ibu menyusui, kontraksi uterus berlangsung secara baik, sehingga mencegah terjadi perdarahan yang hebat
- 4) Mencegah terjadinya kanker payudara dan kanker ovarium
Karena pada ibu menyusui dapat mencegah resiko kanker payudara karena dengan menyusui, ibu bayi dapat menghilangkan racun pada payudara dan dapat pula menekan siklus menstruasi
- 5) Dapat menimbulkan ikatan batin antara ibu dengan bayi
Dengan menyusui, ikatan batin ibu dan bayi dapat terjalin kuat, karena jika ibu bayi berjauhan, maka akan terus terbayang saat-saat menyusui bayinya dan ibu akan merasa di butuhkan oleh bayi
- 6) Pemberian ASI dapat mempengaruhi berat badan

Pada ibu yang menyusui, pasti akan lebih sering bangun pada malam hari untuk menyusui dan terjaga dari tidurnya sehingga mempengaruhi berat badan ibu

7) Sebagai alat kontrasepsi sementara

Menyusui dapat memberikan aspek kontrasepsi bagi ibu, karena saat bayi menyusu, isapan dari mulut bayi pada puting susu ibu akan merangsang ujung saraf sensorik sehingga akan mengeluarkan prolaktin, selanjutnya prolaktin akan masuk ke indung telur dan menekan produksi estrogen yang berakibat tidak terdapat ovulasi. Metode kontrasepsi alami dari ibu menyusui yaitu bisa disebut dengan metode amenorhoe laktasi (MAL) yaitu metode kontrasepsi sederhana yang efektif digunakan tanpa alat kontrasepsi apapun sampai ibu belum mendapatkan menstruasi.

6. Cara Menyusui Yang Benar

Teknik menyusui yang benar diperlukan agar bayi dan ibu merasakan nyaman dan bayi bisa memperoleh manfaat terbesar dari menyusu. Beberapa faktor kunci untuk menyusui secara efektif, diantaranya adalah :(13)

a. Waktu Menyusui

Menyusui on-demand adalah menyusui kapanpun bayi meminta atau kapanpun dibutuhkan oleh bayi. Menyusui on-demand merupakan cara terbaik untuk menjaga produksi ASI tetap tinggi dan bayi tetap kenyang. Bayi yang sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit dan ASI dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam. Pada awalnya, bayi tidak memiliki pola teratur dalam menyusu dan akan mempunyai pola tertentu setelah 1-2 minggu kemudian.

b. Perlekatan

Ada 2 cara untuk mengetahui apakah mulut bayi melekat pada puting ibu dengan benar atau tidak, yaitu :

- 1) Jika bayi melekat dengan benar, bibir bawah akan berlipat ke bawah dan dagu akan mendekat ke payudara. Lidah seharusnya ada di

bawah payudara, areola dan puting menempel pada langit-langit mulut bayi.

- 2) Seluruh puting dan areola berada dalam mulut bayi. Jika hanya puting yang masuk ke dalam mulut bayi, jumlah ASI yang dikeluarkan akan lebih sedikit dan bayi harus mengisap lebih keras dan lebih lama.

7. Tanda-Tanda Bayi Cukup ASI

Tanda-tanda bayi cukup ASI adalah sebagai berikut :(10)

- a. Tiap menyusui, bayi menyusui dengan kuat tetapi kemudian melemah dan tertidur pulas minimal 8-12 kali dalam 24 jam (setiap menyusui bayi akan menghisap kuat dan menelan).
- b. Payudara akan terasa lunak setelah menyusui dibanding sebelumnya.
- c. Bayi akan BAB dan BAK dengan normal
 - 1) Bayi BAK 6-8 kali sehari warna urin kekuningan
 - 2) Bayi BAB 2-5 kali sehari (bayi berusia kurang dari 6 minggu). Dengan bertambahnya usia bayi (lebih dari 6 minggu) frekuensi BAB semakin jarang.
- d. Bayi mempunyai BB dan TB yang ideal.
 - 1) Selama minggu pertama kehidupan, bayi akan kehilangan 10 % dari berat waktu lahir (yaitu 280 – 336 gram pada bayi yang lahir cukup bulan)
 - 2) Pada akhir minggu kedua, BB bayi harus kembali ke BB sewaktu lahir. Jika asupan ASI cukup, bayi akan mengalami kenaikan BB 20 gram sehari selama 3 bulan pertama. Oleh karena itu bayi sebaiknya ditimbang 1-2 minggu sekali.
- e. Daya tahan tubuh bayi meningkat karena kecukupan nutrisi serta kekebalan yang didapat dari ASI.
- f. Perkembangan motorik yang baik, ada empat hal perkembangan bayi yaitu motorik kasar, motorik halus, bahasa dan psikologi.

8. Perawatan Payudara

Prinsip perawatan payudara adalah :(14)

- 1) Menjaga payudara agar bersih, kering terutama puting susu
- 2) Menggunakan bra/BH yang menopang dan tidak menekan.
- 3) Setiap menyusui oleskan kolostrum atau ASI yang keluar disekitar puting setiap kali sebelum dan sesudah menyusui
- 4) Menyusui tetap dilakukan dengan mendahulukan puting susu yang tidak lecet.
- 5) Apabila lecet sangat berat, dapat diistirahatkan selama 24 jam. ASI dikeluarkan dan diminumkan menggunakan sendok.
- 6) Untuk menghilangkan nyeri ibu dapat minum paracetamol 1 tablet 4-6 jam
- 7) Apabila payudara bengkak akibat bendungan ASI maka ibu dapat melakukan :
 - a. Pengompresan payudara dengan menggunakan kain basah dan hangan selama 5 menit
 - b. Urut payudara dari arah pangkal ke puting
 - c. Keluarkan ASI sebagian dari bagian depan payudara sehingga puting susu menjadi lunak
 - d. Susukan bayi setiap 2-3 jam. Apabila bayi tidak mengisap seluruh ASI, sisanya keluarkan dengan tangan
 - e. Letakkan kain dingin pada payudara setelah menyusui

D. Aplikasi Manajemen Kebidanan

1. Data Subjektif

Data subjektif yang diperlukan adalah :

- a) Mengumpulkan biodata ibu dan suami : nama, umur, alamat, suku, agama, pekerjaan dan pendidikan.
- b) Menanyakan riwayat perkawinan ibu : usia pernikahan, lama menikah dan status pernikahan.
- c) Menanyakan keluhan yang dirasakan ibu atau hal yang ingin ibu ketahui.
- d) Menanyakan riwayat kehamilan terakhir : periksa hamil dimana,

keluhan selama hamil serta konsumsi obat-obatan,

- e) Menggali riwayat obstetri : jumlah kehamilan, jumlah persalinan, jumlah abortus, jumlah anak lahir hidup, jumlah kelahiran mati, jumlah kelahiran prematur, persalinan dengan penyulit, riwayat perdarahan postpartum, berat bayi lahir, masalah janin, komplikasi nifas dan laktasi.
- f) Menanyakan asupan zat besi, menanyakan kartu imunisasi TT, menggali riwayat pola pemenuhan sehari-hari seperti (pola makan, menu makanan, pantangan makanan, pola minum, BAB, BAK dan pola istirahat).
- g) Menggali tentang aktivitas dan kegiatan sehari-hari
- h) Menggali riwayat laktasi, budaya atau kepercayaan khusus yang berkaitan dengan nifas.
- i) Menanyakan tentang dukungan suami dan keluarga terhadap ibu.
- j) Menggali status ekonomi keluarga ibu.
- k) Menanyakan tanda bahaya masa nifas : kelelahan, sulit tidur, demam, nyeri atau panas saat BAK, sembelit atau haemorrhoid, sakit kepala, nyeri abdomen, cairan vagina berbau busuk, nyeri tekan pada payudara, kesulitan dalam menyusui, kesedihan, merasa kurang mampu merawat bayi dan pengetahuan tentang masa nifas.

2. Data Objektif

Untuk melengkapi data dalam diagnosa, bidan harus melakukan pengkajian data objektif melalui pemeriksaan inspeksi, palpasi, auskultasi, dan perkusi yang bidan lakukan secara berurutan. Langkah pemeriksaan dalam asuhan nifas normal adalah sebagai berikut :(8)

- a) Keadaan umum baik
- b) Kesadaran composmentis
- c) Pemeriksaan anda – tanda vital meliputi tekanan darah, nadi, suhu, pernapasan.

d) Pemeriksaan fisik meliputi mata (warna konjungtiva dan sklera), mulut (warna bibir), leher (melihat pembengkakan kelenjar limfe), payudara (bentuk, gangguan, pengeluaran ASI, keadaan puting, kebersihan), abdomen (kontraksi uterus, TFU), Ekstremitas (oedema, varises), Genitalia (kebersihan, pengeluaran darah, keadaan luka jahitan, tanda –tanda infeksi), Anus (kebersihan, haemorhoid).

3. Analisa

Ny...P...A... Postpartum 2 jam dengan perawatan luka jahitan

4. Penatalaksanaan

- a) Melakukan pendekatan therapeutic pada ibu
- b) Mengobservasi keaadaan umum ibu
- c) Menjelaskan pada ibu mengenai kondisinya
- d) Menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup untuk pemulihan tenaga ibu
- e) Menganjurkan ibu makan makanan dengan gizi seimbang untuk mengganti energi yang hilang dan mempersiapkan produksi ASI.
- f) Memantau TTV ibu, palpasi kandung kemih, pantau TFU dan jumlah pengeluaran lochea.
- g) Mengajarkan ibu perawatan payudara pada masa nifas
- h) Melakukan KIE pentingnya menyusui
- i) Mengajarkan ibu cara menyusui yang baik dan benar
- j) Melakukan KIE tentang KB