

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil laporan kasus mengenai asuhan kebidanan yang sudah dilakukan kepada Ny. F usia 24 tahun G1P0A0 yang dimulai pada tanggal 10 April 2021 sampai dengan tanggal 30 April 2021 atau dari usia kehamilan 30 minggu sampai usia kehamilan 32 minggu 5 hari dengan anemia ringan dan ketidaknyaman fisiologis trimester III, pada bab ini penulis membuat pembahasan yang menghubungkan kasus yang dialami Ny. F dengan teori dari referensi yang dipelajari mengenai masa kehamilan dan anemia pada kehamilan.

A. Data Subjektif

Berdasarkan hasil pengkajian tanggal 10 April 2021 pukul 16.45 WIB Ny. F usia 24 tahun datang ke PMB T untuk memeriksakan kehamilan dengan keluhan sering lemas, pusing, terkadang mata berkunang-kunang, dan kurang nafsu makan sejak 2 minggu yang lalu. Ibu sering merasa kegerahan dan sulit tidur sejak 1 minggu yang lalu. Menurut teori keluhan lemas, pusing, mata berkunang-kunang, dan kurang nafsu makan merupakan gejala dari anemia.(22) Rasa gerah (keringat bertambah) dan sulit tidur merupakan salah satu ketidaknyamanan fisiologis yang sering terjadi pada kehamilan trimester III, karena saat hamil terjadi perubahan hormon yang berakibat pada peningkatan aktifitas kelenjar keringat, aktifitas kelenjar sebacea (kelenjar minyak) dan folikel rambut meningkat. Keringat yang bertambah dapat dipengaruhi oleh penambahan berat badan dan meningkatnya metabolisme pada ibu hamil.(13) Ini adalah kehamilan pertama belum pernah keguguran. HPHT: 13-09-2020, siklus menstruasi ibu 28 hari teratur. Berdasarkan rumus Naegle diperoleh taksiran persalinan 20-06-2021. Rumus Naegle bisa digunakan untuk menentukan taksiran persalinan karena ibu mempunyai siklus menstruasi yang teratur.(13)

Ibu merasakan gerakan janin pertama kali usia kehamilan 5 bulan, gerakan janin saat ini aktif 10-12 kali setiap hari. Hal ini sudah sesuai dengan teori dimana pada kehamilan pertama gerakan janin mulai terasa setelah kehamilan memasuki usia 18-20 minggu dan normalnya gerakan janin dirasakan oleh ibu lebih dari 10 kali per hari atau bayi harus bergerak paling sedikit 3 kali dalam periode 3 jam.(13)

Ibu rutin memeriksakan kehamilannya ke bidan sebanyak 8 kali yaitu trimester I sebanyak 3 kali, trimester II sebanyak 4 kali dan trimester III sebanyak 1 kali, ibu belum pernah periksa laboratorium dan periksa ke dokter. Menurut teori hal ini belum sesuai standar kunjungan dan pemeriksaan antenatal dimana seharusnya, setiap wanita hamil memerlukan sedikitnya enam kali kunjungan selama periode antenatal dengan rincian 2 kali di trimester I, 1 kali di trimester II, dan 3 kali di trimester III. Ibu hamil minimal 2 kali diperiksa oleh dokter saat kunjungan 1 di trimester I dan saat kunjungan ke 5 di Trimester III.(16)

Ibu sudah mendapatkan imunisasi TT 2 kali, yaitu TT1 tanggal 24-11-2021 dan TT2 tanggal 24-12-2021. Imunisasi TT diberikan sebanyak 2 kali selama kehamilan untuk mencegah kemungkinan tetanus neonatorum dengan jarak waktu TT1 dan TT2 minimal satu bulan. Imunisasi TT yang sudah ibu lakukan sesuai dengan standar pemeriksaan antenatal dan perlindungan TT2 lamanya 3 tahun.(10),(13)

Ibu merasa bahagia atas kehamilan pertamanya dan tidak sabar ingin bertemu bayinya. Namun, ibu mulai merasa khawatir menghadapi proses persalinan. Teori menjelaskan trimester III seringkali disebut periode menunggu dan waspada sebab periode ini ibu merasa tidak sabar menunggu kelahiran bayinya dan terkadang ibu merasa khawatir bahwa bayinya akan lahir sewaktu-waktu. Hal ini menyebabkan ibu meningkatkan kewaspadaannya akan timbulnya tanda dan gejala persalinan.(10)

Selama hamil ibu makan 2-3 kali sehari porsi sedang dengan menu nasi, lauk-pauk (seperti tempe, tahu, telur, ibu kurang suka makan ikan), jarang mengkonsumsi sayur, dan buah. Ibu jarang meminum vitamin atau tablet tambah darah yang diberikan oleh bidan karena setelah minum merasa mual.

Pada teori dijelaskan seharusnya ibu hamil mengkonsumsi makanan yang tinggi kandungan zat besi dan protein seperti sayuran berdaun hijau diantaranya bayam, kangkung, sawi, brokoli, daging merah, ati, ikan, telur, sereal dan kacang-kacangan seperti tahu, tempe. Selain itu, setiap ibu hamil harus rutin mengkonsumsi tablet penambah darah yang mengandung 60 mg zat besi dan 0,25 mg asam folat untuk mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan, Defisiensi gizi merupakan faktor predisposisi terjadinya anemia defisiensi besi pada ibu hamil di Indonesia.(24),(27) Efek yang dirasakan saat mengkonsumsi tablet tambah darah adalah rasa mual, guna mengatasinya dianjurkan diminum pada malam hari.(28)

Selama hamil ibu lebih sering BAK yaitu 5-7 kali sehari, sesuai dengan teori yaitu pada trimester III posisi kandung kemih yang berada didepan uterus tertekan karena bagian terendah janin mulai turun ke dalam rongga panggul, selain itu, terjadinya hemodilusi menyebabkan metabolisme air meningkat sehingga pembentukan urin bertambah.(13),(14)

Memasuki usia kehamilan trimester III ibu tidur malam \pm 6 jam dan jarang tidur siang karena ibu merasa gerah. Hal ini tidak sesuai dengan teori seharusnya ibu hamil tidur malam kurang lebih sekitar 8 jam dan tidur siang kurang lebih 1 jam.(13)

Ibu mandi 2 kali sehari, mengganti pakaian 2 kali sehari, dan mengganti pakaian dalam 2 kali sehari. Hal ini sudah sesuai dengan teori, pada ibu hamil perlu menjaga kebersihan badan secara ekstra karena bertambahnya aktifitas metabolisme tubuh maka ibu hamil cenderung menghasilkan keringat yang berlebih, disamping itu ibu hamil menjaga kebersihan badan juga untuk mendapatkan rasa nyaman bagi tubuh. Ibu dianjurkan mandi dua kali sehari, dan menjaga kebersihan diri terutama lipatan kulit (ketiak, bawah buah dada, daerah genitalia) dengan cara dibersihkan dan dikeringkan. Ibu dianjurkan untuk selalu membersihkan vulva dan vagina setiap mandi, setelah BAK atau BAB dengan cara membersihkan dari depan ke belakang kemudian dikeringkan dengan handuk kering. Ibu dianjurkan menggunakan pakaian dalam dari katun yang menyerap keringat, supaya vulva dan vagina selalu dalam keadaan kering dan terhindar dari keadaan lembab. Ibu perlu menjaga

kebersihan gigi dan mulut karena seringkali mudah terjadi karies, terutama pada ibu hamil yang kekurangan kalsium, hipersaliva dan emisis-hiperemisis gravidarum.(13)

Pada tanggal 30 April 2021 pukul 17.00 WIB Ny. F datang ke PMB T untuk kunjungan ulang pada usia kehamilan 32 minggu 5 hari dengan keluhan masih sering lemas, pusing, terkadang mata berkunang-kunang. Hal ini sesuai dengan teori yang mana pusing, lemah, lesu, cepat lelah, mata berkunang-kunang, tidak nafsu makan merupakan gejala dari anemia.(22) Selain itu, ibu merasa pegal pada pinggang dan punggung sejak 1 minggu yang lalu. Teori mengatakan bahwa keluhan yang dirasakan ibu merupakan ketidaknyamanan fisiologis pada kehamilan trimester III yang dapat disebabkan karena perubahan fisik seperti pembesaran uterus dan payudara yang dapat berakibat pada ketegangan otot, dan kelelahan. Posisi tubuh yang kurang baik, dan berkaitan dengan kadar hormon yang meningkat menyebabkan cartilage pada sendi besar menjadi lembek, di samping itu posisi tulang belakang hiperlordosis. Ibu mengatakan masih merasa gerah serta sulit tidur pada malam hari, tetapi ibu sudah mulai terbiasa dan dapat mengatasinya dengan menggunakan pakaian yang longgar dengan bahan mudah menyerap keringat, membuka jendela rumah saat siang hari, memperbanyak minum air putih. Hal yang dilakukan ibu sudah sesuai dengan teori dimana untuk mengatasi ketidaknyamanan fisiologis yang dialami ibu dianjurkan menjaga sirkulasi udara sekitar tetap baik, dan ibu memperhatikan asupan hidrasi.(13)

Ibu sudah rutin mengkonsumsi vitamin atau tablet tambah darah dari bidan sebanyak 1x1 (dalam satu tablet mengandung 60 mg Fe dan 400 µg asam folat) pada malam hari menggunakan air putih dan ibu minum kalsium 1x500 mg pada pagi hari, ibu makan 3 kali dengan menu nasi, ati, tahu/tempe, sayur dan terkadang mengkonsumsi buah. Ibu minum 8-12 gelas air putih setiap hari dan minum segelas susu ibu hamil pada pagi hari. Hal tersebut sudah sesuai dengan teori bahwa ibu hamil dengan anemia ringan yaitu kadar Hb 9-10 gr/dl hanya diberikan kombinasi 60 mg Fe dan 400 µg asam folat peroral sehari sekali dan perbaikan nutrisi yang kaya akan zat besi dan protein.(25),(31) Cara meminum vitamin atau tablet tambah darah dengan air putih atau minuman yang

mengandung vitamin C supaya tidak menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh, dan hindari mengkonsumsi tablet tambah darah bersama minuman yang mengandung kafein seperti teh dan kopi serta produk yang mengandung kalsium seperti obat dan produk olahan susu karena dapat menghambat proses penyerapan zat besi dalam tubuh.(28) Ibu BAK 5-7 kali sehari berwarna kuning jernih. BAB rutin 1 kali sehari, dengan konsistensi agak keras kehitaman. Hal ini sesuai dengan teori konsumsi tablet tambah darah secara rutin pada ibu hamil menyebabkan feses kehitaman dan mengeras, sehingga pada sebagian ibu hamil dapat menyebabkan konstipasi dengan ditambah terjadinya perubahan sistem pencernaan pada ibu hamil dimana gerak peristaltik usus melambat oleh meningkatnya hormon progesteron selama kehamilan(12),(29)

B. Data Objektif

Pada tahap ini penulis memperoleh data objektif dari hasil pemeriksaan fisik dan pemeriksaan laboratorium. Saat dilakukan pemeriksaan pada tanggal 10 April 2021 pukul 16.45 WIB di diperoleh hasil keadaan umum ibu sedang ibu nampak lemas, kesadaran composmentis. Saat dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital pada ibu diperoleh hasil masih dalam batas normal yaitu S: 36,8°C, N: 80 x/menit, RR: 22 x/menit tetapi ada kenaikan pada tekanan darah ibu yaitu 130/80 mmHg biasanya tekanan darah ibu normal. Berdasarkan teori bahwa ada hubungannya antara sulit tidur dan kenaikan tekanan darah karena saat kuantitas dan kualitas tidur berkurang dapat mempengaruhi proses hemostasis dalam tubuh menjadi tidak seimbang. Sistem saraf simpatis akan diaktifkan oleh hipotalamus sebagai efek dari ketidakseimbangan homeostasis tubuh. Sistem saraf simpatis yang aktif, akan mengakibatkan peningkatan tahanan perifer dan peningkatan curah jantung sehingga dapat menyebabkan tekanan darah meningkat. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian kualitas tidur ibu hamil trimester III masuk dalam kategori buruk sebanyak 13 orang, dimana terdapat ibu hamil trimester III dengan tekanan darah kategori hiper sebanyak 4 orang (30,8%), kategori normal 1 orang (7,7%), dan mengalami prahiper sebanyak 8 orang (61,5%).(15)

Saat pemeriksaan antropometri pada ibu didapatkan data LILA ibu 30 cm, tinggi badan 160 cm dan sebelum hamil ibu memiliki berat badan 68 kg. Saat ini berat badan ibu mengalami kenaikan menjadi 76 kg, sehingga pertambahan berat badan ibu selama kehamilan ini 8 kg. Menurut sumber penambahan berat badan bisa diukur dari Indeks Massa Tubuh (IMT) sebelum hamil. IMT dihitung dengan cara berat badan sebelum hamil dalam kg dibagi tinggi badan dalam m². didapatkan IMT ibu sebelum hamil adalah 26,56 dengan kategori tinggi dan rekomendasi penambahan berat badan ibu selama kehamilan adalah 7-11,5 kg. Hal ini sesuai dengan teori karena penambahan berat badan ibu masih dalam batas normal.(13),(14)

Pada hasil pemeriksaan fisik ibu didapatkan konjungtiva mata sedikit pucat, sclera putih, hal ini sesuai dengan teori bahwa tanda pada anemia meliputi pucat membrane mukosa, keletihan, pusing, mata berkunang-kunang, kurang nafsu makan.(22) Pemeriksaan pada abdomen ibu tidak ada bekas luka operasi, terdapat linea nigra dan striae gravidarum. Diteori dijelaskan hal ini merupakan perubahan anatomi fisiologi sistem integumen pada ibu hamil akibat pengaruh hormon selama kehamilan.(14) Pemeriksaan palpasi leopold pada ibu didapatkan TFU 4 jari di atas pusat (29 cm) teraba bokong pada fundus, teraba punggung pada bagian kanan ibu dan ekstremitas di kiri ibu, presentasi kepala, belum masuk PAP. TBJ : $(29-13) \times 155 = 2480$ gram. Menurut teori Pengukuran tinggi fundus uteri dengan teknik *Mc.Donald* dapat digunakan untuk mengetahui tafsiran berat badan janin (TBBJ) dengan menggunakan rumus Johson-Thousack.(18)

Pada saat pemeriksaan DJJ didapatkan hasil 148x/menit, hal tersebut sudah sesuai dengan teori karena DJJ lambat <120x/menit atau DJJ cepat >160x/menit menunjukkan adanya gawat janin.(10)

Pada pemeriksaan penunjang didapatkan hasil diantaranya, pemeriksaan protein dan glukosa urin negatif, dan kadar Hb dengan hasil 9,9 gr/dl. Menurut teori pemeriksaan kadar Hb pada ibu hamil minimal dilakukan pada kunjungan hamil yang pertama kali sebanyak satu kali, dan di trimester III sebanyak satu kali. Pemeriksaan Hb adalah salah satu upaya untuk mendeteksi anemia pada ibu hamil.(10) Nilai ambang batas yang digunakan untuk menentukan status

anemia pada ibu hamil, dibagi menjadi 4 kategori yaitu: dikategorikan normal atau tidak anemia jika Hb >11 gr/dl. Dikategorikan anemia ringan apabila Hb 9-10 gr/dl. Dikategorikan anemia sedang apabila Hb 7-8 gr/dl. Dikategorikan anemia berat apabila <7 gr/dl.(30)

Pada pemeriksaan kehamilan tanggal 30 April 2021 di diperoleh hasil keadaan umum ibu sudah ada perbaikan dari sebelumnya, kesadaran composmentis. Hasil dari pemeriksaan tanda-tanda vital dalam batas normal yaitu S: 36,6°C, N: 78 x/menit, RR: 19 x/menit, TD: 110/70 mmHg. BB ibu sebelumnya 76 kg, BB ibu saat ini 77 kg penambahan berat badan ibu selama 20 hari 1 kg. Berdasarkan teori hal ini sudah sesuai dimana pada trimester II dan III pada perempuan dengan gizi baik dianjurkan menambah berat badan per minggu sebesar 0,4 kg, dan pada perempuan dengan gizi kurang atau berlebih dianjurkan menambah berat badan per minggu masing-masing 0,5 kg dn 0,3 kg. Penambahan BB ibu selama hamil 9 kg masih sesuai dengan rekomendasi berdasarkan IMT.(14)

Hasil dari pemeriksaan fisik yang dilakukan pada ibu diantaranya konjungtiva merah muda, sclera putih, wajah tidak ada odema, gusi merah muda. Kedua puting payudara bersih, menonjol, areola hiperpigmentasi, tidak ada retraksi, tidak ada massa dan nyeri tekan, terdapat pengeluaran kolostrum pada puting susu ketika dipijat. Hal ini sesuai dengan teori yaitu pada trimester III pertumbuhan kelenjar mammae membuat ukuran payudara semakin meningkat. Pada kehamilan 32 minggu terdapat warna cairan agak putih seperti air susu yang sangat encer. Dari kehamilan 32 minggu sampai anak lahir, cairan yang keluar lebih kental, berwarna kuning, dan banyak mengandung lemak. Cairan ini disebut kolostrum.(14) TFU pertengahan pusat-px (30 cm) teraba bokong pada fundus, teraba punggung pada bagian kanan ibu dan ekstremitas pada kiri ibu, presentasi kepala, belum masuk PAP, TBBJ : (30-13) x 155 = 2635 gram. DJJ 144x/menit reguler. Kandung kemih kosong. Ekstremitas tidak ada odema, kuku merah muda, tidak ada varises pada kedua kaki. Vulva vagina tidak ada kelainan dan pengeluaran cairan, tidak ada varises, tidak pembengkakan kelenjar Skene atau Bartholine. Tidak ada hemoroid.

Pada ibu dilakukan pemeriksaan penunjang dengan memeriksa kembali kadar Hb dan diperoleh hasil dimana ada peningkatan kadar Hb menjadi 10,3 gr/dl. Berdasarkan teori seharusnya pemberian preparat 60 mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 gr/dl perbulan, dalam hal ini kenaikan kadar Hb ibu tidak sesuai dengan yang diharapkan. Berdasarkan teori karena pada saat itu dipengaruhi oleh kejadian puncak hemodilusi, dan teori menjelaskan bahwa puncak hemodilusi terjadi pada usia kehamilan 32 sampai 34 minggu.(7),(14)

C. Analisa

Setelah dilakukan pengkajian berupa anamnesa, pemeriksaan fisik, dan pemeriksaan penunjang, analisa yang dapat ditegakan pada asuhan kebidanan tanggal 10 April 2021 yaitu Ny. F 24 tahun G1P0A0 hamil 30 minggu dengan anemia ringan dan ketidaknyamanan fisiologis. Janin tunggal hidup, presentasi kepala. Keadaan janin baik.

Pada asuhan kebidanan tanggal 30 April 2021 analisa yang dapat ditegakkan masih sama dengan analisa sebelumnya tetapi setelah diberikan asuhan sudah ada perbaikan keadaan umum ibu dimana ibu sudah mulai dapat beradaptasi dan dapat mengatasi keluhan ketidaknyamanan yang dirasakannya serta ada kenaikan kadar Hb ibu dari 9,9 gr/dl menjadi 10,3 gr/dl tetapi masih dalam kategori anemia ringan.(30)

D. Penatalaksanaan

Berdasarkan hasil pengkajian data subjektif, objektif dan ditegakan analisa, maka disusunlah penatalaksanaan asuhan sesuai dengan kebutuhan ibu dan janin. Pada kunjungan tanggal 10 April 2021 pukul 16.45 dilakukan penatalaksanaan: ibu diberitahu terkait hasil pemeriksaan bahwa ibu hamil dengan usia kehamilan 30 minggu keadaan umum janin saat ini baik, dan ibu mengalami anemia ringan dengan kadar Hb 9,9 gr/dl. Hal ini sesuai teori bahwa nilai ambang batas yang digunakan untuk menentukan status anemia pada ibu hamil, dibagi menjadi 4 kategori yaitu: dikategorikan normal atau tidak anemia jika Hb >11 gr/dl. Dikategorikan anemia ringan apabila Hb 9-10 gr/dl.

Dikategorikan anemia sedang apabila Hb 7-8 gr/dl. Dikategorikan anemia berat apabila <7 gr/dl.(30)

Ibu dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan dengan menu seimbang dan makanan yang banyak mengandung zat besi dan protein (seperti sayur-sayuran hijau bayam, kangkung, brokoli, buah-buahan seperti buah bit, pepaya, alpukat, daging merah, ati, telur, kacang-kacangan seperti tahu, tempe, telur). Dalam teori dijelaskan bahwa gizi pada waktu hamil harus ditingkatkan hingga 300 kalori perhari, ibu hamil seharusnya mengkonsumsi makanan dengan menu seimbang. Jumlah protein yang diperlukan oleh ibu hamil adalah 85 gram perhari, kalsium 1,5 gram sehari, dan diperlukan asupan zat besi bagi ibu hamil dengan jumlah 30 mg/hari, serta asam folat dibutuhkan oleh ibu hamil \pm 400 mikrogram/hari.(12)

Ibu diberikan vitamin atau tablet tambah darah 1x1 peroral (dalam satu tablet mengandung dosis 60 mg Fe dan asam folat 400 μ g) dan tambahan kalk 1x500 mg dan ibu dianjurkan untuk meminumnya secara rutin. Sesuai teori bahwa penatalaksanaan untuk anemia ringan dengan kadar Hb 9-10 gr/dl sehingga hanya perlu diberikan kombinasi 60 mg/hari zat besi, dan 400 mg folat peroral sehari sekali. Pemberian preparat 60 mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 gr/dl perbulan.(7),(12)

Ibu diberikan penjelasan mengenai cara minum dan efek samping dari vitamin atau tablet tambah darah, sesuai dengan teori yaitu vitamin atau tablet tambah darah diminum dengan minuman yang mengandung vitamin C (jus jeruk) atau air putih, supaya proses penyerapan zat besi dalam tubuh optimal. Ibu dianjurkan untuk menghindari meminumnya bersamaan dengan kopi, teh, dan susu karena dapat menghambat proses penyerapan. Vitamin atau tablet tambah darah diminum pada malam hari menjelang tidur untuk mengurangi rasa mual, dan efek samping dari tablet tambah darah yaitu rasa mual, feses menjadi keras dan kehitaman.(27),(28),(30)

Ibu diberi penjelasan bahwa keluhan yang ibu rasakan seperti merasa gerah dan sulit tidur merupakan hal normal dalam kehamilan trimester III, karena saat hamil terjadi perubahan hormon yang berakibat pada peningkatan aktifitas kelenjar keringat, aktifitas kelenjar sebacea (kelenjar minyak) dan

folikel rambut meningkat. Keringat yang bertambah dapat dipengaruhi oleh penambahan berat badan dan meningkatnya metabolisme pada ibu hamil.(13)

Ibu diberitahu cara untuk mengatasi keluhan rasa kegerahan dengan menjaga kebersihan diri dengan mandi secara teratur, memakai pakaian yang longgar tipis, dan terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat seperti bahan katun, dan ibu dianjurkan menjaga sirkulasi udara di rumah tetap baik, perbanyak minum air putih untuk membuat tubuh terhidrasi dan menjaga kulit tetap lembab.(13)

Ibu diberitahu cara mengatasi keluhan sulit tidur yaitu tidur dengan posisi rileks, lakukan relaksasi bisa dengan mendengarkan musik pengantar tidur atau Murottal Al-Quran, usahakan tidur siang 30-60 menit.(13)

Ibu diberi penjelasan terkait tanda bahaya kehamilan trimester III seperti sakit kepala hebat hingga penglihatan kabur, hipertensi, erakan bayi tidak terasa, ketuban pecah dini, dan perdarahan pervaginam.(12)

Ibu dijadwalkan untuk kunjungan ulang pada tanggal 30 April 2021 atau jika ibu ada keluhan. Hal ini belum sesuai dengan standar minimal pemeriksaan kehamilan yang dianjurkan oleh WHO bahwa ibu hamil memeriksakan kehamilannya setiap 2 minggu sekali dari usia kehamilan 28-36 minggu.(13) Pemeriksaan antenatal yang sesuai standar saat ini terkendala dengan adanya wabah COVID-19.(17) pelayanan antenatal yang dilakukan dimasa pandemi COVID-19 harus menerapkan aturan yang diterbitkan oleh Kemenkes RI yaitu Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir di Era Adaptasi Kebiasaan Baru yang diberlakukan mulai bulan Juli 2020.(16)

Pada kunjungan ulang tanggal 30 April 2021 pukul 17.00 dilakukan penatalaksanaan: Ibu diberitahu hasil pemeriksaan bahwa ibu hamil dengan usia kehamilan 32 minggu 5 hari keadaan umum ibu dan janin saat ini baik. Ibu diberi penjelasan bahwa kadar Hb ibu mengalami kenaikan menjadi 10,3 gr/dl tetapi masih dalam rentang anemia ringan.(29) Ibu dianjurkan kembali untuk tetap mengkonsumsi makanan dengan menu seimbang dan mengandung zat besi serta protein.(12) Ibu dianjurkan kembali untuk mengkonsumsi vitamin atau tablet tambah darah secara rutin, dan memberikan vitamin atau tablet tambah darah dengan dosis 1x1 (mengandung 60 mg fe dan asam folat 400 µg)

dan tambahan kalsium 1x500 mg, ibu diberi penjelasan kembali mengenai cara minum dan efek samping dari vitamin atau tablet tambah darah.(27),(28),(29)

Ibu diberikan penjelasan terkait keluhan sakit pada punggung dan pinggang yang ibu rasakan biasanya normal terjadi pada kehamilan trimester III hal ini disebabkan karena perubahan fisik Ibu hamil seperti pembesaran uterus.(13) Ibu diajarkan mengenai bodi mekanik atau sikap tubuh yang baik saat melakukan aktivitas seperti, ibu tidak menggunakan sepatu hak tinggi, posisi ibu tidur miring ke kiri atau ke kanan, cara bangun dari tempat tidur dan posisi cara mengambil barang.(13) Ibu diingatkan kembali cara mengatasi keluhan rasa gerah dan sulit tidur. Ibu dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan laboratorium secara lengkap.(10) Ibu diingatkan kembali terkait tanda bahaya kehamilan trimester III, dan ibu diberi informasi terkait persiapan persalinan dan tanda-tanda persalinan.(12),(13)

Ibu dijadwalkan untuk kunjungan ulang pada tanggal 20 April 2021 atau jika ibu ada keluhan. Hal ini belum sesuai dengan standar minimal pemeriksaan kehamilan yang dianjurkan oleh WHO bahwa ibu hamil memeriksakan kehamilannya setiap 2 minggu sekali dari usia kehamilan 28-36 minggu.(13) Pemeriksaan antenatal yang sesuai standar saat ini terkendala dengan adanya wabah COVID-19.(17) pelayanan antenatal yang dilakukan dimasa pandemi COVID-19 harus menerapkan aturan yang diterbitkan oleh Kemenkes RI yaitu Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir di Era Adaptasi Kebiasaan Baru yang diberlakukan mulai bulan Juli 2020.(16)

Ibu diberikan edukasi melalui alat komunikasi (teleedukasi) *WhatsApp Messenger* terkait video edukasi tentang bodi mekanik atau sikap tubuh yang baik untuk ibu hamil. Dijelaskan menurut teori pada masa pandemi COVID-19, edukasi dapat dilakukan dengan pertemuan secara jarak jauh/virtual/ dalam jaringan (daring) dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi yang disebut dengan telekonsultasi atau teleedukasi. Media yang dapat digunakan untuk sistem telekonsultasi atau teleedukasi bisa bervariasi, misalnya internet, telepon, SMS, *videocall* dan lainnya. Informasi medis yang dipertukarkan dapat berupa teks, gambar, rekaman suara, video, dan lain-lain.(21)