

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Continuity Of Care

2.1.1 Pengertian

Continuity of care merupakan hal yang mendasar dalam model praktik kebidanan untuk memberikan asuhan yang holistik, membangun kemitraan yang berkelanjutan untuk memberikan dukungan, dan membina hubungan saling percaya antara bidan dengan klien (Astuti,2017).

Menurut *Reproductive, Maternal, Newborn, And Child Health* (RMNCH), “continuity of care” meliputi pelayanan terpadu bagi ibu dan anak dari pra kehamilan hingga persalinan, periode postnatal dan masa kanak-kanak. Asuhan disediakan oleh keluarga dan masyarakat melalui layanan rawat jalan, klinik, dan fasilitas kesehatan lainnya (Astuti, 2017).

2.1.2 Dimensi

Menurut WHO dalam Astuti (2017), dimensi pertama dari *continuity of care* yaitu dimulai saat kehamilan, pra kehamilan, selama kehamilan, persalinan, serta hari-hari awal dan tahun kehidupan. Dimensi kedua dari *Continuity of care* yaitu tempat pelayanan yang menghubungkan berbagai tingkat pelayanan mulai dari rumah, masyarakat, dan sarana kesehatan. Dengan demikian, bidan dapat memberikan asuhan secara berkesinambungan.

2.1.3 Tujuan

Menurut Saifuddin (2014), tujuan umum dilakukan asuhan kehamilan yang berkesinambungan adalah sebagai berikut :

1. Memantau kemajuan kehamilan untuk memastikan kesehatan ibu dan tumbuh kembang bayi.
2. Meningkatkan dan mempertahankan kesehatan fisik, mental, dan sosial ibu dan bayi.
3. Mengenal secara dini adanya ketidaknormalan atau komplikasi yang mungkin terjadi selama hamil, termasuk riwayat penyakit secara umum, kebidanan, dan pembedahan.

4. Mempersiapkan persalinan cukup bulan, melahirkan dengan selamat ibu maupun bayinya dengan trauma seminimal mungkin.
5. Mempersiapkan ibu agar masa nifas berjalan normal dan pemberian ASI eksklusif.
6. Mempersiapkan peran ibu dan keluarga dalam menerima kelahiran bayi agar dapat tumbuh kembang secara optimal.
7. Menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu dan perinatal.

2.1.4 Manfaat

Continuity of care dapat diberikan melalui tim bidan yang berbagi beban kasus, yang bertujuan untuk memastikan bahwa ibu menerima semua asuhannya dari satu bidan atau tim praktiknya. Bidan dapat bekerja sama secara multi disiplin dalam melakukan konsultasi dan rujukan dengan tenaga kesehatan lainnya (Astuti, 2017).

2.1.5 Dampak Tidak Dilakukan Asuhan Berkesinambungan

Dampak yang akan timbul jika tidak dilakukan asuhan kebidanan yang berkesinambungan adalah dapat meningkatkan resiko terjadinya komplikasi pada ibu yang tidak ditangani sehingga menyebabkan penanganan yang terlambat terhadap komplikasi dan meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas. Komplikasi yang dapat timbul pada kehamilan diantaranya meliputi anemia, hipertensi, perdarahan, aborsi, oedema pada wajah dan kaki, dan lain-lain. Komplikasi yang mungkin timbul pada persalinan meliputi distosia, inersia uteri, presentasi bukan belakang kepala, prolaps tali pusat, ketuban pecah dini (KPD), dan lain-lain. Komplikasi yang mungkin timbul pada masa nifas meliputi; infeksi luka perineum, bendungan ASI, dan lain-lain. Komplikasi yang mungkin timbul pada bayi baru lahir meliputi berat badan lahir rendah (BBLR), asfiksia, kelainan kongenital, tetanus neonatorum, dan lain-lain (Saifuddin, 2014).

2.2 Konsep Dasar Kehamilan

2.2.1 Pengertian Kehamilan

Kehamilan adalah mata rantai yang berkesinambungan dan terdiri dari: ovulasi (pelepasan ovum), migrasi spermatozoa dan ovum, konsepsi dan

pertumbuhan zigot, nidasi (implantasi) pada uterus, pembentukan plasenta dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm (Manuaba, 2014).

Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari Hari Pertama Haid Terakhir (HPHT) (Saifuddin, 2014).

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional (2008), kehamilan adalah fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Jika dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan lunar atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu 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) (Prawirohardjo, 2016).

2.2.2 Pertumbuhan Fetus Dalam Kandungan

Menurut Prawirohardjo (2016), pertumbuhan janin secara fisiologi adalah:

1. Perkembangan Konseptus

Sejak konsepsi perkembangan konseptus terjadi sangat cepat yaitu zigot mengalami pembelahan menjadi morula (terdiri atas 16 sel blastomer), kemudian menjadi blastokis (terdapat cairan di tengah) yang mencapai uterus, dan kemudian sel-sel mengelompok, berkembang menjadi embrio, setelah minggu ke-10 hasil konsepsi disebut janin. Konseptus ialah semua jaringan konsepsi yang membagi diri menjadi berbagai jaringan embrio, korion, amnion, dan plasenta.

2. Embrio dan Janin

Dalam beberapa jam setelah ovulasi akan terjadi fertilisasi di ampulla tuba. Oleh karena itu, sperma harus sudah ada disana sebelumnya. Berkat kekuasaan Allah SWT, terjadilah fertilisasi ovum oleh sperma. Namun, konseptus tersebut mungkin sempurna, mungkin tidak sempurna.

Embrio akan berkembang sejak usia 3 minggu hasil konsepsi. Secara klinik pada usia gestasi 4 minggu dengan *Ultrasonografi* (USG) akan tampak sebagai kantong gestasi berdiameter 1 cm, tetapi embrio belum tampak. Pada minggu ke-6 dari haid terakhir sampai usia konsepsi 4 minggu, embrio berukuran 2-3

cm. Pada saat itu akan tampak denyut jantung secara *Ultrasonografi* (USG). Pada akhir minggu ke-8 usia gestasi sampai 6 minggu usia embrio, embrio berukuran 22–24 mm, dimana akan tampak kepala yang relatif besar dan tonjolan jari. Gangguan atau teratogen akan mempunyai dampak berat apabila terjadi pada gestasi kurang dari 12 minggu, terlebih pada minggu ke-3.

Berikut ini akan diungkapkan secara singkat hal-hal yang utama dalam perkembangan organ dan fisiologi janin.

Tabel 2.1 Perkembangan Fungsi Organ Janin

Usia Gestasi	Organ
6 Minggu	Pembentukan hidung, dagu, palatum, dan tonjolan paru. Jari-jari telah berbentuk, namun masih terenggam dan Jantung telah terbentuk penuh.
7 Minggu	Mata tampak pada muka, pembentukan alis dan lidah.
8 Minggu	Mirip dengan manusia, mulai pembentukan <i>genitalia eksterna</i> , sirkulasi melalui tali pusat dimulai, tulang mulai terbentuk.
9 Minggu	Kepala meliputi separuh besar janin, terbentuk ‘muka’ janin; kelopak mata terbentuk namun tak akan membuka sampai 28 minggu.
13 - 16 Minggu	Janin berukuran 15 cm, merupakan awal dari trimester ke-2. Kulit janin transparan, telah mulai tumbuh <i>lanugo</i> (rambut janin). Janin bergerak aktif, yaitu menghisap dan menelan air ketuban. Telah terbentuk <i>meconium</i> (faeces) dalam usus. Jantung berdenyut 120 – 150/ menit.
17 - 24 Minggu	Komponen mata terbentuk penuh, juga sidik jari. Seluruh tubuh diliputi oleh <i>vernix caseosa</i> (lemak). Janin mempunyai <i>reflex</i> .
25 - 28 Minggu	Saat ini disebut permulaan trimester ke-3, dimana terdapat perkembangan otak yang cepat. Sistem saraf mengendalikan gerakan dan fungsi tubuh, mata sudah membuka. Kelangsungan hidup pada periode ini sangat sulit bila lahir.
29 - 32 Minggu	Bila bayi dilahirkan, ada kemungkinan untuk hidup (50 – 70 %). Tulang telah terbentuk sempurna, gerakan napas telah regular, suhu relatif stabil.
33 - 36 Minggu	Berat janin 1500 – 2500 gram, <i>lanugo</i> (rambut janin) mulai berkurang, pada saat 35 minggu paru telah matur. Janin akan dapat hidup tanpa kesulitan.
38 - 40 Minggu	Sejak 38 minggu kehamilan disebut aterm, dimana bayi akan meliputi seluruh uterus. Air ketuban mulai berkurang, tetapi masih dalam batas normal.

Sumber: Prawirohardjo, 2016.

2.2.3 Tanda – Tanda Kehamilan

Menurut Manuaba (2014), untuk dapat menegakkan kehamilan ditetapkan dengan melakukan penilaian terhadap beberapa tanda dan gejala kehamilan, yaitu sebagai berikut :

1. Tanda Dugaan Kehamilan

a. Amenorea

Pada wanita hamil terjadi konsepsi dan nidasi yang menyebabkan tidak terjadi pembentukan Folikel de graff dan ovulasi. Hal ini menyebabkan terjadinya amenorea pada seorang wanita yang sedang hamil. Dengan mengetahui hari pertama haid terakhir (HPHT) dengan perhitungan *Neagle* dapat ditentukan hari perkiraan lahir (HPL)nya, yaitu dengan menambah tujuh pada hari, mengurangi tiga pada bulan, dan menambah satu pada tahun.

b. Mual dan Muntah

Pengaruh estrogen dan progesteron menyebabkan pengeluaran asam lambung yang berlebihan. Mual dan Muntah pada pagi hari disebut *morning sickness*. Dalam batas yang fisiologis keadaan ini dapat diatasi. Akibat mual dan muntah nafsu makan berkurang.

c. Ngidam

Wanita hamil sering menginginkan makanan tertentu, keinginan yang demikian disebut ngidam.

d. Sinkope atau pingsan

Terjadinya gangguan sirkulasi ke daerah kepala (sentral) menyebabkan iskemia susunan saraf pusat dan menimbulkan sinkope atau pingsan. Keadaan ini menghilang setelah usia kehamilan 16 minggu.

e. Payudara Tegang

Pengaruh hormon estrogen, progesteron, dan somatomamotrofin menimbulkan deposit lemak, air, dan garam pada payudara. Payudara membesar dan tegang. Ujung saraf tertekan menyebabkan rasa sakit terutama pada hamil pertama.

f. Sering Miksi (Sering BAK)

Desakan rahim kedepan menyebabkan kandung kemih cepat terasa penuh dan sering miksi. Pada triwulan kedua, gejala ini sudah menghilang.

g. Konstipasi atau Obstipasi

Pengaruh hormon progesteron dapat menghambat peristaltik usus, menyebabkan kesulitan untuk buang air besar

h. Pigmentasi Kulit

Terdapat pigmentasi kulit disekitar pipi (*cloasma gravidarum*). Pada dinding perut terdapat striae albican, striae livide dan linea nigra semakin menghitam. Pada sekitar payudara terdapat hiperpigmentasi pada bagian areola mammae, puting susu semakin menonjol.

i. Epulis

Hipertrofi gusi yang disebut epulis, dapat terjadi saat kehamilan.

j. Varices

Karena pengaruh dari hormon estrogen dan progesteron terjadi penampakan pembuluh darah vena. Penampakan pembuluh darah terjadi pada sekitar genetalia, kaki, betis, dan payudara. Penampakan pembuluh darah ini menghilang setelah persalinan.

2. Tanda Tidak Pasti Kehamilan

a. Perut Membesar

b. Pada pemeriksaan dalam ditemui :

1) Tanda *Hegar* yaitu perubahan pada rahim menjadi lebih panjang dan lunak sehingga seolah-olah kedua jari dapat saling bersentuhan.

2) Tanda *Chadwicks* yaitu vagina dan vulva mengalami peningkatan pembuluh darah sehingga makin tampak dan kebiru-biruan karena pengaruh estrogen.

3) Tanda *Piscaceks* yaitu adanya pelunakan dan pembesaran pada unilateral pada tempat implantasi (rahim).

4) Tanda *Braxton Hicks* yaitu adanya kontraksi pada rahim yang disebabkan karena adanya rangsangan pada uterus.

c. Pemeriksaan test kehamilan positif.

3. Tanda Pasti Kehamilan

a. Gerakan janin dalam rahim

b. Terlihat dan teraba gerakan janin, teraba bagian-bagian janin.

- c. Denyut jantung janin didengar dengan stetoskop Laenec, alat Kardiotografi, dan Doppler. Dilihat dengan ultrasonografi.

2.2.4 Perubahan Fisik Ibu Hamil

Menurut Mochtar (2015), Perubahan fisik ibu hamil adalah:

1. Perubahan pada Sistem Reproduksi

a. Uterus

Ukuran uterus pada kehamilan cukup bulan: 30 x 25 x 20 cm dengan kapasitas lebih dari 4000 cc, berat uterus naik secara luar biasa, dari 30 gram menjadi 1000 gram pada akhir kehamilan (40 pekan).

Bentuk dan konsistensi uterus pada bulan-bulan pertama kehamilan, bentuk rahim seperti buah alpukat, pada kehamilan 4 bulan. Rahim berbentuk bulat, dan pada akhir kehamilan seperti bujur telur. Pada minggu pertama, isthmus rahim mengadakan hipertrofi dan bertambah panjang sehingga jika diraba terasa lebih lunak disebut Tanda Hegar. Pada kehamilan 5 bulan, rahim teraba seperti berisi cairan ketuban, dinding rahim terasa tipis, karena itu, bagian-bagian janin dapat diraba melalui dinding perut dan dinding rahim. Posisi rahim dalam kehamilan :

- 1) Pada permulaan kehamilan dalam letak antefleksi atau retrofleksi,
- 2) Pada 4 bulan kehamilan rahim tetap berada dalam rongga pelvis,
- 3) Setelah itu mulai memasuki rongga perut yang dalam pembesarannya dapat mencapai batas hati,
- 4) Rahim yang hamil biasanya lebih mengisi rongga abdomen kanan atau kiri.

b. Serviks

Serviks bertambah vaskularisasinya dan menjadi lunak disebut Tanda *Goodell*. Kelenjar Endoservikal membesar dan mengeluarkan banyak cairan mucus. Karena pertambahan dan pelebaran pembuluh darah, warnanya menjadi livid, dan perubahan itu disebut Tanda *Chadwick*.

c. Indung Telur (ovarium)

Ovulasi terhenti, masih terdapat korpus luteum graviditas sampai terbentuknya uri yang mengambil alih pengeluaran estrogen dan progesteron.

d. Vagina dan Vulva

Karena pengaruh estrogen, terjadi perubahan pada vagina dan vulva. Akibat hipervaskularisasi, vagina dan vulva terlihat lebih merah atau kebiruan. Warna livid pada vagina dan porsio serviks disebut Tanda *Chadwick*.

e. Dinding Perut (*Abdominal Wall*)

Pembesaran rahim menimbulkan peregangan dan menyebabkan robeknya serabut elastic di bawah kulit sehingga timbul *Striae Gravidarum*. Jika terjadi peregangan yang hebat, misalnya pada hidramnion dan kehamilan ganda, dapat terjadi diasis rekti, bahkan hernia. Kulit perut pada linea alba bertambah pigmentasinya dan disebut linea nigra.

2. Perubahan pada Organ dan Sistem Lainnya

a. Sistem Sirkulasi Darah

1) Volume Darah, volume darah total dan volume darah plasma darah naik pesat sejak akhir trimester pertama. Volume darah akan bertambah banyak, kira-kira 25% dengan puncaknya pada kehamilan 32 minggu, diikuti penambahan curah jantung (*cardiac output*), yang meningkat sebanyak $\pm 30\%$. Akibat hemodilusi yang mulai jelas kelihatan pada kehamilan 4 bulan, ibu yang menderita penyakit jantung dapat jatuh dalam keadaan *Dekompensasi Cordis*.

2) Jantung, pompa jantung mulai naik kira-kira 30% setelah kehamilan 3 bulan, dan menurun lagi pada minggu-minggu terakhir kehamilan. Elektrokardiogram kadang kala memperlihatkan deviasi aksis ke kiri.

3) Nadi dan Tekanan Darah, tekanan darah arteri cenderung menurun, terutama selama trimester kedua, kemudian akan naik lagi seperti pada prahamil. Tekanan vena dalam batas-batas normal pada ekstremitas atas dan bawah, cenderung naik, nilai rata-rata 84 per menit.

4) Protein Darah, jumlah protein (*albumin*) dan gammaglobulin menurun dalam triwulan pertama dan meningkat secara bertahap pada akhir kehamilan.

b. Sistem Pernapasan

Wanita hamil kadang-kadang mengeluh sesak dan pendek napas. Hal itu disebabkan oleh usus yang tertekan ke arah diafragma akibat pembesaran rahim. Kapasitas vital paru sedikit meningkat selama hamil. Seorang wanita hamil selalu bernapas lebih dalam. Yang lebih menonjol adalah pernapasan dada (*Thoracic Breathing*).

c. Saluran Pencernaan (*Traktus Digestivus*)

Salivasi meningkat dan pada trimester pertama, timbul keluhan mual dan muntah. Tonus otot-otot saluran pencernaan melemah sehingga motilitas dan makanan akan lebih lama berada dalam saluran makanan. Resorpsi makanan baik, tetapi akan timbul obstipasi. Gejala muntah *Emesis Gravidarum* sering terjadi pada pagi hari yang disebut *Morning Sickness*.

d. Tulang dan Gigi

Persendian panggul akan terasa lebih longgar karena ligamen-ligamen melunak, terjadi sedikit pelebaran pada ruang persendian. Apabila pemberian makanan tidak dapat memenuhi kebutuhan kalsium janin, kalsium pada tulang-tulang panjang ibu akan diambil untuk memenuhi kebutuhan tadi. Apabila konsumsi kalsium cukup, gigi tidak akan kekurangan kalsium. *Gingivitis* kehamilan adalah gangguan yang disebabkan oleh berbagai faktor, misalnya higiene yang buruk pada rongga mulut.

e. Kulit

Pada daerah kulit tertentu, terjadi hiperpigmentasi, yaitu pada:

- 1) Muka : Disebut masker kehamilan *Cloasma Gravidarum*
- 2) Payudara : Puting susu dan *areola payudara*.
- 3) Perut : *Linea nigra, striae*
- 4) Vulva

f. Kelenjar Endokrin

- 1) Kelenjar Tiroid : Dapat membesar sedikit
- 2) Kelenjar Hipofisis : Dapat membesar terutama lobus anterior.
- 3) Kelenjar Adrenal : Tidak begitu terpengaruh

g. Metabolisme

Umumnya, kehamilan mempunyai efek pada metabolisme, karena itu wanita hamil perlu mendapat makanan yang bergizi dalam kondisi sehat.

- 1) Tingkat metabolik basal (*Basal Metabolic Rate*, (BMR)) pada wanita hamil meningkat hingga 15-25% terutama pada trimester akhir.
- 2) Dibutuhkan protein yang banyak untuk pertumbuhan fetus, alat kandungan, payudara, dan badan ibu, serta untuk persiapan laktasi.
- 3) Hidrat arang: seorang wanita hamil sering merasa haus, nafsu makan kuat, sering kencing, dan kadang kala dijumpai glukosuria yang dapat menyebabkan diabetes melitus. Dalam kehamilan, pengaruh kelenjar endokrin agak terasa seperti somatomammotropin, plasma insulin, dan hormon-hormon 17 ketosteroid untuk rekomendasi, harus diperhatikan sungguh-sungguh hasil *Glucose Tolerance Test* (GTT) oral dan *Glucose Tolerance Test* (GTT) intervena.
- 4) Metabolisme lemak juga terjadi kadar kolesterol meningkat sampai 350 mg atau lebih per 100 cc. Hormon somatomammotropin mempunyai peranan dalam pembentukan lemak pada payudara. Deposit lemak lainnya terdapat di badan, perut, paha, dan lengan.
- 5) Metabolisme mineral:
 - a) Kalsium : Dibutuhkan rata-rata 1,5 gram sehari sedangkan untuk pembentukan tulang-tulang terutama dalam trimester terakhir dibutuhkan 30-40 gram.
 - b) Fosfor : Dibutuhkan rata-rata 2 gram per hari.
 - c) Zat besi : Dibutuhkan tambahan zat besi kurang lebih 800 mg atau 30-50 mg per hari.
 - d) Air : Wanita hamil cenderung mengalami retensi air.
- 6) Berat badan wanita hamil akan naik sekitar 6,5 sampai 16,5 kg. Kenaikan berat badan yang terlalu banyak ditemukan pada keracunan hamil (pre-eklamsi dan eklamsi). Kenaikan berat badan wanita hamil disebabkan oleh:
 - a) Janin, uri, air ketuban, uterus
 - b) Payudara, kenaikan volume darah, lemak, protein, dan retensi air.

- 7) Kebutuhan kalori meningkat selama kehamilan dan laktasi. Kalori yang dibutuhkan untuk ini terutama diperoleh dari pembakaran zat arang. Khususnya kehamilan lima bulan keatas. Namun bila dibutuhkan, dipakai lemak ibu untuk mendapatkan kalori tambahan.
 - 8) Wanita hamil memerlukan makanan yang bergizi dan harus mengandung banyak protein. Di Indonesia masih banyak dijumpai penderita defisiensi zat besi dan vitamin B, oleh karena itu wanita hamil harus diberikan fe dan roboransia yang berisi mineral dan vitamin.
- h. Payudara (*Mammae*)

Selama kehamilan, payudara bertambah besar, tegang, dan berat. Dapat teraba nodul-nodul, akibat hipertrofi kelenjar alveoli, bayangan vena-vena lebih membiru. Hiperpigmentasi terjadi pada puting susu dan areola payudara. Kalau diperas, keluar air susu jolong kolostrum yang berwarna kuning.

2.2.5 Perubahan Psikologis Ibu Hamil

Menurut Astuti, (2017), perubahan psikologi pada hamil adalah:

1. Pada kehamilan Trimester 1

Adaptasi yang harus dilakukan oleh ibu yaitu menerima kenyataan bahwa dirinya sedang hamil. Tingkat penerimaan dari ibu hamil akan tercermin dalam respon emosionalnya dan kesiapan atau penyambutan kehamilannya. Berbagai respon emosional pada trimester 1 yang dapat muncul berupa perasaan ambifalen, kekecewaan, penolakan, kecemasan, depresi dan kesedihan.

Pada trimester 1 ini, akan muncul sejumlah ketidaknyamanan, misalnya mual, kelelahan, perubahan nafsu makan, emosional, dan cepat marah. Kemungkinan hal ini, mencerminkan konflik atau depresi yang dialami selain pengingat akan kehamilannya. Pada kehamilan trimester 1, ekspresi seksual bersifat individual. Selain faktor fisik, emosi, serta interaksi dan masalah disfungsi seksual dapat berperan terhadap perbedaan perasaan yang muncul. Umumnya, rasa keinginan seksual ibu akan menurun, jika ibu merasa mual, letih, depresi, nyeri payudara, khawatir dan cemas.

2. Perubahan pada Trimester 2

Pada trimester 2 ini ibu akan merasa lebih baik dan sehat karena terbebas dari ketidaknyamanan kehamilan, misalnya mual dan letih. Perubahan psikologis pada trimester kedua ini dapat dibagi menjadi 2 tahap, yaitu sebelum adanya pergerakan janin yang dirasakan ibu (*prequickening*) dan setelah adanya pergerakan janin yang dirasakan oleh ibu (*postquickening*).

3. Perubahan pada Trimester 3

Pada kehamilan trimester ketiga, ibu akan lebih nyata mempersiapkan diri untuk menyambut kelahiran anaknya. Selama menjalani kehamilan trimester ini, ibu dan suaminya sering kali berkomunikasi dengan janin yang berada dalam kandunganya dengan cara mengelus perut dan berbicara didepannya, walaupun yang dapat merasakan gerakan janin di dalam perut hanyalah ibu hamil itu sendiri.

Pada trimester ketiga ini, libido cenderung menurun kembali yang disebabkan munculnya kembali ketidaknyamanan fisiologis, serta bentuk dan ukuran tubuh yang semakin membesar. Menjelang akhir trimester 3, umumnya ibu hamil tidak sabar untuk menjalani persalinan dengan perasaan yang bercampur antara sukacita dan rasa takut.

2.2.6 Kebutuhan Dasar Ibu Hamil

Menurut Prawirohardjo (2016), kebutuhan dasar ibu hamil adalah:

1. Nutrisi yang adekuat
 - a. Kalori, Jumlah kalori yang diperlukan bagi ibu hamil untuk setiap harinya adalah 2.500 kalori
 - b. Protein, Jumlah protein yang diperlukan oleh ibu hamil adalah 85 gram per hari.
 - c. Kalsium, Kebutuhan kalsium ibu hamil adalah 1,5 gram per hari.
 - d. Asam Folat, Selain zat besi, sel-sel darah merah juga memerlukan asam folat bagi pematangan sel. Jumlah asam folat yang dibutuhkan oleh ibu hamil adalah 400 mikrogram per hari.
 - e. Zat besi, Untuk menjaga konsentrasi hemoglobin yang normal, diperlukan asupan zat besi bagi ibu hamil dengan jumlah 30 mg/hari terutama setelah trimester kedua. Bila tidak ditemukan anemia pemberian besi per minggu cukup adekuat.

2. Perawatan payudara

Payudara perlu dipersiapkan sejak sebelum bayi lahir sehingga dapat segera berfungsi dengan baik. Pengurutan payudara untuk mengeluarkan sekresi dan membuka duktus dan sinus laktiferus, sebaiknya dilakukan secara hati-hati dan benar karena pengurutan yang salah dapat menimbulkan kontraksi pada rahim sehingga terjadi kondisi seperti pada uji kesejahteraan janin menggunakan uterotonika.

Basuhan lembut setiap hari pada areola dan puting susu akan dapat mengurangi retak dan lecet pada area tersebut. Untuk sekresi yang mengering pada puting susu, lakukan pembersihan dengan menggunakan campuran gliserin dan alkohol. Karena payudara menegang, sensitif, dan menjadi lebih berat, maka sebaiknya gunakan penopang payudara yang sesuai *brassiere*.

3. Perawatan gigi

Dibutuhkan dua kali pemeriksaan gigi selama kehamilan, yaitu pada trimester pertama dan ketiga. Pada trimester pertama terkait dengan hiperemesis dan ptialisme (produksi liur yang berlebihan) sehingga kebersihan rongga mulut harus selalu terjaga. Sementara itu, pada trimester ketiga, terkait dengan adanya kebutuhan kalsium untuk pertumbuhan janin sehingga perlu diketahui apakah terdapat pengaruh yang merugikan pada gigi ibu hamil. Dianjurkan untuk selalu menyikat gigi setelah makan karena ibu hamil sangat rentan terhadap terjadinya *carries* dan *gingivitis*.

4. Kebersihan tubuh dan pakaian

Kebersihan tubuh harus terjaga selama kehamilan. Perubahan anatomi pada perut, area genetalia/lipat paha, dan payudara menyebabkan lipatan-lipatan kulit menjadi lebih lembab dan mudah terinvestasi oleh mikroorganisme. Sebaiknya menggunakan pancuran atau gayung pada saat mandi, menggunakan pakaian yang longgar, bersih dan nyaman dan tidak memakai sepatu hak tinggi dan alas kaki yang keras serta korset penahan perut.

5. Olahraga

Terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil, secara fisik atau mental, pada persalinan cepat, aman dan spontan. Jenis olah tubuh yang paling sesuai untuk ibu hamil, disesuaikan dengan banyaknya perubahan fisik seperti pada organ genital, perut semakin membesar dan lain-lain. Dengan mengikuti senam hamil secara teratur dan intensif, ibu hamil dapat menjaga kesehatan tubuh dan janin yang dikandungnya secara optimal.

6. Istirahat

Dengan adanya perubahan fisik ibu hamil, salah satunya beban berat pada perut sehingga terjadi perubahan sikap tubuh, tidak jarang ibu akan mengalami kelelahan, oleh karena itu istirahat dan tidur sangat penting untuk ibu hamil. Pada trimester akhir kehamilan sering diiringi dengan bertambahnya ukuran janin, sehingga terkadang ibu kesulitan untuk menentukan posisi yang paling baik dan nyaman untuk tidur. Posisi tidur yang nyaman dan dianjurkan pada ibu hamil adalah miring ke kiri, kaki lurus, kaki kanan sedikit menekuk dan ganjal dengan menggunakan bantal dan untuk mengurangi rasa nyeri pada perut, ganjal dengan bantal pada perut bawah sebelah kiri.

7. Aktifitas

Senam hamil bertujuan mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat berfungsi secara optimal dalam persalinan normal. Senam hamil dimulai pada usia kehamilan sekitar 24-28 minggu. Beberapa aktivitas yang dianggap sebagai senam hamil yaitu jalan-jalan saat hamil terutama pagi hari (Manuaba, 2012). Jangan melakukan pekerjaan rumah tangga yang berat dan hindarkan kerja fisik yang dapat menimbulkan kelelahan yang berlebihan (Saifuddin, 2010).

2.2.7 Keluhan Ringan dan Penanganan dalam Kehamilan

Menurut Varney (2008), tidak semua wanita mengalami semua ketidaknyamanan yang umum muncul selama kehamilan, tetapi banyak wanita mengalaminya dalam tingkat ringan hingga berat. Bebasnya seorang wanita dari ketidaknyamanan tersebut dapat membuat perbedaan signifikan terhadap cara wanita memandang pengalaman kehamilannya. Aspek fisiologis, anatomis dan psikologis yang mendasari setiap ketidaknyamanan

(jika diketahui) dijelaskan untuk merangsang pikiran mencari upaya lebih lanjut untuk mengatasinya. Cara mengatasi ketidaknyamanan ini didasarkan pada penyebab dan penatalaksanaan didasarkan pada gejala yang muncul. Tidak semua cara tersebut cocok untuk semua wanita. Semakin banyak metode yang diketahui untuk setiap ketidaknyamanan, atau yang dapat anda bayangkan dengan modal pengetahuan yang anda miliki serta pemahaman anda tentang penyebab ketidaknyamanan tersebut, semakin besar peluang untuk ketidaknyamanan tersebut, semakin besar peluang untuk setidaknya satu di antara berbagai metode tersebut akan membantu meredakan rasa tidak nyaman mereka.

Menurut Varney (2008), keluhan ringan dalam kehamilan dan penanganannya adalah sebagai berikut :

1. Nausea

Nausea, dengan atau tanpa disertai muntah-muntah, ditafsirkan keliru sebagai morning Sickness, tetapi paling sering terjadi pada siang atau sore hari atau bahkan sepanjang hari. Nausea lebih kerap terjadi pada saat perut kosong sehingga biasanya lebih parah di pagi hari. Penyebab morning sickness masih belum diketahui dengan pasti, kendati sejumlah ide telah dikembangkan. Ide ini mencakup perubahan hormon selama kehamilan, kadar gula darah yang rendah (mungkin disebabkan oleh tidak makan sehingga mengakibatkan siklus yang tidak berujung pangkal), lambung yang terlalu penuh, peristaltik yang lambat, dan faktor-faktor emosi lain. Sekitar separuh jumlah wanita dengan morning sickness bebas dari gejala tersebut saat menginjak usia kehamilan 14 minggu dan 90 persen diantaranya pada usia kehamilan 22 minggu. Nausea merupakan masalah umum yang dialami oleh lebih dari sebagian hingga tiga perempat wanita hamil. Begitu umum hingga pada kenyataannya nausea dan muntah menjadi salah satu tanda praduga kehamilan.

Ada banyak tindakan untuk meredakan morning sickness. Satu atau semua, atau kombinasi berbagai tindakan. atau malah tak satu pun diantaranya, dapat merupakan cara yang efektif bagi individu tertentu. Metode ini memberi sebagian besar wanita rasa nyaman dan lega karena

telah mencoba sesuatu untuk meringankan masalahnya. Saran berikut dapat diberikan :

- a. Makan porsi kecil, sering, bahkan setiap dua jam karena hal ini lebih mudah dipertahankan dibanding makan porsi besar tiga kali sehari.
 - b. Makan biskuit kering atau roti bakar sebelum beranjak dari tempat tidur di pagi hari.
 - c. Jangan menyikat gigi segera setelah makan untuk menghindari stimulasi refleks gag.
 - d. Minumlah minuman yang mengandung karbonat, khususnya gingerale.
 - e. Hindari makanan beraroma kuat atau menyengat.
 - f. Batasi lemak dalam diet
 - g. Coba kenakan pembalut lengan yang berfungsi sebagai akupresur.
 - h. Selalu ingat bahwa nausea kemungkinan besar berakhir pada trimester ke dua.
 - i. Istirahat.
2. Ptiialisme (Salivasi Berlebihan)

Ptiialisme merupakan kondisi yang tidak lazim, yang dapat disebabkan oleh peningkatan keasaman di dalam mulut atau peningkatan asupan zat pati, yang menstimulasi kelenjar saliva pada wanita yang rentan mengalami sekresi berlebihan. Para wanita yang mengalami ptiialisme biasanya juga mengalami mual. Kondisi mereka berlangsung terus menerus dan menjadi suatu siklus karena bukan saja saliva yang berlebihan ini membuat rasa mual semakin kuat, tetapi keinginan untuk menghindari nausea juga mengakibatkan pasien menelan lebih sedikit makanan sehingga jumlah saliva di dalam mulut meningkat.

3. Keletihan

Keletihan dialami pada trimester pertama, namun alasannya belum diketahui. Salah satu dugaan adalah bahwa keletihan diakibatkan oleh penurunan drastis laju metabolisme dasar pada awal kehamilan, tetapi alasan hal ini terjadi masih belum jelas. Dugaan lain adalah bahwa peningkatan progesteron memiliki efek menyebabkan tidur. Untungnya, keletihan merupakan ketidaknyamanan yang terbatas dan biasanya hilang

pada akhir trimester pertama. Kelelahan dapat meningkatkan intensitas respons psikologis yang dialami wanita pada saat ini.

Metode untuk meredakannya adalah meyakinkan kembali wanita tersebut bahwa kelelahan adalah hal yang normal dan bahwa kelelahan akan hilang secara spontan pada trimester ke dua. Pengetahuan ini akan membantu wanita untuk sering beristirahat selama siang hari jika memungkinkan hingga kelelahannya menghilang. Latihan ringan dan nutrisi yang baik juga dapat membantu mengatasi kelelahan.

4. Nyeri Punggung Bagian Atas

Nyeri punggung bagian atas terjadi selama trimester pertama akibat peningkatan ukuran payudara, yang membuat payudara menjadi berat. Hal ini merupakan salah satu tanda praduga kehamilan. Pembesaran ini dapat mengakibatkan tarikan otot jika payudara tidak disokong adekuat.

Metode untuk mengurangi nyeri ini ialah dengan menggunakan bra yang berukuran sesuai ukuran payudara. Karakteristik bra yang baik akan dijelaskan pada bagian akhir bab ini, pada pembahasan mengenai instruksi dan panduan antisipasi. Dengan mengurangi mobilitas payudara, bra penyokong yang berukuran tepat juga mengurangi ketidaknyamanan akibat nyeri tekan pada payudara yang timbul karena pembesaran payudara.

5. Leukorea

Leukorea adalah sekresi vagina dalam jumlah besar, dengan konsistensi kental atau cair, yang dimulai pada trimester pertama. Sekresi ini bersifat asam akibat perubahan sejumlah besar glikogen pada sel epitel vagina menjadi asam laktat oleh basil Déderlein. Meski basil ini berfungsi melindungi ibu dan janin dari kemungkinan infeksi yang mengancam, tetapi basil ini merupakan medium yang dapat mempercepat pertumbuhan organisme yang bertanggung jawab terhadap terjadinya vaginitis. Produktivitas kelenjar serviks dalam menyekresi sejumlah besar lendir pada saat ini guna membentuk sumbat lendir serviks ternyata juga dapat mengakibatkan leukorea. Upaya untuk mengatasi leukorea adalah dengan memperhatikan kebersihan tubuh pada area tersebut dan mengganti panty

berbahan katun dengan sering. Wanita sebaiknya tidak melakukan douch atau menggunakan semprot untuk menjaga kebersihan area genitalia.

6. Peningkatan Frekuensi Berkemih

Peningkatan frekuensi berkemih sebagai ketidaknyamanan nonpatologis pada kehamilan sering terjadi pada dua kesempatan yang berbeda selama periode antepartum. Frekuensi berkemih selama trimester pertama terjadi akibat peningkatan berat pada fundus uterus. Peningkatan berat pada fundus uterus ini membuat istmus menjadi lunak (tanda Hegar), menyebabkan antefleksi pada uterus yang membesar. Hal ini menimbulkan tekanan langsung pada kandung kemih. Tekanan ini akan berkurang seiring uterus terus membesar dan keluar dari panggul sehingga menjadi salah satu organ abdomen, sementara kandung kemih tetap merupakan organ panggul. Frekuensi berkemih pada trimester ke tiga paling sering dialami oleh wanita primigravida setelah lightening terjadi. Efek lightening adalah bagian presentasi akan menurun masuk ke dalam panggul dan menimbulkan tekanan langsung pada kandung kemih. Tekanan ini menyebabkan wanita merasa perlu berkemih. Uterus yang membesar atau bagian presentasi uterus juga mengambil ruang di dalam rongga panggul sehingga ruang untuk distensi kandung kemih lebih kecil sebelum wanita tersebut merasa perlu berkemih. Hal yang perlu diingat juga adalah pola berkemih yang tadinya diurnal berubah menjadi pola nokturia karena edema dependen yang terakumulasi sepanjang hari diekskresi.

Satu-satunya metode yang dapat dilakukan untuk mengurangi frekuensi berkemih ini adalah menjelaskan mengapa hal tersebut terjadi dan mengurangi asupan cairan sebelum tidur malam sehingga wanita tidak perlu bolak balik ke kamar mandi pada saat mencoba tidur.

7. Nyeri Ulu Hati

Nyeri ulu hati, ketidaknyamanan yang mulai timbul menjelang akhir trimester ke dua dan bertahan hingga trimester ke tiga adalah kata lain untuk regurgitasi atau refluks isi lambung yang asam menuju esofagus bagian bawah akibat peristaltis balikan. Isi lambung bersifat asam karena sifat

asam hidroklorida yang terdapat di dalam lambung. Keasaman ini menyebabkan materi tersebut membakar tenggorok dan terasa tidak enak. Ada beberapa cara untuk mengurangi nyeri ulu hati. Menemukan kombinasi yang dapat membantu masing-masing wanita pada dasarnya adalah persoalan mencoba dan belajar dari kesalahan. Saran yang dapat diberikan antara lain:

- a. Makan dalam porsi kecil, tetapi sering, untuk menghindari lambung menjadi terlalu penuh.
 - b. Pertahankan postur tubuh yang baik supaya ada ruang lebih besar bagi lambung untuk menjalankan fungsinya; postur tubuh membungkuk hanya menambah masalah karena posisi ini menambah tekanan pada lambung.
 - c. Hindari makanan berlemak; lemak mengurangi motilitas usus dan sekresi asam lambung yang dibutuhkan untuk pencernaan.
 - d. Hindari minum bersamaan dengan makan karena cairan cenderung menghambat asam lambung, diet makanan kering tanpa roti-rotian dapat membantu sebagian wanita.
 - e. Hindari makanan dingin.
 - f. Hindari makanan pedas atau makanan lain yang dapat menyebabkan gangguan pencernaan.
 - g. Upayakan minum susu murni daripada susu manis.
 - h. Minum susu skim dan atau konsumsi es krim rendah lemak.
 - i. Hindari makanan berat atau makanan lengkap sesaat sebelum tidur.
8. Flatulen

Peningkatan flatulen diduga akibat penurunan motilitas gastrointestinal. Hal ini kemungkinan merupakan akibat efek peningkatan progesteron yang merelaksasi otot halus dan akibat pergeseran serta tekanan pada usus halus karena pembesaran uterus.

Satu-satunya cara untuk mengurangi flatulen adalah pola memiliki defekasi harian teratur dan menghindari makanan yang menghasilkan gas. Posisi lutut - dada akan membantu ketidaknyamanan akibat gas yang terperangkap di dalam.

9. Konstipasi

Wanita yang sebelumnya tidak mengalami konstipasi dapat memiliki masalah ini pada trimester ke dua atau ke tiga. Konstipasi diduga terjadi akibat penurunan peristaltis yang disebabkan relaksasi otot polos pada usus besar ketika terjadi peningkatan jumlah progesteron. Pergeseran dan tekanan pada usus akibat pembesaran uterus atau bagian presentasi juga dapat menurunkan motilitas pada saluran gastrointestinal sehingga menyebabkan konstipasi. Salah satu efek samping yang umum muncul pada penggunaan zat besi adalah konstipasi. Hal ini memperberat masalah bagi sebagian besar wanita hamil.

Berikut merupakan cara penanganan konstipasi yang paling efektif jika semua cara digunakan secara padu. Obat-obatan hanya boleh digunakan jika cara yang alami tidak adekuat

- a. Asupan cairan yang adekuat, yakni minum air minimal 8 gelas/hari (ukuran gelas minum)
 - b. Konsumsi buah prem atau jus prem karena prem merupakan laksatif ringan alami
 - c. Istirahat cukup. Hal ini memerlukan periode istirahat pada siang hari
 - d. Minum air hangat (misal: air putih, teh) saat bangkit dari tempat tidur untuk menstimulasi peristaltis
 - e. Makan makanan berserat, dan mengandung serat alami (misal: selada, daun seledri, kulit padi)
 - f. Miliki pola defekasi yang baik dan teratur. Hal ini mencakup penyediaan waktu yang teratur untuk melakukan defekasi dan kesadaran untuk tidak mengacuhkan "dorongan" atau menunda defekasi.
 - g. Lakukan latihan secara umum, berjalan setiap hari, pertahankan postur yang baik, mekanisme tubuh yang baik, latihan kontraksi otot abdomen bagian bawah secara teratur. Semua kegiatan ini memfasilitasi sirkulasi vena sehingga mencegah kongesti pada usus besar
 - h. Konsumsi laksatif ringan, pelunak feses, dan/atau supositoria gliserin jika ada indikasi.
10. Hemoroid

Hemoroid sering didahului oleh konstipasi. Oleh karena itu, semua penyebab konstipasi berpotensi menyebabkan hemoroid. Progesteron juga menyebabkan relaksasi dinding vena dan usus besar. Selain itu, pembesaran uterus mengakibatkan peningkatan tekanan, secara spesifik juga secara umum pada vena hemoroid. Tekanan ini akan mengganggu sirkulasi vena dan mengakibatkan kongesti pada vena panggul

Ada sejumlah cara untuk mengatasi hemoroid. Beberapa cara yang dilakukan hanya memberi rasa nyaman, sedangkan cara lain menyebabkan baal sekaligus mengurangi hemoroid. Cara yang terakhir akan dijelaskan pada daftar cara penanganan hemoroid berikut ini:

- a. Hindari konstipasi; pencegahan merupakan cara penanganan yang paling efektif.
 - b. Hindari mengejan saat defekasi
 - c. Mandi berendam hangatnya air tidak hanya memberi kenyamanan, tetapi juga meningkatkan sirkulasi
 - d. Kompres witch hazel (untuk mengurangi hemoroid)
 - e. Kompres es (untuk mengurangi hemoroid)
 - f. Kompres garam Epsom (untuk mengurangi hemoroid)
 - g. Masukkan kembali hemoroid ke dalam rektum (menggunakan lubrikasi) dilakukan sambil latihan mengencangkan perineum (Kegel)
 - h. Tirah baring dengan cara mengelevasi panggul dan ekstremitas bagian bawah
11. Kram Tungkai

Dasar fisiologis untuk kram kaki belum diketahui dengan pasti. Selama beberapa tahun, kram kaki diperkirakan disebabkan oleh gangguan asupan kalsium atau asupan kalsium yang tidak adekuat atau ketidakseimbangan rasio kalsium dan fosfor dalam tubuh, namun penyebab-penyebab ini tidak lagi disertakan dalam literatur terkini. Salah satu dugaan lainnya adalah bahwa uterus yang membesar memberi tekanan baik pada pembuluh darah panggul, sehingga mengganggu sirkulasi, atau pada saraf sementara saraf ini melewati foramen obturator dalam perjalanan menuju ekstremitas bagian bawah. Cara sebagai berikut:

- a. Minta wanita meluruskan kaki yang kram dan menekan tumitnya.
- b. Dorong wanita untuk melakukan latihan umum dan memiliki kebiasaan mempertahankan mekanisme tubuh yang baik guna meningkatkan sirkulasi darah.
- c. Anjurkan elevasi kaki secara teratur sepanjang hari.
- d. Anjurkan diet mengandung kalsium dan pospor.

12. Edema Dependen

Edema dependen pada kaki timbul akibat gangguan sirkulasi vena dan peningkatan tekanan vena pada ekstremitas bagian bawah. Gangguan sirkulasi ini disebabkan oleh tekanan uterus yang membesar pada vena-vena panggul saat wanita tersebut duduk atau berdiri dan pada vena kava inferior saat ia berada dalam posisi telentang. Pakaian ketat yang menghambat aliran balik vena dari ekstremitas bagian bawah juga memperburuk masalah. Edema akibat kaki yang menggantung secara umum terlihat pada area pergelangan kaki dan harus dibedakan secara cermat dengan edema yang berhubungan dengan preeklampsia/eklampsia.

Cara penanganannya sebagai berikut:

- a. Hindari menggunakan pakaian ketat
- b. Elevasi kaki secara teratur sepanjang hari
- c. Posisi menghadap ke samping saat berbaring
- d. Penggunaan penyokong atau korset pada abdomen maternal yang dapat melonggarkan tekanan pada vena-vena panggul

13. Varises

Sejumlah faktor turut memengaruhi perkembangan varises selama kehamilan. Varises vena lebih mudah muncul pada wanita yang memiliki kecenderungan tersebut dalam keluarga atau memiliki faktor predisposisi kongenital. Varises dapat diakibatkan oleh gangguan sirkulasi vena dan peningkatan tekanan vena pada ekstremitas bagian bawah. Perubahan ini diakibatkan penekanan uterus yang membesar pada vena panggul saat wanita tersebut duduk atau berdiri dan penekanan pada vena kava inferior saat berbaring. Pakaian yang ketat menghambat aliran vena balik dari ekstremitas bagian bawah, atau posisi berdiri yang lama memperberat

masalah tersebut. Relaksasi dinding vena dan katup dan otot polos sekeliling karena induksi juga turut menyebabkan timbulnya varises.

Varises terjadi selama kehamilan paling menonjol pada area kaki dan/atau vulva. Penanganan spesifik untuk mengatasi varises vulva dirangkum pada daftar saran berikut bagi wanita:

- a. Kenakan kaos kaki penyokong
- b. Hindari mengenakan pakaian ketat
- c. Hindari berdiri lama
- d. Sediakan waktu istirahat, dengan kaki dielevasi secara periodic sepanjang hari.
- e. Berbaring dengan mengambil posisi sudut kanan beberapa kali sehari.
- f. Pertahankan tungkai tidak menyilang saat duduk
- g. Pertahankan postur tubuh dan mekanisme tubuh yang baik
- h. Lakukan latihan senam kegel untuk mengurangi varises vulva atau hemoroid untuk meningkatkan sirkulasi

14. Dispareunia

Nyeri saat berhubungan seksual dapat berasal dari sejumlah penyebab selama kehamilan. Perbuahan fisiologis dapat menjadi penyebab, seperti kongesti vagina/panggul akibat gangguan sirkulasi yang dikarenakan tekanan uterus yang membesar atau tekanan bagian presentasi. Cara penanganan tergantung pada penyebab:

- a. Perubahan posisi dapat mengurangi masalah yang disebabkan oleh pembesaran abdomen atau nyeri akibat penetrasi yang terlalu dalam.
- b. Kompres es dapat mengurangi kongesti yang dapat ditangani, juga menibulkan ketidaknyamanan tersendiri.
- c. Mendiskusikan pemikiran yang salah dan ketakutan yang dirasakan dan memberi fakta dapat menenangkan wanita.

15. Insomnia

Insomnia, baik pada wanita yang mengandung maupun tidak, dapat disebabkan oleh sejumlah penyebab, seperti kekhawatiran, kecemasan, terlalu gembira menyambut suatu acara untuk keesokan hari. Wanita hamil, bagaimana pun memiliki tambahan alasan fisik sebagai penyebab insomnia.

Hal ini meliputi ketidaknyamanan uterus yang membesar, ketidaknyamanan lain selama kehamilan, dan pergerakan janin, terutama jika janin tersebut aktif. Penanganan insomnia melalui pengaturan waktu bias efektif bias tidak. Bagi kebanyakan wanita setidaknya terdapat beberapa hal yang dapat dilakukan.

- a. Mandi air hangat
 - b. Minum air hangat (susu, teh tanpa kafein dicampur susu) sebelum tidur
 - c. Lakukan aktivitas yang tidak menimbulkan stimulus sebelum tidur
 - d. Ambil posisi relaksasi
 - e. Gunakan Teknik relaksasi progresif
16. Nyeri pada Ligamentum Teres Uteri

Ligamentum teres uteri melekat pada sisi-sisi uterus tepat di bawah dan di depan tempat masuknya tuba fallopii kemudian kemudian menyilang ligamentum latum pada lipatan peritoneum, melintasi kanalis inguinalis dan masuk pada bagian anterior (bagian atas) labia mayora pada sisi-sisi peritoneum. Ke dua ligamentum terdiri atas sejumlah besar otot polos yang merupakan lanjutan dari otot polos uterus. Jaringan otot ini memudahkan ligamentum latum untuk hipertrofi selama kehamilan berlangsung dan yang terpenting meregang seiring pembesaran uterus. Ligamentum teres uteri secara anatomis memiliki kemampuan memanjang saat uterus meninggi dan masuk ke dalam abdomen. Nyeri pada ligamentum teres uteri diduga terjadi akibat peregangan dan kemungkinan akibat penekanan berat uterus yang meningkat pesat pada ligament. Nyeri ini merupakan ketidaknyamanan umum yang harus dibedakan dari penyakit saluran gastrointestinal maupun penyakit organ abdomen (contoh apendisitis, radang kandung kemih dan ukser peptic).

Cara penanganan sedikit dan tidak selalu efektif nyeri pada ligamentum teres uteri merupakan salah satu ketidaknyamanan yang harus ditoleransi oleh wanita hamil. Penjelasan tentang mengapa wanita mengalami nyeri setidaknya dapat mengurangi kecemasan atau ketakutan dan dapat membantunya mengatasi nyeri tersebut.

17. Nyeri punggung bawah

Nyeri punggung bawah merupakan nyeri punggung yang terjadi pada area lumbosacral. Nyeri punggung bawah biasanya akan meningkat intensitasnya seiring pertambahan usia kehamilan karena nyeri ini merupakan akibat pergeseran pusat gravitasi wanita tersebut dan postur tubuhnya. Perubahan-perubahan ini disebabkan oleh berat uterus yang membesar. Jika wanita tersebut tidak memberi perhatian penuh terhadap postur tubuhnya maka ia akan berjalan dengan ayunan tubuh ke belakang akibat peningkatan lordosis. Lengkung ini kemudian akan meregangkan otot punggung yang menimbulkan rasa sakit atau nyeri.

Cara mengatasi nyeri punggung:

- a. Postur tubuh yang baik
 - b. Mekanik tubuh yang tepat saat mengangkat beban
 - c. Hindari membungkuk berlebihan
 - d. Ayunkan panggul atau miringkan panggul
 - e. Gunakan sepatu tumit rendah
 - f. Kompres air hangat atau dingin pada punggung
18. Hiperventilasi dan sesak napas

Peningkatan jumlah progesterone selama kehamilan diduga memengaruhi pusat pernapasan untuk menurunkan kadar karbondioksida dan meningkatkan kadar oksigen. Peningkatan kadar oksigen menguntungkan janin. Peningkatan aktivitas metabolic yang terjadi selama kehamilan mengakibatkan peningkatan kadar karbon dioksida. Hiperventilasi akan menurunkan kadar karbon dioksida. Wanita dapat mengalami efek progesterone ini pada awal trimester kedua.

Penanganan sesak napas dilakukan dengan menyediakan ruangan lebih untuk isi abdomen sehingga mengurangi tekanan pada diafragma dan memfasilitasi fungsi paru. Berikut adalah cara penanganan tersebut:

- a. Anjurkan wanita berdiri dan meregangkan lengannya di atas kepalanya secara berkala dan mengambil napas dalam.
- b. Anjurkan mempertahankan postur yang baik, jangan menjatuhkan bahu.
- c. Ajarkan wanita melakukan pernapasan interkosta.

- d. Instruksikan wanita tersebut melakukan peregangan yang sama di tempat tidur seperti saat sedang berdiri.
- e. Jelaskan alasan terjadinya sesak napas, meredakan kecemasan atau ketakutan akan mengurangi respons hiperventilasi.

19. Kesemutan dan Baal pada Jari

Perubahan pada pusat gravitasi akibat uterus yang membesar dan bertambah berat dapat menyebabkan wanita mengambil postur dengan bahu terlalu jauh ke belakang dan kepalanya antefleksi sebagai upaya menyeimbangkan berat bagian depannya dan lengkung punggungnya. Postur ini diduga menyebabkan penekanan pada saraf median dan ulnar lengan, yang akan mengakibatkan kesemutan dan baal pada jari-jari.

Hiperventilasi juga dapat menyebabkan kesemutan dan baal namun sebagian besar wanita tidak melakukan hiperventilasi cukup sebagai akibat kehamilan untuk mengalami pengaruh ini. Cara penanganan mencakup penjelasan penyebab yang mungkin dan mendorong agar wanita tersebut mempertahankan postur tubuh yang baik. Beberapa wanita dapat mengurangi ketidaknyaman ini dengan cara berbaring.

20. Sindrom Hipotensi Terlentang

Sindrom hipotensi terlentang menyebabkan wanita merasa seperti ingin pingsan dan ia menjadi tidak sadarkan diri jika masalah tidak segera ditangani. Sindrom hipotensi terlentang terjadi saat wanita berbaring pada posisi terlentang (seperti saat sedang tidur atau berada di atas meja pemeriksaan) karena berat total uterus yang membesar berikut isinya menekan vena kava inferior dan pembuluh darah lainnya pada sistem vena. Aliran vena balik dari bagian bawah tubuh dihambat, yang akhirnya mengakibatkan jumlah darah yang mengisi jantung berkurang dan kemudian akan menurunkan curah jantung. Sindrom hipotensi terlentang sebenarnya merupakan hipotensi arteri. Sebagai tambahan, berat uterus yang membesar juga turut menekan aorta sehingga terjadi perubahan yang mengganggu tekanan arteri.

Sindrom hipotensi terlentang dapat segera teratasi dengan meminta wanita tersebut berbaring kesamping atau duduk. Penjelasan dan upaya menenangkannya penting dilakukan karena wanita cenderung ketakutan.

2.2.8 Tanda Bahaya Kehamilan

Menurut Prawirohardjo (2016), deteksi dini gejala dan tanda bahaya selama kehamilan merupakan upaya terbaik untuk mencegah terjadinya gangguan yang serius terhadap kehamilan merupakan upaya terbaik untuk mencegah terjadinya gangguan yang serius terhadap kehamilan ataupun keselamatan ibu hamil.

1. Tanda Bahaya pada Kehamilan Muda

Menurut Prawirohardjo (2016), tanda-tanda bahaya pada kehamilan muda diantaranya sebagai berikut :

a. Abortus

Abortus merupakan ancaman atau pengeluaran hasil konsepsi sebelum janin dapat hidup diluar kandungan. Penyebab terjadinya abortus yaitu faktor genetik, kelainankongenital uterus, autoimun, defek fase luteal, hematologik, dan faktor lingkungan. Macam – macam abortus :

- 1) Abortus iminens
- 2) Abortus insipiens
- 3) Abortus inkompletus
- 4) Abortus kompletus
- 5) Missed abortion
- 6) Abortus habitualis
- 7) Abortus infeksius, abortus septik

b. Kehamilan Ektropik Terganggu (KET)

Kehamilan ektropik terjadi setiap saat ketika penanaman blastosit berlangsung dimanapun, kecuali di endometrium yang melapisi rongga uterus. Gejala awal KET meliputi perdarahan pervaginam, bercak darah dan kadang kadang nyeri pada panggul. Adapun gejala yang timbul yaitu:

- 1) Pucat atau anemis,
- 2) Kesadaran menurun atau lemah,

- 3) Syok (hipovelemik) sehingga isi dan tekanan denyut jantung nadi berkurang serta meningkatnya frekuensi nadi (diatas 112x/menit),
- 4) Perut kembung,
- 5) Nyeri perut bagian bawah yang makin hebat apabila tubuh digerakan,
- 6) Nyeri goyang portio

c. Molahidatidosa

Molahidatidosa merupakan suatu kehamilan yang berkembang tidak wajar dimana tidak ditemukan janin dan hampir seluruh vili korialis mengalami perubahan berupa degenerasi hidropik.

Menurut Varney (2008), tanda-tanda bahaya pada kehamilan muda yang lain adalah :

d. Hiperemesis gravidarum

Penyebab utama hiperemesis belum diketahui tetapi kemungkinan gabungan antara perubahan hormonal dan faktor psikis. Pada wanita penderita hiperemesis akan mengalami mual muntah yang berlebihan selama kehamilan sampai melewati trimester pertama.

e. Hipertensi

Hipertensi dalam kehamilan mempunyai kaitan erat dengan angka kesakitan dan kematian yang tinggi baik pada ibu maupun janin. Komplikasi yang akan terjadi pada ibu, seperti abrupsi plasenta (plasenta previa), disseminated intravascular coagulation, perdarahan otak, gagal hati, dan gagal ginjal akut. Sedangkan pada janin resiko IUGR, prematur, dan kematian.

f. Infeksi dalam kehamilan

Infeksi terjadi karena adanya mikroorganisme, terutama virus, bakteri, jamur, riketsia, protozoa, dan hewan parasit. Macam – macam infeksi virus yaitu tuberkulosis, hepatitis, rubela, sitomegalovirus, toksoplasmosis, varisela

2. Tanda Bahaya pada Kehamilan Tua

Menurut Prawirohardjo (2016), tanda-tanda bahaya pada kehamilan tua diantaranya sebagai berikut :

a. Plasenta previa

Perdarahan yang terjadi setelah umur kehamilan memasuki usia tua, dan tidak nyeri merupakan salah satu tanda plasenta previa. Plasenta previa merupakan plasenta yang berimplantasi pada segmen bawah rahim sehingga menutupi sebagian atau seluruh ostium uteri internum.

b. Solusio plasenta

Solusio plasenta lebih berbahaya dari pada plasenta previa karena terlepasnya sebagian atau seluruhnya permukaan maternal plasenta dari tempat implantasinya sebelum waktunya. Perdarahannya tersembunyi yang luas dimana perdarahan retroplasenta yang banyak dapat mengurangi sirkulasi utero – plasenta dan menyebabkan hipoksia janin.

c. Pre-Eklamsia

Pada umumnya ibu hamil dengan usia kehamilan diatas 20 minggu disertai dengan peningkatan tekanan darah diatas normal sering diasosiasikan dengan pre-eklamsia. Data atau informasi awal terkait dengan tekanan darah sebelum hamil akan sangat membantu petugas kesehatan untuk membedakan hipertensi kronis (yang sudah ada sebelumnya) dengan pre-eklamsia. Gejala dan tanda lain dari pre-eklamsia adalah sebagai berikut:

- 1) Hiperrefleksia.
- 2) Sakit kepala atau sefalgia yang tidak membaik dengan pengobatan umum.
- 3) Gangguan penglihatan seperti pandangan mata kabur, skotoma, silau atau berkunang – kunang.
- 4) Nyeri epigastrik.
- 5) Oliguria (luaran kurang dari 500 ml/jam).
- 6) Tekanan darah sistolik 20 – 30 mmHg dan diastolik 10 – 20 mmHg diatas normal.
- 7) Proteinuria (didas positif 3)
- 8) Edema menyeluruh.

Menurut Varney (2008), tanda-tanda bahaya pada kehamilan muda yang lain adalah :

d. Ketuban pecah dini

Ketuban pecah dini merupakan pecah ketuban sebelum awitan persalinan, tanpa memperhatikan usia gestasi. Ketuban pecah dini terjadi lebih banyak pada wanita dengan serviks inkompeten, polihidramnion, malpresentasi janin, kehamilan kembar, atau infeksi vagina / serviks (misalnya: vaginosis bacterial, trikomonas, klamidia, gonoroe, streptokokus).

2.2.9 Standart Pelayanan Kehamilan (14T)

Menurut Depkes RI (2010) Standar Pelayanan Minimal Asuhan Kehamilan termasuk dalam "14T" meliputi:

1. Ukur Berat badan dan Tinggi Badan (T1). Dalam keadaan normal kenaikan berat badan ibu dari sebelum hamil dihitung dari TM I sampai TM III yang berkisar antara 9-13,9 kg dan kenaikan berat badan setiap minggu yang tergolong normal adalah 0,4 - 0,5 kg tiap minggu mulai TM II. Pengukuran tinggi badan ibu hamil dilakukan untuk mendeteksi faktor resiko terhadap kehamilan yang sering berhubungan dengan keadaan rongga panggul.
2. Ukur Tekanan Darah (T2). Tekanan darah yang normal 110/80 - 140/90 mmHg, bila melebihi 140/90 mmHg perlu diwaspadai adanya Preeklampsi.
3. Ukur Tinggi Fundus Uteri (T3). Tujuan pemeriksaan TFU menggunakan teknik *Mc Donald* adalah menentukan umur kehamilan berdasarkan minggu dan hasilnya bisa dibandingkan dengan hasil anamnesis hari pertama haid terakhir (HPHT) dan kapan gerakan janin mulai dirasakan. TFU yang normal harus sama dengan UK dalam minggu yang dicantumkan dalam HPHT.

Tabel 2.2 Ukuran Tinggi Fundus Uteri sesuai Usia Kehamilan

Usia Kehamilan	Tinggi Fundus Uteri (TFU)
12 minggu	3 jari di atas simfisis
16 minggu	Pertengahan pusat-simfisis
20 minggu	3 jari di bawah pusat
24 minggu	Setinggi pusat
28 minggu	3 jari di atas pusat
32 minggu	Pertengahan pusat-prosesus xiphoideus (Px)
36 minggu	3 jari di bawah prosesus xiphoideus (Px)
40 minggu	Pertengahan pusat- prosesus xiphoideus (Px)

Sumber: DepKes RI, 2010

4. Pemberian Tablet Fe sebanyak 90 tablet selama kehamilan (T4).

5. Pemberian Imunisasi *Tetanus Toxoid* (TT) (T5). Imunisasi TT harus segera diberikan pada saat seorang wanita hamil melakukan kunjungan yang pertama dan dilakukan pada minggu ke-4.

Tabel 2.3 Jadwal Imunisasi TT

Antigen	Interval (selang waktu minimal)	Lama Perlindungan
TT1	Pada kunjungan antenatal pertama	-
TT2	4 minggu setelah TT1	3 tahun
TT3	6 bulan setelah TT2	5 tahun
TT4	1 tahun setelah TT3	10 tahun
TT5	1 tahun setelah TT4	25 tahun/seumur hidup

Sumber: Saifuddin, 2014.

6. Pemeriksaan Hb (T6). Pemeriksaan Hb pada Bumil harus dilakukan pada kunjungan pertama dan minggu ke 28. Bila kadar Hb < 11 gr% Bumil dinyatakan Anemia, maka harus diberi suplemen 60 mg Fe dan 0,5 mg AsamFolat hingga Hb menjadi 11 g% atau lebih.
7. Pemeriksaan VDRL (*Veneral Disease Research Laboratory*) (T7).Pemeriksaan dilakukan pada saat ibu hamil datang pertama kali diambil spesimen darah vena kurang lebih 2 cc. Apabila hasil test positif maka dilakukan pengobatan dan rujukan.
8. Pemeriksaan Protein urine (T8). Dilakukan untuk mengetahui apakah pada urine mengandung protein atau tidak untuk mendeteksi gejala Preeklampsia.
9. Pemeriksaan Urine Reduksi (T9). Untuk ibu hamil dengan riwayat Diabetes Melitus (DM), bila hasil positif maka perlu diikuti pemeriksaan gula darah untuk memastikan adanya DM.
10. Perawatan Payudara (T10). Senam payudara atau perawatan payudara untuk ibu hamil, dilakukan 2 kali sehari sebelum mandi dimulai pada usia kehamilan 6 Minggu.
11. Senam Hamil (T11).
12. Pemberian Obat Malaria (T12). Diberikan kepada ibu hamil pendatang dari daerah endemic malaria juga kepada ibu hamil dengan gejala malaria yakni panas tinggi disertai mengigil dan hasil apusan darah yang positif.
13. Pemberian Kapsul Minyak Yodium (T13). Diberikan pada kasus gangguan akibat kekurangan Yodium di daerah endemis yang dapat berefek buruk terhadap tumbuh kembang manusia.

14. Temu wicara / Konseling (T14).

2.2.10 P4K (Program Perencanaan Persalinan Dan Pencegahan Komplikasi)

P4K Merupakan kegiatan yang difasilitasi oleh bidan untuk meningkatkan peran aktif suami, keluarga dan masyarakat dalam merencanakan persalinan yang aman dan persiapan dalam menghadapi kemungkinan terjadinya komplikasi pada saat hamil, bersalin, nifas, termasuk perencanaan menggunakan metode Keluarga Berencana (KB) pasca persalinan dengan menggunakan stiker P4K sebagai media pencatatan sasaran dalam rangka meningkatkan cakupan dan mutu pelayanan kesehatan bagi ibu dan bayi baru lahir (Depkes RI, 2009).

1. Taksiran persalinan sangat penting karena merupakan penentu usia kehamilan, dengan mengetahui usia janin yang akurat dapat membantu asuhan prenatal, kelahiran dan posnatal.
2. Penolong persalinan, ibu, suami, keluarga sejak awal kehamilan sudah menentukan untuk persalinan ditolong oleh petugas kesehatan. Ibu atau keluarga dapat memilih tenaga kesehatan terlatih sesuai dengan kepercayaan ibu tersebut.
3. Tempat persalinan, ibu, suami, keluarga sejak awal kehamilan sudah merencanakan tempat persalinan untuk ibu difasilitas kesehatan. Ibu dapat memilih tempat persalinannya di Rumah Sakit, Puskesmas, Klinik bersalin, Bidan Praktik Swasta atau di rumahnya sendiri asalkan tepatnya dapat memenuhi syarat.
4. Pendamping persalinan, keluarga atau kerabat dekat ibu dapat ikut mendampingi ibu saat bersalin. Hal ini bertujuan agar keluarga dapat memberi dukungan moril pada ibu saat bersalin.
5. Calon pendonor, upaya tenaga kesehatan, keluarga dan masyarakat untuk membantu ibu hamil dalam mengantisipasi terjadinya komplikasi (perdarahan) pada saat persalinan. Sehingga ibu hamil sudah mempunyai calon pendonor darah sesuai dengan golongan darah ibu, untuk mencegah terjadinya komplikasi pada kehamilan maupun persalinan.
6. Transportasi/ambulan desa, mengupayakan dan mempersiapkan transportasi jika sewaktu-waktu diperlukan. Serta pada saat adanya rujukan pada ibu

harus mendapatkan pelayanan tepat, cepat bila terjadi komplikasi dalam kehamilan, persalinan dan nifas.

7. Biaya untuk persalinan (Tabulin), Suami diharapkan dapat menyiapkan dana untuk persalinan ibu kelak. Biaya persalinan ini dapat pula berupa tabulin (tabungan ibu bersalin) atau dasolin (dana sosial ibu bersalin) yang dapat dipergunakan untuk membantu pembiayaan (Depkes RI, 2009).
8. Stiker P4K

Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi	
Nama Ibu	:
Taksiran Persalinan	: 20
Penolong Persalinan	:
Tempat Persalinan	:
Pendamping Persalinan	:
Transportasi	:
Calon Pendoror Darah	:

Menuju Persalinan Yang Aman dan Selamat

Gambar 2.1 Stiker P4K

Sumber: Kemenkes RI, dalam buku KIA, 2015

2.2.11 ANC Terpadu

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 97 tahun 2014 tentang pelayanan kesehatan masa sebelum hamil, masa hamil, persalinan, dan masa sesudah melahirkan, penyelenggaraan pelayanan kontrasepsi, serta pelayanan kesehatan seksual.

Pelayanan kesehatan pada ibu hamil tidak dapat dipisahkan dengan pelayanan persalinan, pelayanan nifas dan pelayanan kesehatan bayi baru lahir. Kualitas pelayanan antenatal yang diberikan akan memengaruhi kesehatan ibu hamil dan janinnya, ibu bersalin dan bayi baru lahir serta ibu nifas.

Dalam pelayanan antenatal terpadu, tenaga kesehatan harus dapat memastikan bahwa kehamilan berlangsung normal, mampu mendeteksi dini masalah dan penyakit yang dialami ibu hamil, melakukan intervensi secara adekuat sehingga ibu hamil siap untuk menjalani persalinan normal.

Setiap kehamilan, dalam perkembangannya mempunyai risiko mengalami penyulit atau komplikasi. Oleh karena itu, pelayanan antenatal harus

dilakukan secara rutin, sesuai standar dan terpadu untuk pelayanan antenatal yang berkualitas.

Menurut PERMENKES RI Nomor 97 Tahun 2014. Pelayanan antenatal terpadu merupakan pelayanan kesehatan komprehensif dan berkualitas yang dilakukan melalui :

1. Pemberian pelayanan dan konseling kesehatan termasuk stimulasi gizi agar kehamilan berlangsung sehat dan janinnya lahir sehat dan cerdas
2. Deteksi dini masalah, penyakit dan penyulit/komplikasi kehamilan
3. Penyiapan persalinan yang bersih dan aman
4. Perencanaan antisipasi dan persiapan dini untuk melakukan rujukan jika terjadi penyulit/komplikasi
5. Penatalaksanaan kasus serta rujukan cepat dan tepat waktu bila diperlukan.
6. Melibatkan ibu hamil, suami dan keluarganya dalam menjaga kesehatan dan gizi ibu hamil, menyiapkan persalinan dan kesiagaan bila terjadi penyulit/komplikasi.

Menurut Permenkes (2014), semua ibu hamil dan suami/keluarga diharapkan ikut serta minimal 1x pertemuan. Untuk mendapatkan pelayanan terpadu dan komprehensif sesuai standar minimal 4 kali selama kehamilan. Kontak 4 kali dilakukan sebagai berikut:

1. 1x pada trimester I, yaitu sebelum usia kehamilan 14 minggu
2. 1x pada trimester II, yaitu selama umur kehamilan 14–28 minggu
3. 2x pada trimester ketiga, yaitu selama kehamilan 28–36 minggu dan setelah umur kehamilan 36 minggu.

Pelayanan antenatal bisa lebih dari 4 kali bergantung pada kondisi ibu dan janin yang dikandungnya. Pelayanan kesehatan pada ibu hamil tidak dapat dipisahkan dengan pelayanan persalinan, pelayanan nifas dan pelayanan kesehatan bayi baru lahir. Kualitas pelayanan antenatal yang diberikan akan memengaruhi kesehatan ibu hamil dan janinnya, ibu bersalin dan bayi baru lahir serta ibu nifas (Permenkes, 2014).

Dalam pelayanan antenatal terpadu, tenaga kesehatan harus dapat memastikan bahwa kehamilan berlangsung normal, mampu mendeteksi dini masalah dan penyakit yang dialami ibu hamil dan melaksanakan rujukan

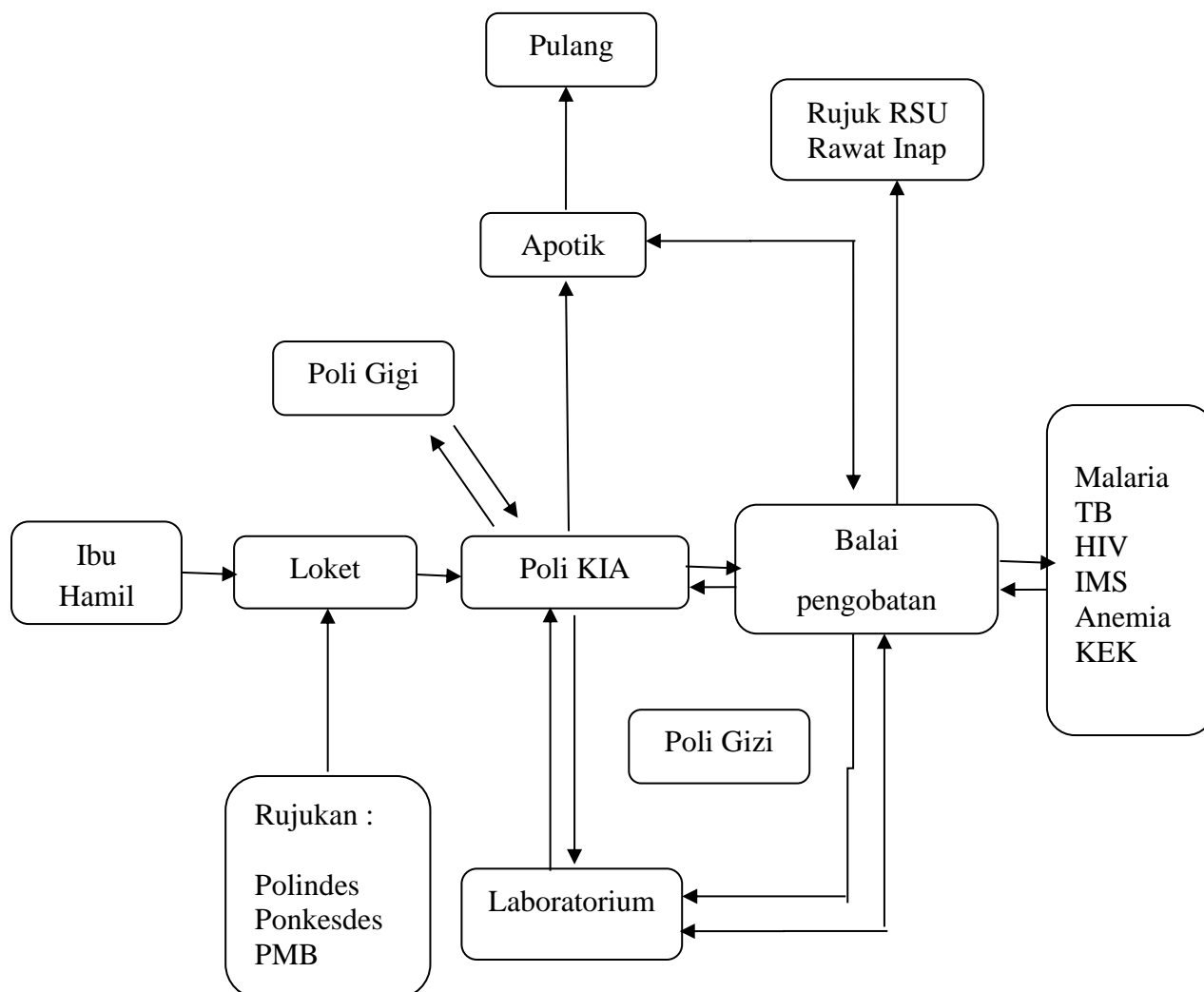
dengan cepat dan tepat sesuai dengan indikasi medis, dan dengan melakukan intervensi yang adekuat diharapkan ibu hamil siap menjalani persalinan (Kemenkes, 2014).

Pelayanan antenatal terpadu diberikan oleh tenaga kesehatan yang kompeten, yaitu dokter, bidan, dan perawat terlatih, sesuai dengan ketentuan yang berlaku, misalnya terjadi kasus kegawatdaruratan maka dapat dilakukan kolaborasi atau kerja sama dengan tenaga kesehatan yang kompeten (Kemenkes, 2010).

Menurut Kemenkes RI (2010), Dalam pemberian antenatal terpadu, diharapkan ibu hamil dapat melakukan kontak dengan dokter setidaknya minimal 1 kali, yaitu:

1. Kontak dengan dokter Spesialis Obstetri dan Ginekologi (SpOG)
2. Kontak dengan dokter gigi.
3. Kontak dengan dokter umum.
4. Kontak dengan dokter paru-paru.
5. Kontak dengan ahli gizi

1. Kerangka Konseptual Pelayanan ANC Terpadu Di Puskesmas



Gambar 2.2 Alur Pelayanan Antenatal Terpadu di Puskesmas

Sumber: Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu (Kemenkes RI, 2016)

2.2.12 Deteksi Dini Resiko Tinggi

1. Deteksi Dini Ibu Risiko Tinggi dengan Kartu Skor Poedji Rochjati (KSPR)

Cara untuk mendeteksi dini kehamilan berisiko menggunakan skor Poedji Rochjati. Berdasarkan jumlah skor kehamilan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu, kehamilan risiko rendah, kehamilan risiko tinggi dan kehamilan risiko sangat tinggi, tentang usia ibu hamil, riwayat kehamilan, riwayat persalinan, riwayat penyakit ibu hamil. Serta perencanaan persalinan di sajikan pada gambar berikut.

**SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI
OLEH
PKK DAN PETUGAS KESEHATAN**

Nama : Umur ibu : Th.
 Hamil ke Haid Terakhir tgl : Perkiraan Persalinan tgl : bl
 Pendidikan : Ibu Suami
 Pekerjaan : Ibu Suami

I KEL. F.R.	II NO.	III Masalah / Faktor Risiko	SKOR	IV Tribulan				
				I	II	III	IV	
		Skor Awal Ibu Hamil	2					
I	1	Terlalu muda, hamil I < 16 th	4					
	2	a. Terlalu lambat hamil I, kawin > 4th	4					
		b. Terlalu tua, hamil I > 35 th	4					
	3	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 th)	4					
	4	Terlalu lama hamil lagi (> 10 th)	4					
	5	Terlalu banyak anak, 4 / lebih	4					
	6	Terlalu tua, umur ≥ 35 tahun	4					
	7	Terlalu pendek < 145 Cm	4					
	8	Pemah gagal kehamilan	4					
	9	Pemah melahirkan dengan : a. Tanikan tang / vakum b. Uri dirogoh c. Diberi infus/Transfusi	4					
	10	Pemah Operasi Sesar	8					
II	11	Penyakit pada ibu hamil : a. Kurang darah b. Malaria c. TBC Paru d. Payah jantung e. Kencing Manis (Diabetes) f. Penyakit Menular Seksual	4					
	12	Bengkak pada muka / tungkai dan Tekanan darah tinggi	4					
	13	Hamil kembar 2 atau lebih	4					
	14	Hamil kembar air (Hydramnion)	4					
	15	Bayi mati dalam kandungan	4					
	16	Kehamilan lebih bulan	4					
	17	Letak Sungsang	8					
	18	Letak Lintang	8					
	III	19	Pendarahan dalam kehamilan ini	8				
		20	Preeklampsia Berat / Kejang-2	8				
JUMLAH SKOR								

PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN – RUJUKAN TERENCANA

JML SKOR	KEHAMILAN		PERSALINAN DENGAN RISIKO			
	KEL RISIKO	PERA WATAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENG LONG	RUJUKAN
2	KPR	BIDAN	TIKAK BIDAN	RUMAH POLINDES	BIDAN	RDB
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES PKMRS	BIDAN DOKTER	RDB RDR
> 12	KRS	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER	RTW

Kematian Ibu dalam kehamilan : 1. Abortus 2. Lain-lain

**KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI'
PERENCANAAN PERSALINAN AMAN**

Tempat Perawatan Kehamilan : 1. Posyandu 2. Polindes 3. Rumah Bidan
4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Praktek Dokter

Persalinan : Melahirkan tanggal : / /

RUJUKAN DARI :	1. Sendiri	RUJUKAN KE :	1. Bidan
	2. Dukun		2. Puskesmas
	3. Bidan		3. Rumah Sakit
	4. Puskesmas		

RUJUKAN :

1. Rujukan Dini Berencana (RDB) / 2. Rujukan Tepat Waktu (RTW)
Rujukan Dalam Rahim (RDR) 3. Rujukan Terlambat (RTT)

Gawat Obstetrik :	Gawat Darurat Obstetrik :
Kel. Faktor Risiko I & II	Kel. Faktor Risiko III
1.	1. Perdarahan antepartum
2.	2. Eklampsia
3.	Komplikasi Obstetrik
4.	3. Perdarahan postpartum
5.	4. Uri Tertinggal
6.	5. Persalinan Lama
7.	6. Panas Tinggi

TEMPAT :	PENOLONG :	MACAM PERSALINAN :
1. Rumah Ibu	1. Dukun	1. Normal
2. Rumah bidan	2. Bidan	2. Tindakan pervaginam
3. Polindes	3. Dokter	3. Operasi Sesar
4. Puskesmas	4. Lain-2	
5. Rumah Sakit		
6. Perjalanan		

PASCA PERSALINAN :

IBU :	TEMPAT KEMATIAN IBU :		
1. Hidup	1. Rumah ibu		
2. Mati, dengan penyebab :	2. Rumah bidan		
a. Perdarahan	b. Preeklampsia/Eklampsia	3. Polindes	
c. Partus lama	d. Infeksi	e. Lain-2	4. Puskesmas
		5. Rumah Sakit	
BAYI :		6. Perjalanan	
1. Berat lahir : gram, Laki-2/Perempuan		7. Lain-2	
2. Lahir hidup : Apgar Skor :			
3. Lahir mati, penyebab			
4. Mati kemudian, umur hr, penyebab			
5. Kelainan bawaan : tidak ada / ada			

KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (42 Hari Pasca Salin)

1. Sehat	2. Sakit	3. Mati, penyebab
Pemberian ASI : 1. Ya	2. Tidak	

Keluarga Berencana : 1. Ya, / Sterilisasi
2. Belum Tahu

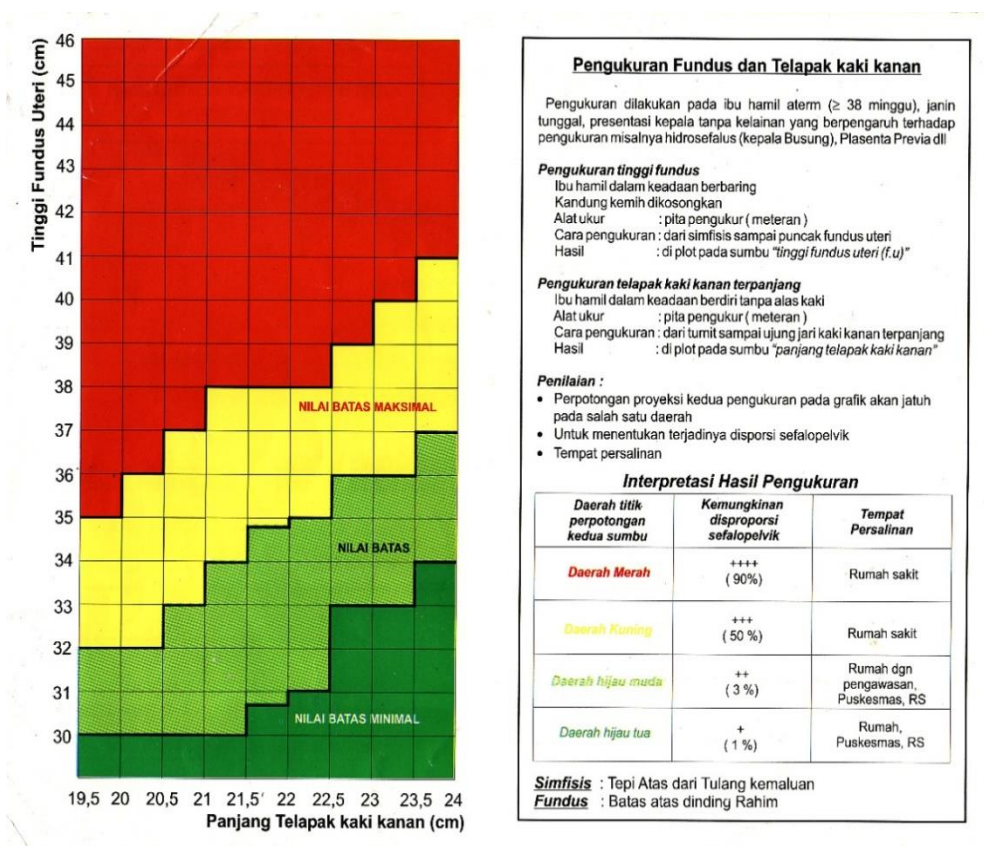
Kategori Keluarga Miskin : 1. Ya 2. Tidak
Sumber Biaya : Mandiri / Bantuan :

Gambar 2.3 Kartu Skor Poedji Rochjati (KSPR)

Sumber: Poedji Rochjati, dalam buku KIA, 2015

2. Pengukuran Fundus dan Telapak Kaki Kanan

Pengukuran dilakukan pada ibu hamil aterm (≥ 38 minggu), janin tunggal, presentasi kepala tanpa kelainan yang berpengaruh terhadap pengukuran misalnya hidrosefalus (kepala busung), plasenta previa dan lain-lain. Pengukuran dengan teori Soedarto ini dilakukan untuk mendeteksi adanya *Cephalo Pelvic Disproportion* (CPD).



Gambar 2.4 Kartu Pengukuran Fundus dan Telapak Kaki Kanan

Sumber:Soedarto, dalam buku KIA, 2015

3. Deteksi Dini Pre Eklampsia dengan Skrining PEDANG

Menurut Dinkes Jatim dalam Program Penurunan Angka Kematian Ibu dan Bayi (PENAKIB 2016), Skrining Pre Eklampsia Dapat Dihadang (PEDANG) merupakan test secara dini untuk mendiagnosa pre eklampsia pada kehamilan. Skrining ini dilakukan pada usia kehamilan 12 – 28 minggu dengan melakukan tiga cara, yaitu ROT, MAP dan IMT.

a. ROT (*Roll Over Test*)

Dilakukan dengan cara :

- 1) Ibu hamil tidur miring santai, diukur tensi.
- 2) Ibu hamil tidur telentang 5 menit, tensi diukur kembali.
- 3) Bila tekanan Diastole waktu miring dikurangi Diastole waktu telentang > 15 mmHg, maka ROT dinyatakan + (positif).

b. MAP (*Mean Arterial Pressure*)

Dilakukan dengan cara :

- 1) Ibu hamil diukur tensi sambal telentang.
- 2) Bila 2 tekanan Diastole + 1 tekanan Sistole dibagi 3 nilainya > 90 mmHg, maka MAP dinyatakan + (Positif)

Rumus : $(2 \text{ Diastole} + 1 \text{ Sistole})/3$

c. IMT/BMI (Indeks Masa Tubuh/*Body Mass Index*)

Dilakukan dengan cara :

- 1) Ibu hamil diukur berat badan dan tinggi badan.
- 2) Berat badan dalam satuan (Kg) dibagi dengan tinggi badan dalam satuan (Meter kuadrat).

Rumus : $BB \text{ (kg)} / TB \text{ (m}^2\text{)}$

- 3) Bila nilainya > 30 maka dinyatakan + (Positif)

Bila ROT, MAP, IMT semuanya + (Positif), maka ibu hamil terdiagnosa Pre Eklampsia. Upaya pencegahan yang bisa dilakukan adalah dengan memberikan terapi Aspilet (1 x 80 mg) dan Calcium (1 x 500 mg). selama masa hamil sampai 2 minggu sebelum persalinan harus dilakukan uji pembekuan darah pada ibu hamil dengan Pre Eklampsia.

**TEST SECARA DINI
UNTUK MENDIAGNOSA PRE EKLAMPSIA**

**DENGAN CARA : ROT , MAP , IMT
PADA USIA KEHAMILAN MULAI 12 - 28 mg**

1. ROT : ROL OVER TEST
Caraanya :
 - * Ibu Hamil tidur miring santai Tensi di ukur
 - * Ibu Hamil tidur telentang 5 mnt tensi di ukur kembali
 - * Bila tekanan Diastole waktu miring dikurangi, Diastole waktu telentang > 15 mmHg, maka ROT dinyatakan POSITIF (+)
2. MAP : MEAN ARTERIAL PREASURE
Caraanya :
 - * Ibu Hamil di ukur tensi
 - * Bila 2 tekanan Diastole +1 tekanan Sistole dibagi 3 nilainya > 90 mm Hg, Maka MAP dinyatakan POSITIF (+)
3. IMT / BMI : INDEK MASA TUBUH / BODY MASA INDEK
Cara / Rumusnya :

$$\frac{BB \text{ Kg}}{TB^2 \text{ M}} > 30 \text{ Maka dinyatakan } (+)$$

Bila ROT (+) , MAP (+) , IMT (+) , maka terdiagnosa PRE EKLAMPSIA

Pencegahan

Diberi ASPILET : 1 x 80 mg
Calcium : 1 x 500 mg

Selama masa hamil sampai 2 minggu sebelum bersalin, waktu mau persalinan harus di test darah untuk mengetahui waktu pembekuan darahnya.

Gambar 2.5 Lembar Deteksi PEDANG

Sumber : Dinkes Jatim, dalam PENAKIB 2016

2.3 Konsep Dasar Persalinan

2.3.1 Pengertian Persalinan

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks, dan janin turun ke dalam jalan lahir. Proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37 – 42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin (Prawirohardjo, 2016).

Persalinan adalah proses dimana bayi, plasenta, dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usiakehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit (Affandi, 2017).

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang telah cukup bulan atau dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri) (Manuaba, 2014).

2.3.2 Bentuk Persalinan

Menurut Manuaba (2014), bentuk persalinan menurut definisi adalah sebagai berikut :

1. Persalinan spontan. Bila persalinannya seluruhnya berlangsung dengan kekuatan ibu sendiri.
2. Persalinan buatan. Bila proses persalinan dengan bantuan tenaga dari luar.
3. Persalinan anjuran (partus presipitatus)

2.3.3 Tanda Gejala Persalinan

Menurut Mochtar (2015), tanda- tanda inpartu adalah:

1. Rasa nyeri oleh adanya his yang datang lebih kuat, sering, dan teratur.
2. Keluar lendir bercampur darah (*blood show*) yang lebih banyak karena robekan-robekan kecil pada serviks.
3. Kadang-kadang, ketuban pecah dengan sendirinya.
4. Pada pemeriksaan dalam, serviks mendatar dan telah ada pembukaan.

Menurut Affandi (2017), tanda dan gejala inpartu sebagai berikut:

- a. Penipisan dan pembukaan serviks.

- b. Kontraksi uterus yang mengakibatkan perubahan serviks (frekuensi minimal 2 kali dalam 10 menit).
- c. Cairan lendir bercampur darah (*blood show*) melalui vagina.

2.3.4 Deteksi Dini Masa Persalinan

1. Penapisan

Pada saat memberikan asuhan bagi ibu bersalin, penolong harus selalu waspada terhadap kemungkinan timbulnya masalah atau penyulit. Langkah dan tindakan yang akan dipilih sebaiknya dapat memberi manfaat dan memastikan bahwa proses persalinan akan berlangsung aman dan lancar sehingga akan berdampak baik terhadap keselamatan ibu dan bayi.

Tabel 2.4 Indikasi untuk Tindakan dan Rujukan pada Kala I

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
Riwayat Bedah sesar	<ol style="list-style-type: none"> 1. Segera rujuk ke fasilitas yang mempunyai kemampuan untuk melakukan bedah sesar 2. Dampingi Ibu ke tempat rujukan. Berikan dukungan dan Semangat
Perdarahan pervaginam selain lendir bercampur darah (<i>blood show</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jangan lakukan periksa dalam 2. Baringkan Ibu ke sisi kiri 3. Pasang infus menggunakan jaum berdiameter besar (ukuran 16/18) dan berikan ringer laktat/garam fisiologis (NS). 4. Segera rujuk Ibu ke fasilitas yang memiliki kemampuan untuk melakukan bedah sesar. 5. Dampingi Ibu ke tempat rujukan.
Kurang dari 37 minggu (persalinan kurang bulan)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Segera rujuk Ibu ke fasilitas yang memiliki penatalaksanaan gawat darurat obstetri dan neonatal. 2. Dampingi Ibu ke tempat rujukan. Berikan dukungan dan semangat.
Ketuban pecah disertai dengan keluarnya mekonium kental	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan Ibu miring kiri 2. Dengarkan Denyut jantung janin (DJJ) 3. Segera rujuk Ibu ke fasilitas yang memiliki penatalaksanaan untuk melakukan bedah sesar 4. Dampingi Ibu ke tempat rujukan dan bawa partus set, kateter penghisap lendir Delee, handuk atau kain untuk mengeringkan dan menyelimuti bayi untukantisipasi jika ibu melahirkan diperjalanan.

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
Ketuban pecah dan air ketuban bercampur dengan sedikit mekonium, disertai tanda-tanda gawat janin.	Dengarkan DJJ, Jika ada tanda-tanda gawat janin laksanakan asuhan yang sesuai
Ketuban pecah (lebih dari 24 jam) atau Ketuban pecah pada kehamilan dengan usia gestasi < 37 minggu	<ol style="list-style-type: none"> 1. Segera rujuk ke fasilitas yang memiliki penatalaksanaan gawat darurat obstetri 2. Dampingi Ibu ke tempat rujukan, berikan dukungan dan semangat.
Tanda-tanda atau gejala infeksi : <ol style="list-style-type: none"> 1. Temperatur > 38° C 2. Menggigil 3. Nyeri Abdomen 4. Cairan ketuban berbau 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan ibu miring kiri 2. Pasang infus menggunakan jarum berdiameter besar (ukuran 16/18) dan berikan ringer laktat atau garam fisiologis (NS) dengan tetesan 125 cc/jam 3. Segera rujuk ke RS rujukan 4. Dampingi ke tempat rujukan. Berikan dukungan serta semangat
Tekanan darah lebih dari 160/110, dan atau terdapat protein dalam urin (pre eklamsia berat)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan ibu miring kiri 2. Pasang infus menggunakan jarum berdiameter besar (ukuran 16/18) dan berikan ringer laktat atau garam fisiologis (NS). 3. Berikan dosis awal 4 g MgSO₄ atau 40% IV (5-8 menit) 4. Segera rujuk ibu ke RS rujukan 5. Dampingi ke tempat rujukan. Berikan dukungan serta semangat
Tinggi fundus 40 cm atau lebih (Makrosomia, polihidramniosisi dan kehamilan ganda)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Segera rujuk ibu ke fasilitas yang mampu melakukan seksio sesaria 2. Dampingi ke tempat rujukan. Berikan dukungan serta semangat <p>Alasan: <i>polihidramnion berkaitan dengan kelainan pada bayi dan makrosomia berkaitan dengan distosia bahu, atonia uteri, hipoglikemia, dan robekan jalan lahir.</i></p>
Djj kurang dari 100 atau lebih dari 180 kali per menit pada dua kali penilaian dengan jarak 5 menit (Gawat janin)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan ibu miring kiri, beri oksigen, dan anjurkan untuk bernafas secara teratur. 2. Pasang infus menggunakan jarum berdiameter besar (ukuran 16/18) dan berikan ringer laktat atau garam fisiologis (NS) dengan tetesan 125 cc/jam. 3. Segera rujuk ibu ke RS Rujukan 4. Dampingi ke tempat rujukan.

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
Primipara dalam fase aktif kala satu persalinan dengan penurunan kepala janin 5/5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan ibu miring kiri. 2. Segera rujuk ibu ke fasilitas yang mampu melakukan seksio sesarea 3. Dampingi ke tempat rujukan. Berikan dukungan dan semangat.
Presentasi bukan belakang kepala (sungsang, letak lintang, dll)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan ibu miring kiri. 2. Segera rujuk ibu ke RS rujukan 3. Dampingi ibu ke tempat rujukan. Berikan dukungan serta semangat.
Presentasi ganda (majemuk) (adanya bagian lain dari janin. Misalnya : lengan atau tangan, bersamaan dengan presentasi belakang kepala)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan ibu dengan posisi lutut menempel ke dada atau miring ke kiri. 2. Segera rujuk ibu ke RS rujukan. 3. Dampingi ibu ke tempat rujukan. Berikan dukungan dan semangat.
Tanda dan gejala fase laten berkepanjangan: Dilatasi < 4 cm pada > 8 jam Kontraksi > 2 dalam 10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Segera rujuk ibu ke RS rujukan 2. Dampingi ke tempat rujukan. Berikan dukungan serta semangat
Tanda dan gejala syok :	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan ibu miring kiri. 2. Naikkan kedua tungkai lebih tinggi dari kepala. 3. Pasang infus menggunakan jarum berdiameter besar (ukuran 16/18) dan berikan ringer laktat atau garam fisiologis (NS) . infuskan 1 liter dalam waktu 15-20 menit : dilanjutkan dengan 2 liter dalam satu jam pertama, kemudian turunkan tetesan menjadi 125 ml/jam. 4. Segera rujuk ibu ke RS rujukan
1. Nadi cepat, lemah (> 100 x/menit)	
2. Tekanan darah menurun (sistolik kurang dari 90 mmHg)	
3. Pucat	
4. Berkeringat atau kulit lembab, dingin	
5. Nafas cepat (lebih dari 30 kali per menit)	
6. Delirium atau tidak sadar	
7. Produksi urin sedikit (kurang dari 30 ml per jam)	<ol style="list-style-type: none"> 4. Segera rujuk ibu ke RS rujukan Dampingi ke tempat rujukan. Berikan dukungan serta semangat
Tanda dan gejala belum inpartu :	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anjurkan ibu untuk minum dan makan 2. Anjurkan ibu untuk bergerak bebas 3. Anjurkan ibu pulang jika kontraksi hilang dan dilatasi tidak ada kemajuan, ibu dan bayi (DJJ), beri nasehat agar: <ol style="list-style-type: none"> a. Cukup makan dan minum b. Kembali jika frekuensi dan lama kontraksi meningkat.
1. Frekuensi kontraksi kurang dari 2 kali dalam 10 menit dan lamanya kurang dari 20 detik	
2. Tidak ada perubahan pada serviks dalam waktu 1-2 jam	
Tanda dan gejala inpartu lama :	<ol style="list-style-type: none"> 1. Segera rujuk ibu ke fasilitas yang memiliki penatalaksanaan gawat darurat obstetri. 2. Dampingi ke tempat rujukan. Berikan dukungan serta semangat.
1. Pembukaan serviks mengarah ke sebelah kanan garis waspada (partograf)	

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
2. Pembukaan serviks kurang dari 1 cm per jam.	
3. Frekuensi, kontraksi kurang dari 2 kali dalam 10 menit. Dan lamanya kurang dari 40 detik.	

Sumber: Affandi, 2017

Tabel 2.5 Indikasi untuk Tindakan dan Rujukan pada Kala II

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
Tanda dan gejala syok:	1. Baringkan miring kekiri
1. Nadi cepat(100x/menit atau lebih)	2. Naikkan kedua kaki untuk meningkatkan aliran darah jantung
2. Tekanan darah rendah (sistolik <90 mmHg)	3. Pasang infus menggunakan jarum diameter besar (ukuran 16/18) dan berikan RL dan NS infuskan satu L dalam 15-20 menit: jika mungkin infuskan 2 liter dalam satu jam pertama, kemudian 125/jam
3. Pucat pasi	4. Segera rujuk ke rumah sakit PONEK
4. Berkeringat atau dingin, kulit lembab	5. Dampingi ibu ketempat rujukan
5. Nafas cepat (>30x/menit)	
6. Produksi urin sedikit (<30 cc/jam)	
Tanda atau gejala dehidrasi:	1. Anjurkan untuk minum
1. Nadi cepat (100x/menit atau lebih)	2. Nilai ulang setiap 30 menit (menurut pedoman di partograf). Jika kondisinya tidak membaik dalam waktu 1 jam, pasang infus menggunakan jarum diameter besar (ukuran 16/18) dan berikan RL atau NS 125 cc/jam
2. Urin pekat	3. Segera rujuk ke rumah sakit PONEK
3. Produksi urin(>30cc/jam)	4. Dampingi ibu ketempat rujukan
Tanda atau gejala infeksi:	1. Baringkan miring kekiri
1. Nadi cepat (110x/menit atau lebih)	2. Pasang infus menggunakan diameter besar (ukuran 16/18) dan berikan RL dan NS 125cc/jam
2. Suhu lebih >38oC	3. Berikan ampisilin 2 gram atau amoksisilin 2 gram/oral
3. Menggigil	4. Segera rujuk ke rumah sakit PONEK
4. Air ketuban atau cairan vagina yang berbau	5. Dampingi ibu ketempat rujukan
Tanda atau gejala preeklamsi:	1. Baringkan miring kekiri
1. Tekanan darah diastolic 90-110 mmHg	2. Pasang infus menggunakan diameter besar (ukuran 16/18) dan berikan RL dan NS 125cc/jam
2. Protein urinaria hingga 2+	

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
Tanda atau gejala preeklamsi berat atau eklamsi:	<ol style="list-style-type: none"> 3. Berikan ampisilin 2 gram atau amoksisilin 2 gram/oral 4. Segera rujuk ke rumah sakit PONEK 5. Dampingi ibu ketempat rujukan
<ol style="list-style-type: none"> 1. Tekanan darah diastolic 110 mmHg atau lebih 2. Tekanan darah diastolic 90 mmHg atau lebih dengan kejang 3. Nyeri kepala 4. Gangguan penglihatan 5. Kejang (eklamasi) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baringkan miring ke kiri. 2. Pasang infus dengan menggunakan jarum diameter besar (ukuran 16/18) dan berikan RL atau NS 125 cc/jam. 3. Berikan dosis awal 4 G MgSO₄ 40% IV dengan kecepatan 0,5-1 G/menit. 4. Berikan dosis pemeliharaan MgSO₄ 40%, 1 G per jam segera rujuk ke RS PONEK. 5. Dampingi ibu ketempat rujukan.
Tanda-tanda inersia uteri:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anjurkan untuk mengubah posisi dan berjalan-jalan. 2. Anjurkan untuk minum. 3. Jika selaput ketuban masih utuh dan pembukaan >6 cm lakukan amniotomi (gunakan setengah kocher DTT) 4. Stimulasi puting susu. 5. Kosongkan kandung kemihnya. 6. Jika bayi tidak lahir setelah 2 jam meneran (primigravida) atau 1 jam (multigravida), segera rujuk ke fasilitas kesehatan rujukan.
<ol style="list-style-type: none"> 1. Kurang dari 3 kontraksi dalam waktu 10 menit, lama kontraksi kurang dari 40 detik 	<ol style="list-style-type: none"> 3. Jika selaput ketuban masih utuh dan pembukaan >6 cm lakukan amniotomi (gunakan setengah kocher DTT) 4. Stimulasi puting susu. 5. Kosongkan kandung kemihnya. 6. Jika bayi tidak lahir setelah 2 jam meneran (primigravida) atau 1 jam (multigravida), segera rujuk ke fasilitas kesehatan rujukan. 7. Dampingi ibu ketempat rujukan.
Tanda-tanda inersia uteri:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nilai ulang DJJ selama 5 menit: <ol style="list-style-type: none"> a. Jika DJJ normal, minta ibu kembalimeneran dan pantau DJJ setelah setiap kontraksi. Pastikan ibu tidak berbaring terlentang dan tidak menahan nafasnya saat meneran. b. Jika DJJ abnormal, rujuk ibu ke fasilitas yang memiliki kemampuan penatalaksanaan gawat darurat obstetri dan bayi baru lahir 2. Dampingi ibu ketempat rujukan
Tanda awal gawat janin DJJ kurang dari 100 atau lebih 180 x/menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Minta ibu meneran jongkok/berdiri. 2. Jika penurunan kepala di partograf melewati garis waspada, pembukaan dan kontraksi memadai maka rujuk pasien ke fasilitas rujukan. 3. Dampingi ibu ketempat rujukan
Kepala bayi tidak turun	<ol style="list-style-type: none"> 1. Minta ibu meneran jongkok/berdiri. 2. Jika penurunan kepala di partograf melewati garis waspada, pembukaan dan kontraksi memadai maka rujuk pasien ke fasilitas rujukan. 3. Dampingi ibu ketempat rujukan

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
<p>Tanda-tanda distosia bahu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kepala bayi tidak melakukan putar paksi luar. 2. Kepala bayi keluar kemudian tertarik kembali kedalam vagina (kepala'kura-kura') Bahu bayi tidak dapat lahir 	<p>Lakukan tindakan dan upaya lanjut (tergantung hasil tindakan yang dilakukan):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Prasat Mc Robert 2. Prolong Mc Robert (menungging) 3. Anterior dysimpact 4. Perasat Corkscrew dari Wood 5. Perasat Schwartz-Dixon
<p>Tanda-tanda lilitan tali pusat:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tali pusat melilit leher bayi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jika tali pusat melilit longgar dileher bayi, lepaskan melewati kepala bayi. 2. Jika tali pusat melilit erat dileher bayi, lakukan penjepitan tali pusat dengan klem didua tempat kemudian potong diantaranya, kemudian lahirkan bayi dengan segera.
<p>Tanda-tanda cairan ketuban bercampur meconium:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cairan ketuban berwarna hijau (mengandung meconium) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nilai DJJ: <ol style="list-style-type: none"> a. Jika DJJ normal, minta ibu kembali meneran dan pantau DJJ setelah setiap kontraksi. Pastikan ibu tidak berbaring terlentang dan tidak menahan nafasnya saat meneran. b. Jika DJJ tidak normal, tangani sebagai gawat janin (lihat diatas). Setelah bayi lahir, lakukan penilaian segera dan bila bayi tidak bernafas maka hisap lendir dimulut kemudian hidung bayi dengan penghisap lendir DeLee DTT/steril) atau bola karet (penghisap (baru dan bersih). Lakukan tindakan lanjutan sesuai dengan hasil penelitian. 2. Nilai DJJ, jika ada: <ol style="list-style-type: none"> a. Segera rujuk kefasilitas kesehatan rujukan. b. Dampingi ibu ketempat rujukan. c. Posisikan ibu seperti sujud dan dada menempel pada kasur/brancrat atau isi kandung kemih dengan larutan NS 0,9/air steril sekitar 150-200 ml kemudian klem ujung kateter dan tinggikan bokong sambil ibu miring ke kiri agar kepala bayi agar tidak menekan tali pusat dan tangan lain di abdomen untuk menahan bayi pada posisinya (keluarga dapat membantu melakukannya). 3. Jika DJJ tidak ada: <ol style="list-style-type: none"> a. Beritahukan ibu dan keluarganya.
<p>Tanda-tanda cairan ketuban bercampur meconium:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cairan ketuban berwarna hijau (mengandung meconium) 	

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
Kehamilan tak terdeteksi	<p>b.Lahirkan bayi dengan cara yang paling aman.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nilai DJJ. 2. Jika bayi kedua presentasi kepala dan kepala segera turun, lahirkan seperti bayi pertama. 3. Jika kondisi diatas tidak terpenuhi, baringkan ibu miring kekiri. 4. Segera rujuk ibu ke RS PONEK. 5. Dampingi ibu ketempat rujukan.

Sumber: Affandi, 2017

Tabel 2.6 Indikasi untuk Tindakan dan Rujukan pada Kala III dan IV

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
<p>Tanda atau gejala retensio plasenta:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Plasenta tidak lahir setelah 30 menit sejak bayi dilahirkan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jika tampak plasenta, lakukan penegangan plasenta terkendali dan tekanan dorso kranial pada uterus, minta ibu meneran agar plasenta dapat dilahirkan. 2. Setelah plasenta: lakukan masase pada uterus dan periksa plasenta (dijelaskan di awal bab ini). <p style="text-align: center;">ATAU</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lakukan periksa dalam jika plasenta ada di vagina, keluarkan dengan cara menekan dorso kranial pada uterus. 2. Jika plasenta masih didalam uterus dan perdarahan minimal, berikan oksitosin 10 unit IM, pasang infus menggunakan jarum 16 atau 18 dan berikan RL atau NS <ol style="list-style-type: none"> a. Segera rujuk ke RS PONEK b. Dampingi ibu ke tempat rujukan 3. Jika retensio plasenta diikuti dengan perdarahan hebat, pasang infus (gunakan jarum 16 atau 18), guyur RL atau NS dan 20 unit oksitosin 30 tetes permenit <ol style="list-style-type: none"> a. Lakukan plasenta manual dan asuhan lanjutan b. Bila syarat untuk plasenta manual tidak terpenuhi atau petugas tidak kompeten maka segera rujuk ibu ke RS PONEK. c. Dampingi ibu ke tempat rujukan 4. Tawarkan bantuan walaupun ibu ditangani oleh RS rujukan
<p>Tanda atau gejala avulsi (putus):</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nilai kontraksi melalui palpasi uterus 2. Minta ibu meneran jika ibu ada kontraksi

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
1. Talipusat putus 2. Plasenta tidak lahir	3. Lahirkan plasenta dengan PTT dan tekanan dorso kranial 4. Lakukan masase setelah plasenta lahir 5. Jika setelah 30 menit bayi lahir dan MAK III maka tangani sebagai retensio plasenta
Tanda atau gejala atonia uteri: 1. Perdarahan pasca persalinan 2. Uterus lembek dan tidak berkontraksi	1. Perdarahan yang menyertai uterus tidak berkontraksi harus ditatalaksana sebagai atonia uteri
Tanda atau gejala bagian plasenta yang tertahan: 1. Tepi lateral plasenta tidak dapat diraba atau dikenali 2. Selaput ketuban tidak lengkap 3. Perdarahan pasca persalinan 4. Uterus berkontraksi	1. Lakukan periksa dalam keluarkan selaput ketuban dan bekuan darah yang mungkin masih tertinggal 2. Lakukan masase uterus. Jika ada perdarahan hebat dan uterus berkontraksi baik, periksa adanya separasi parsial atau robekan jalan lahir.
Tanda atau gejala robekan vagina, perineum atau servik 1. Perdarahan pasca persalinan 2. Plasenta lengkap 3. Uterus berkontraksi	1. Lakukan pemeriksaan jalan lahir 2. Jika terjadi laserasi derajat 1 atau 2 lakukan penjahitan 3. Jika terjadi laserasi derajat 3 atau 4 atau robekan serviks: a. Pasang infus dengan jarum 16 atau 18 dan berikan RL atau NS. b. Segera rujuk ibu ke RS PONEK 4. Dampingi ibu ke tempat rujukan.
Tanda atau gejala syok: 1. Nadi cepat, lemah (lebih dari 100x/menit) 2. Sistolik kurang dari 90 mmHg 3. Pucat 4. Keringat dingin, kulit lembab 5. Nafas cepat lebih dari 30x/menit 6. Delirium atau tidak sadar 7. Produksi urine kurang dari 20 cc/jam	1. Baringkan miring kiri 2. Naikkan kedua tungkai (posisi syok) 3. Pasang infus dengan jarum 16 atau 18, berikan RL atau NS infuskan 1 L dan 15 sampai 20 menit lanjutkan hingga 2 L kemudian 500 cc per jam 4. Jika temperatur tubuh tetap tinggi, ikuti asuhan untuk infeksi 5. Segera rujuk ke RS PONEK 6. Dampingi ibu ketempat rujukan
Tanda atau gejala dehidrasi: 1. Nadi lebih dari 100x/menit 2. Temperatur lebih dari 38°C 3. Urine pekat	1. Anjurkan ibu untuk minum 2. Nilai kondisi setiap 15 menit (jam pertama) dan setiap 30 menit (jam kedua) pasca persalinan 3. Jika dalam jam pertama kondisi tidak membaik, pasang infus (jarum 16 atau

Temuan-temuan anamnesis dan atau pemeriksaan	Rencana untuk asuhan atau perawatan
4. Produksi urine sedikit (20 cc/jam)	18) dan RL atau NS 500 cc/jam Jika temperatur ibu tetap tinggi, ikuti asuhan untuk infeksi
Tanda atau gejala infeksi :	4. Segera rujuk ke RS PONEK
1. Nadi lebih dari 100x/menit	5. Dampingi ibu ke tempat rujukan.
2. Temperatur tubuh lebih dari 38°C	1. Baringkan miring ke kiri
3. Keringat dingin	2. Pasang infus dengan jarum 16 atau 18, berikan RL atau NS 500 cc/jam
4. Lochea berbau	3. Berikan ampisilin atau amoxicilin 2 G/ oral
Tanda gejala preeklamsia ringan:	4. Segera rujuk ke RS PONEK Dampingi ibu ke tempat rujukan.
1. Tekanan darah diastolik 90-110 mmHg	1. Nilai TD setiap 15 menit (pada saat beristirahat diantara kontraksi dan meneran).
2. Proteinuria	2. Jika diastolik > 110 mmHg, pasang infus, berikan RL/NS 100 cc/jam
	3. Baringkan miring ke kiri
	4. MgSO ₄ 4 G dilanjutkan 1 G per jam dan nefidipin 10 mg Rujuk ke RS PONEK
Tanda dan gejala preeklamsia berat atau eklamsia:	1. Baringkan miring ke kiri
1. Sistolik > 160 mmHG	2. Pasang infus dan berikan RL/NS 100 cc/jam
2. Diastolik 110 mmHG	3. 20 cc MgSO ₄ 20 % IV 8-10 menit dan lanjutkan dengan MgSO ₄ 1 g/jam melalui infus
3. Kejang	Se segera rujuk ke RS PONEK.
Tanda dan gejala kandung kemih penuh:	1. Kosongkan kandung kemih.
1. Teraba bantalan air suprasymphisis	2. Masase uterus hingga berkontraksi baik
2. Tinggi fundus diatas pusat	3. Jika tidak dapat berkemih, kateterisasi dengan teknik aseptik
3. Uterus terdorong kekanan	4. Kemudian dengan massage uterus hingga berkontraksi baik.
	5. Jika ibu mengalami perdarahan, periksa penyebabnya.

Sumber: Affandi, 2017

PENAPISAN IBU BERSALIN

DETEKSI KEMUNGKINAN KOMPLIKASI GAWAT DARURAT

	Ya	Tdk
1 Riwayat bedah sesar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Perdarahan pervaginam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Persalinan kurang bulan (< 37 mg)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Ketuban pecah dengan mekonium yang kental	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Ketuban pecah lama (lebih 24 jam)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Ketuban pecah pada persalinan kurang bulan (< 27 mg)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Ikterus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Anemi berat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Tanda / gejala infeksi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Pre eklamsi / hipertensi dalam kehamilan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Tfu 40 cm atau lebih	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Gawat janin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Premi para fase aktif dengan palpasi kepala janin masih 5/5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Presentasi bukan Belakang Kepala	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Presentasi ganda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Kehamilan gemeli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 Tali pusat menumbung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 Syok	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Gambar 2.6 Penapisan

Sumber :Affandi, 2017

2. Observasi

LEMBAR OBSERVASI

A. MASUK KAMAR BERSALIN ANAMNESE

Tgl Jam :

His mulai tgl Jam :

Darah

Lendir

Ketuban pecah / belum

keluhan lain

B. KEADAAN UMUM

Tensi

Suhu/ Nadi

Oedema

Lain-lain

C. PEMERIKSA OBSTETRI

1. Palpasi

2. Djj

3. His 10" x, lama detik

4. VT. Tgl Jam :

5. Hasil

6. Pemeriksa

S :

O :

A :

P :

OBSERVASI KALA I (Fase laten 0 < 4 CM)

Tanggal	Jam	His dalam 10"		Djj	Tensi	Suhu	Nadi	VT	Keterangan
		Berapa kali	Lamanya						

Gambar 2.7 Halaman Depan Lembar Observasi

Sumber :Affandi, 2017

OBSERVASI LANJUTAN

Tanggal	Jam	His dalam 10"		Djj	Tensi	Suhu	Nadi	VT	Keterangan
		Berapa kali	Lamanya						

Gambar 2.8 Halaman Belakang Lembar Observasi

Sumber :Affandi, 2017

3. Partograf

Menurut Affandi (2017), partograf adalah alat bantu untuk memantau (DJJ, pembukaan, His, Nadi, TTV, jumlah urine yang dikeluarkan) pada kala satu persalinan dan informasi untuk membuat keputusan klinik. Tujuan utama dari penggunaan partograf adalah untuk:

- a. Mencatat hasil observasi dan kemajuan persalinan dengan menilai pembukaan serviks melalui pemeriksaan dalam.
- b. Mendeteksi apakah proses persalinan berjalan secara normal. Dengan demikian juga dapat mendeteksi secara dini kemungkinan terjadinya partus lama.
- c. Data pelengkap yang terkait dengan pemantauan kondisi ibu, kondisi bayi, grafik proses persalinan, bahan dan medikamentosa yang diberikan, pemeriksaan laboratorium, membuat keputusan klinik dan asuhan atau tindakan yang diberikan dimana semua itu dicatat secara rinci pada status atau rekam medik ibu bersalin dan bayi baru lahir.

Jika digunakan dengan tepat dan konsisten, partograf akan membantu penolong persalinan untuk:

- a. Mencatat kemajuan persalinan.
- b. Mencatat kondisi ibu dan janin.
- c. Mencatat asuhan yang diberikan selama persalinan dan kelahiran.
- d. Menggunakan informasi yang tercatat untuk identifikasi dini penyulit persalinan.
- e. Menggunakan informasi yang tersedia untuk membuat keputusan klinik yang sesuai dengan tepat waktu.

Partograf harus digunakan:

- a. Untuk semua ibu dalam fase aktif kala I persalinan dan merupakan elemen penting dari asuhan persalinan.
- b. Selama persalinan dan kelahiran bayi di semua tempat.
- c. Secara rutin oleh semua penolong persalinan yang memberikan asuhan persalinan kepada ibu dan proses kelahiran bayinya.

Penggunaan partograf secara rutin dapat memastikan bahwa ibu dan bayinya mendapatkan asuhan yang aman, adekuat dan tepat waktu serta membantu

mencegah terjadinya penyulit yang dapat mengancam keselamatan jiwa mereka.

PARTOGRAF

No. Register Nama Ibu: _____ Umur : ____ (G : ____ P : ____ A : ____)

No. Puskesmas Tanggal : _____ Jnm : _____

Ketuban pecah Sejak jam _____ mules sejak jam _____

Deayer Jantung Janina (____menit)

Alir Ketuban pengalupan

Pembukaan serviks (cm beri titik X)
Tunjangan Kepala ibu (tanda O)

Kontraksi dnp 10 menit

Oksitasi U/L Tetes / menit

Dekat dan Celeman IV Nadi Tekanan darah Suhu °C

Urine Protein Aseton Viskozitas Makanan Minuman

Kondisi Janin
Kunjungan Persalinan
Kondisi Ibu

Gambar 2.9 Halaman Depan Partograf
Sumber : Affandi, Asuhan Persalinan Normal, 2017

CATATAN PERSALINAN

1. Tanggal :
2. Nama Bidan :
3. Tempat Persalinan :
 - Rumah Ibu
 - Polindes
 - Rumah Sakit
 - Puskesmas
 - Klinik Swasta
 - Lainnya :
4. Alamat tempat persalinan :
5. Catatan , Rujuk, Kala : I /II / III / IV
6. Alasan Merujuk :
7. Tempat rujukan :
8. Tanggal Rujukan :
9. Pendamping saat merujuk :
 - Bidan
 - Teman
 - Suami
 - Dukun
 - Keluarga
 - Tidak ada
10. Masalah dalam kehamilan / persalinan ini :
 - Gawat darurat
 - Pendarahan
 - HDK
 - Infeksi
 - PMTCT

KALA I

11. Partograph melewati garis waspada : Y/T
12. Masalah lain, Sebutkan :
13. Penatalaksanaan masalah tsb :
14. Hasilnya :

KALA II

15. Episiotomi
 - Ya, indikasi
 - Tidak
16. Pendamping pada saat Persalinan :
 - Teman
 - Suami
 - Dukun
 - Keluarga
 - Tidak ada
17. Gawat Janin
 - Ya, Tindakan yang dilakukan :
 - a.
 - b.
 - Tidak
 - Pemantauan DJJ setiap 5- 10 Menit selama KALA II, Hasil :
18. Distosia Bahu
 - Ya, Tindakan yang dilakukan :
 - Tidak
19. Masalah lain, Penatalaksanaan masalah tsb :
20. Hasilnya :

KALA III

21. Inisiasi menyusu dini :
 - Ya
 - Tidak, Alasan :
22. Lama Kala III : Menit
23. Pemberian Oksitosin 10 U IM ?
 - Ya , Waktu : Menit sesudah persalinan
 - Tidak, alasan :
 - Penjepit tali pusar Menit Setelah bayi lahir
24. Pemberian Ulang Oksitosin (2X)?
 - Ya, alasan :
 - Tidak

TABEL PEMANTAUAN KALA IV

Jam ke	Waktu	Tekanan Darah	Nadi	Suhu	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Darah yang keluar
1								
2								

Masalah kala IV :

Penatalaksanaan yang dilakukan untuk masalah tersebut :

25. Penegangan tali pusar terkendali ?
 - Ya
 - Tidak, alasan :
26. Masase Fundus Uteri ?
 - Ya
 - Tidak, Alasan :
27. Plasenta lahir lengkap (intact) Ya/ Tidak
 - Jika tidak lengkap tindakan yang dilakukan :
 - a.
 - b.
28. Plasenta tidak lahir > 30 Menit :
 - Tidak
 - Ya, Tindakan
29. Laserasi
 - Ya, Dimana
 - Tidak
30. Jika Laserasi perinium , derajat : 1/2/3/4
 - Tindakan :
 - Penjahitan, Dengan / Tanpa Anestesi
 - Tidak dijahit, Alasan
31. Atoni Uteri :
 - Ya, Tindakan
 - Tidak
32. Jumlah darah yang keluar / Pendarahan :
33. Masalah dan penatalaksanaan masalah tersebut :

Hasilnya :

KALA IV

34. Kondisi ibu : KU :, TD :, mmHg, Nadi : ... x/mnt, Nafas : ... x/mmHg
35. Masalah dan Penatalaksanaan Masalah

BAYI BARU LAHIR

36. Berat Badan Gram
37. Panjang Badan Cm
38. Jenis Kelamin : L/P
39. Penilaian bayi baru lahir : baik / Ada penyulit
40. Bayi lahir :
 - Normal, Tindakan :
 - Meringinkan
 - Menghangatkan
 - Rangsangan taktil
 - Memastikan IMD atau naluri menyusu segera
 - Asfiksia ringan / pucat / biru / lemas, Tindakan :
 - Meringinkan
 - Rangsang taktil
 - Bebaskan jalan nafas, Sebutkan
 - Pakaian / selimut bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - Cacat bawaan, sebutkan
 - Hipotermi, Tindakan :
 - a.
 - b.
 - c.
41. Pemberian ASI setelah jam pertama bayi lahir
 - Ya, Waktu : Jam setelah bayi lahir
 - Tidak, Alasan
42. Masalah lain, Sebutkan :

Hasilnya :

Gambar 2.10 Halaman Belakang Partograf

Sumber : Affandi, Asuhan Persalinan Normal, 2017.

2.3.5 Proses Persalinan

Menurut Affandi (2017) ada 4 kala dalam persalinan, adalah sebagai berikut:

1. Kala I

Persalinan dimulai sejak terjadinya kontraksi uterus yang teratur dan meningkat (frekuensi dan kekuatannya) hingga serviks membuka lengkap (10 cm). Kala satu persalinan terdiri atas dua fase, yaitu fase laten dan fase aktif.

a. Fase Laten

- 1) Dimulai sejak awal berkontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks secara bertahap.
- 2) Berlangsung hingga serviks membuka kurang dari 4 cm.
- 3) Pada umumnya, fase laten berlangsung hampir atau hingga 8 jam.

b. Fase Aktif

- 1) Frekuensi dan lama kontraksi uterus akan meningkat secara bertahap (kontraksi dianggap adekuat/memadai jika terjadi tiga kali atau lebih dalam waktu 10 menit, dan berlangsung selama 40 detik atau lebih).
- 2) Dari pembukaan 4 cm hingga mencapai pembukaan lengkap atau 10 cm, akan terjadi dengan kecepatan rata-rata 1 cm per jam (nullipara atau primigravida) atau lebih dari 1 cm hingga 2 cm (multipara).
- 3) Terjadi penurunan bagian terbawah janin.

2. Kala II

Persalinan dimulai ketika pembukaan serviks sudah lengkap (10 cm) dan berakhir dengan lahirnya bayi. Kala dua juga disebut sebagai kala pengeluaran bayi. Tanda dan gejala kala dua persalinan adalah:

- a. Ibu merasakan ingin meneran bersamaan dengan terjadinya kontraksi.
- b. Ibu merasakan adanya peningkatan tekanan pada rectum dan/atau vaginanya.
- c. Perineum menonjol.
- d. Vulva-vagina dan sfingter ani membuka.
- e. Meningkatnya pengeluaran lendir bercampur darah.

Tanda pasti kala II ditentukan melalui periksa dalam yang hasilnya adalah pembukaan serviks telah lengkap, atau terlihatnya bagian kepala bayi melalui introitus vagina.

3. Kala III

Persalinan dimulai setelah lahirnya bayi dan berakhir dengan

- a. Lahirnya plasenta dan selaput ketuban.
 - 1) Tanda-tanda lepasnya plasenta
 - 2) Perubahan bentuk dan tinggi fundus
 - 3) Tali pusat memanjang
 - 4) Semburan darah mendadak dan singkat
- b. Manajemen Aktif Kala III (MAK III) terdiri dari tiga langkah utama yaitu:
 - 1) Pemberian suntikan Oksitosin dalam 1 menit pertama setelah bayi lahir
 - 2) Melakukan penegangan tali pusat terkendali
 - 3) Masase fundus uteri

Keuntungan dari manajemen aktif kala III yaitu persalinan kala III lebih singkat, mengurangi jumlah kehilangan darah, dan mengurangi kejadian retensio plasenta.

4. Kala IV

Dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir dua jam setelah itu. Observasi yang dilakukan pada kala IV adalah:

- a. Tingkatkan kesadaran
- b. Pemeriksaan tanda – tanda vital, tekanan darah, nadi dan pernafasan, tali pusat, kontraksi uterus, Perdarahan dikatakan normal jika tidak melebihi 500 cc. Rata-rata perdarahan normal adalah 250 cc
- c. Pengkajian dan penjahitan setiap laserasi atau episiotomi.

2.3.6 Mekanisme Persalinan

Pada minggu – minggu terakhir kehamilan, segmen bawah rahim meluas untuk menerima kepala janin terutama pada primi dan juga pada multi pada saat-saat partus mulai. Untunglah, bahwa hampir 90% janin adalah letak kepala. Pada letak belakang kepala (LBK) dijumpai pula:

1. Ubun-ubun kecil kiri depan = 58%
2. Ubun-ubun kecil kanan depan = 23%

3. Ubun-ubun kecil kanan belakang = 11%
4. Ubun-ubun kecil kiri belakang = 8%

Kenapa lebih banyak letak kepala, dikemukakan 2 teori :

- a. Teori akomodasi : bentuk rahim memungkinkan bokong dan ekstremitas yang volumenya besar berada diatas, dan kepala dibawah di ruangan yang lebih sempit.
- b. Teori gravitasi : karena kepala relative besar dan berat, maka akan turun kebawah. Karena his yang kuat, teratur, dan sering, maka kepala janin turun memasuki pintu atas panggul (*engagement*) karena menyesuaikan diri dengan jalan lahir, kepala bertambah menekuk (fleksi maksimal), sehingga lingkaran kepala yang memasuki panggul dengan ukuran yang terkecil :
- c. Diameter suboccipito-bregmatika = 9,5 cm
- d. Sirkumferensia suboccipito-bregmatika = 32 cm

Selanjutnya, turunnya kepala janin adalah seperti skema dibawah ini

Tabel 2.7 Mekanisme Turunnya Kepala Janin

Tahap	Peristiwa
Kepala terfiksir pada atas panggul (<i>engagement</i>)	Sinklitismus
Turun (<i>descent</i>)	Asinklitismus posterior (litzman)
Fleksi	Asinklitismus anterior (naegele)
Fleksi maksila	Sinklitismus
Rotasi internal Ekstensi	Putar paksi dalam didasar panggul. Terjadi : moulage kepala janin, ekstensi, hipomoglion : uuk dibawah symphysis
Ekspulsi kepala janin	Berturut-turut lahir: uub, dahi, muka, dagu
Rotasi eksterna	Putar paksi luar (restitusi)
Ekspulsi total	Cara melahirkan : bahu depan, bahu belakang, seluruh badan dan ektremitas.

Sumber: Mochtar, 2015

2.3.7 Perubahan Fisik dan Psikologi Persalinan

Menurut Prawirohardjo (2016), perubahan fisik persalinan adalah :

1. Uterus

Selama persalinan, uterus berubah bentuk menjadi dua bagian yang berbeda. Segmen atas yang berkontraksi secara aktif menjadi lebih tebal ketika persalinan berlangsung. Bagian bawah relatif lebih pasif dibanding

dengan segmen atas, dan bagian ini berkembang menjadi jalan lahir yang berdinding jauh lebih tipis.

Dengan palpasi abdomen kedua segmen dapat dibedakan ketika terjadi kontraksi, sekalipun selaput ketuban belum pecah. Segmen atas uterus cukup kencang atau keras, sedangkan konsistensi segmen bawah uterus jauh kurang kencang. Segmen atas uterus merupakan bagian uterus yang berkontraksi secara aktif, segmen bawah adalah bagian yang diregangkan, normalnya jauh lebih pasif.

Setiap kontraksi menghasilkan pemanjangan uterus berbentuk ovoid disertai pengurangan diameter horizontal. Dengan perubahan bentuk ini, ada efek-efek penting pada proses persalinan.

- a. Pengurangan diameter horizontal menimbulkan pelurusan columna vertebralis janin, dengan menekankan kutub atasnya rapat-rapat terhadap fundus uteri, sementara kutub bawah didorong lebih jauh ke bawah dan menuju ke panggul. Pemanjangan janin berbentuk ovoid yang ditimbulkannya diperkirakan telah mencapai antara 5 sampai 10 cm, tekanan yang diberikan dengan cara ini dikenal sebagai tekanan sumbu janin.
 - b. Dengan memanjangnya uterus, serabut longitudinal ditarik tegang dan karena segmen bawah dan serviks merupakan satu-satunya bagian uterus yang fleksibel, bagian ini ditarik ke atas pada kutub bawah janin. Efek ini merupakan faktor yang penting untuk dilatasi serviks pada otot-otot segmen bawah dan serviks.
2. Serviks

Tenaga yang efektif pada kala satu persalinan adalah kontraksi uterus, yang selanjutnya akan menghasilkan tekanan hidrostatik ke seluruh selaput ketuban terhadap serviks dan segmen bawah uterus. Bila selaput ketuban sudah pecah, bagian terbawah janin dipaksa langsung mendesak serviks dan segmen bawah uterus.

Sebagai akibat kegiatan daya dorong ini, terjadi dua perubahan mendasar yaitu pendataran dan dilatasi pada serviks. Untuk lewatnya rata-rata kepala janin aterm melalui serviks harus dilebarkan sampai berdiameter sekitar 10 cm, pada saat ini serviks dikatakan telah membuka lengkap.

Pendataran serviks atau obliterasi adalah pemendekan saluran serviks dari panjang sekitar 2 cm menjadi hanya berupa muara melingkar dengan tepi hampir setipis kertas. Proses ini disebut sebagai pendataran (*effacement*) dan terjadi dari atas ke bawah. Serabut-serabut otot setinggi os serviks internum ditarik ke atas, atau dipendekkan, menuju segmen bawah uterus, sementara kondisi os eksternum untuk sementara tetap tidak berubah.

Dilatasi serviks, jika dibandingkan dengan korpus uteri, segmen bawah rahim dan serviks merupakan daerah yang resistensinya lebih kecil. Oleh karena itu, selama terjadi kontraksi, struktur-struktur ini mengalami peregangan, yang dalam prosesnya serviks mengalami tarikan sentrifugal. Ketika kontraksi uterus menimbulkan tekanan pada selaput ketuban, tekanan hidrostatik kantong amnion akan melebarakan saluran serviks.

Bila selaput ketuban sudah pecah, tekanan pada bagian terbawah janin terhadap serviks dan segmen bawah uterus juga sama efektifnya. Selaput ketuban yang pecah dini tidak mengurangi dilatasi serviks selama bagian terbawah janin berada pada posisi meneruskan tekanan terhadap serviks dan segmen bawah rahim.

3. Vagina dan dasar panggul

Jalan lahir disokong dan secara fungsional ditutup oleh sejumlah lapisan jaringan yang bersama-sama membentuk dasar panggul. Struktur yang paling penting adalah musculus levator ani dan fascia yang membungkus permukaan atas dan bawahnya, yang dapat dianggap sebagai dasar panggul. Ketebalan musculus levator ani bervariasi 3 sampai 5 mm meskipun rektum dan vagina agak tebal.

Pada kala I persalinan selaput ketuban dan bagian terbawah janin memainkan peran penting untuk membuka bagian atas vagina. Namun, setelah ketuban pecah, perubahan-perubahan dasar panggul seluruhnya dihasilkan oleh tekanan yang diberikan oleh bagian terbawah janin. Ketika perinium teregang maksimal, anus menjadi jelas membuka dan terlihat sebagai lubang berdiameter 2 sampai 3 cm dan dinding anterior rektum menonjol.

Menurut Manuaba (2010), perubahan psikologis dapat terjadi pada ibu dalam persalinan terutama pada ibu yang pertama kali melahirkan yaitu:

- a. Perasaan tidak enak
- b. Takut dan ragu akan persalinan yang akan dihadapi
- c. Menganggap persalinan sebagai cobaan
- d. Apakah penolong bisa bersikap sabar dan bijaksana dalam menolongnya
- e. Apakah bayinya normal apa tidak
- f. Apakah sanggup merawatbayinya
- g. Ibu merasa cemas

2.3.8 Kebutuhan Ibu Masa Persalinan

Menurut Affandi (2015), Kebutuhan Ibu masa persalinan adalah:

1. Mobilisasi

Anjurkan ibu untuk mencoba posisi-posisi yang nyaman selama persalinan dan melahirkan bayi serta anjurkan suami dan pendamping lainnya untuk membantu ibu berganti posisi. Ibu boleh berjalan, berdiri, duduk, jongkok, berbaring miring atau merangkak. Posisi tegak seperti berjalan, berdiri atau jongkok dapat membantu turunya kepala bayi dan seringkali memperpendek waktu persalinan. Memberitahukan pada ibu untuk tidak berbaring terlentang lebih dari 10 menit.

2. Pemberian Cairan dan Nutrisi

Anjurkan ibu untuk mendapat asupan (makanan ringan dan minum air) selama persalinan dan proses kelahiran bayi. Sebagian ibu masih ingin makan selama fase laten persalinan tetapi setelah memasuki fase aktif, mereka hanyaingin mengonsumsi cairan saja. Anjurkan agar anggota keluarga sesering mungkin menawarkan minum dan makanan ringan selama proses persalinan.

3. Personal Hygiene

Anjurkan ibu untuk mengosongkan kandung kemihnya secara rutin selama persalinan, ibu harus berkemih sedikitnya setiap 2 jam, atau lebih sering jika ibu merasa ingin berkemih atau jika kandung kemih terasa penuh. Periksa kandung kemih sebelum memeriksa denyut jantung janin, Anjurkan ibu untuk berkemih di kamar mandi atau lakukan kateterisasi.

WHO dan Asosiasi Rumah Sakit Internasional menganjurkan untuk tidak menyatukan ruang bersalin dengan kamar mandi atau toilet karena tingginya

frekuensi penggunaan, lalu lintas antarruang, potensi cemaran mikroorganisme, percikan air atau lantai yang basah akan meningkatkan risiko infeksi nosokomial terhadap ibu, bayi baru lahir dan penolong sendiri.

2.3.9 Tanda Bahaya Persalinan

Pada saat memberikan asuhan bagi ibu bersalin, penolong harus waspada terhadap timbulnya penyulit atau masalah. Ingat bahwa menunda pemberian asuhan kegawatdaruratan akan meningkatkan risiko kematian dan kesakitan ibu dan bayi baru lahir.

1. Tanda bahaya dan komplikasi pada kala I

Tanda bahaya dan komplikasi pada kala I menurut Affandi (2017) adalah:

- 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 $>38^{\circ}\text{C}$, menggigil, nyeri abdomen, cairan ketuban berbau).
- g. Tekanan darah lebih dari 160/110 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, dll).
- l. Presentasi ganda (majemuk).
- m. Tali pusat menumbung (jika tali pusat masih berdenyut).
- n. Syok (nadi cepat lemah lebih dari 110x/menit, tekanan darah sistolik menurun, pucat, berkeringat dingin, napas cepat lebih dari 30x/menit, produksi urin kurang dari 30 ml/jam).

- o. Fase laten berkepanjangan (pembukaan serviks kurang dari 4 cm setelah 8 jam, kontraksi teratur lebih dari 2 kali dalam 10 menit).
- p. Partus lama (pembukaan serviks mengarah ke sebelah kanan garis waspada, pembukaan serviks kurang dari 1 cm perjam, frekuensi kontraksi kurang dari 2 kali dalam 10 menit dan lamanya kurang dari 40 detik).

Tanda bahaya dan komplikasi kala II

Tanda bahaya dan komplikasi menurut Affandi (2017) adalah :

- a. Syok (Nadi cepat lemah atau lebih dari 100x/menit, tekanan darah sistolik kurang dari 90 mmHg, pucat pasi, berkeringat dingin, nafas cepat lebih dari 30x/menit, produksi urine sedikit kurang dari 30ml/jam).
- b. Dehidrasi (perubahan nadi 100x/menit atau lebih, urine pekat, produksi urin sedikit 30 ml/jam).
- c. Infeksi (Nadi cepat 110x/menit atau lebih, temperatur suhu $>38^{\circ}\text{C}$, menggigil, cairan ketuban berbau).
- d. Pre-eklampsia ringan (Tekanan darah diastolik 90-110 mmHg, proteinuria hingga 2+).
- e. Pre-eklampsia berat atau Eklampsia (Tekanan darah sistolic 110 mmHg atau lebih, tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih dengan kejang, nyeri kepala, gangguan penglihatan, dan kejang).
- f. Inersia uteri (kontraksi kurang dari 3x dalam waktu 10 menit lamanya kurang dari 40 detik).
- g. Gawat janin (djj kurang dari 120x/menit dan lebih dari 160x/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 menubung (tali pusat teraba atau terlihat saat periksa dalam).
- k. Lilitan tali pusat (tali pusat melilit leher bayi).

Tanda bahaya dan komplikasi pada kala III dan IV

Tanda bahaya dan komplikasi kala III dan IV menurut Affandi (2017) adalah:

- 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 massase uterus, perdarahan pasca persalinan).
- e. Robekan vagina, perineum atau serviks (perdarahan pasca persalinan, plasenta lengkap, uterus berkontraksi).
- f. Syok (nadi cepat lemah atau lebih dari 100x/menit, tekanan darah sistolik kurang dari 90 mmHg, pucat, berkeringat dingin, nafas cepat lebih dari 30x/menit, produksi urine sedikit kurang dari 30ml/jam).
- g. Dehidrasi (meningkatnya nadi lebih dari 100x/menit, temperature tubuh diatas 38°C, urine pekat, produksi urine sedikit 30ml/jam).
- h. Infeksi (nadi cepat 110 x/menit atau lebih, temperatur 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 Eklampsia (tekanan darah diastolik 110 mmHg atau lebih, tekanan diastolik 90 mmHg atau lebih dengan kejang).
- k. Kandung kemih penuh (bagian bawah uterus sulit dipalpasi, TFU diatas pusat, uterus terdorong/condong kesatu sisi).

2.3.10 Standar Asuhan Persalinan

Menurut Depkes RI (2012), meliputi 24 standar, terdapat 4 standar dalam standar pertolongan persalinan yang harus ditaati seorang bidan, yaitu :

1. Standar 9 : Asuhan Persalinan Kala I.

Pernyataan standar : Bidan menilai secara tepat bahwa persalinan sudah mulai, kemudian memberikan asuhan dan pemantauan yang memadai dengan memperhatikan kebutuhan klien selama proses persalinan berlangsung.

2. Standar 10 : Persalinan Kala II Yang Aman

Pernyataan standar : Bidan melakukan pertolongan persalinan yang aman, dengan sikap sopan dan penghargaan terhadap klien serta memperhatikan tradisi setempat.

3. Standar 11 : Penatalaksanaan Aktif Persalinan Kala Tiga

Pernyataan standar : Bidan melakukan penegangan tali pusat dengan benar untuk membantu pengeluaran plasenta dan selaput ketuban secara lengkap.

4. Standar 12 : Penanganan kala II dengan gawat janin melalui episiotomi.

Pernyataan standar : Bidan mengenali secara tepat tanda-tanda gawat janin pada kala II yang lama, dan segera melakukan episiotomi dengan aman untuk memperlancar persalinan, diikuti dengan penjahitan perineum.

2.4 Konsep Dasar Nifas

2.4.1 Pengertian Masa Nifas

Masa nifas (puerperium) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung kira-kira 6 minggu (Saifuddin, 2014). Masa nifas atau puerperium dimulai sejak 1 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah itu (Prawirohardjo, 2016).

Masa nifas (puerperium) adalah masa pemulihan kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti prahamil. Lama masa nifas yaitu 6-8 minggu (Mochtar, 2015).

2.4.2 Perubahan Fisik Ibu Nifas

1. Uterus

Uterus secara berangsur-angsur menjadi kecil (involusi) sehingga akhirnya kembali sebelum hamil.

Tabel 2.8 Tinggi fundus uterus dan berat uterus menurut masa involusi

Involusi	Tinggi fundus uterus	Berat uterus
Bayi lahir	Setinggi pusat	1000 gram
Uri lahir	2 jari bawah pusat	750 gram
1 minggu	Pertengahan pusat simfisis	500 gram
2 minggu	Tidak teraba diatas simfisis	350 gram
6 minggu	Bertambah kecil	50 gram
8 minggu	Sebesar normal	30 gram

Sumber: Mochtar, 2015

2. Bekas implantasi uri: plasenta bed mengecil karena kontraksi dan menonjol ke kavum uteri dengan diameter 7,5 cm. sesudah 2 minggu menjadi 3,5 cm, pada minggu keenam 2,4 cm, dan akhirnya pulih.
3. Luka-luka pada jalan lahir bila tidak disertai infeksi akan sembuh dalam 6-7 hari.
4. Rasa sakit, yang disebut *after pains*, (meriang atau mules-mules) disebabkan kontraksi rahim, biasanya berlangsung 2-4 hari pasca persalinan. Perlu diberikan pengertian pada ibu mengenai hal ini dan bila terlalu mengganggu dapat diberikan obat-obat antisyakit dan antimules.
5. Lochea adalah cairan secret berasal dari kavum uteri dan vagina dalam masa nifas.
 - a. Lochea rubra (cruenta): berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, sel sel desidua, vernik caseosa, lanugo, dan meconium, selama 2 hari pasca persalinan.
 - b. Lochea sanguinolenta: berwarna merah kuning berisi darah dan lendir, hari ke 3-7 pasca persalinan.
 - c. Lochea serosa berwarna kuning, cairan tidak berdarah lagi, pada hari 7-14 pasca persalinan.
 - d. Lochea alba: cairan putih, setelah 2 minggu.
 - e. Lochea purulenta: terjadi infeksi, keluar cairan seperti nanah berbau busuk.
 - f. Lochiostasis: lochea tidak lancar keluarnya.
6. Serviks : setelah persalinan, bentuk serviks agak menyangga seperti corong berwarna merah kehitaman. Konsistensinya lunak, kadang-kadang terdapat perlukaan-perlukaan kecil setelah bayi lahir, tangan bisa masuk rongga rahim: setelah 2 jam dapat dilalui oleh 2-3 jari dan setelah 7 hari hanya dapat dilalui satu jari.
7. Ligamen-ligamen: ligamen, fasia, dan diafragma pelvis yang meregang pada waktu persalinan, setelah bayi lahir, setelah berangsur-angsur menjadi ciut dan pulih kembali sehingga tidak jarang uterus jatuh ke belakang dan menjadi retrofleksi, karena ligamentum rotundum menjadi kendur. Setelah melahirkan, kebiasaan wanita Indonesia melakukan “berkhusuk” atau “berurut”, dimana sewaktu dikhusuk tekanan intra abdomen bertambah tinggi. Karena setelah melahirkan ligamenta, fasia, dan jaringan penunjang

menjadi kendor, jika dilakukan khusuk atau urut, banyak wanita akan mengeluh “ kandungannya turun” atau “terbalik”. Untuk memulihkan kembali sebaiknya dengan latihan-latihan dan gimnastik pasca persalinan (Mochtar, 2015).

2.4.3 Perubahan psikologi Ibu Nifas

Menurut Maryunani (2015), fase-fase yang dialami ibu nifas adalah sebagai berikut :

1. Fase Taking In
 - a. Periode ketergantungan atau fase dependens
 - b. Periode yang terjadi pada hari pertama sampai kedua setelah melahirkan Dimana ibu baru biasanya bersifat pasif dan bergantung, energi difokuskan pada perhatian ke tubuhnya atau dirinya.
 - c. Fase ini merupakan periode ketergantungan dimana ibu mengharapkan segala kebutuhannya terpenuhi oleh orang lain.
 - d. Ibu / klien akan mengulang kembali pengalaman persalinan dan melahirkan
 - e. Menunjukkan kebahagiaan yang sangat dan bercerita tentang pengalaman melahirkan.
 - f. Tidur yang tidak terganggu adalah penting jika ibu ingin menghindari efek gangguan kurang tidur, yang meliputi letih, iritabilitas dan gangguan dalam proses pemulihan yang normal.
 - g. Beberapa hari setelah melahirkan akan menanggukkan keterlibatannya dalam tanggungjawabnya.
 - h. Nutrisi tambahan mungkin diperlukan karena selera makan ibu biasanya meningkat.
 - i. Selera makan yang buruk merupakan tanda bahwa proses pemulihan tidak berjalan normal.
2. Fase Taking Hold
 - a. Periode antara ketergantungan dan ketidaktergantungan, atau fase dependen – independen.
 - b. Periode yang berlangsung 2 – 4 hari setelah melahirkan, dimana ibu menaruh perhatian pada kemampuannya menjadi orangtua yang berhasil dan menerima peningkatan tanggungjawab terhadap bayinya.

- 1) Fase ini sudah menunjukkan kepuasan (terfokus pada bayinya).
 - 2) Ibu mulai tertarik melakukan pemeliharaan pada bayinya
 - 3) Ibu mulai terbuka untuk menerima pendidikan kesehatan pada bayinya dan juga pada dirinya.
 - 4) Ibu mudah didorong untuk melakukan perawatan bayinya.
 - 5) Ibu berusaha untuk terampil dalam perawatan bayi baru lahir (misalnya memeluk, menyusul, memandikan dan mengganti popok).
- c. Ibu memfokuskan pada pengembalian kontrol terhadap fungsi tubuhnya, fungsi kandung kemih kekuatan dan daya tahan.
 - d. Ibu mungkin peka terhadap perasaan – perasaan tidak mampu dan mungkin cenderung memahami saran – saran bidan sebagai kritik yang terbuka atau tertutup.
 - e. Bidan seharusnya memperhatikan hal ini sewaktu memberikan instruksi dan dukungan emosi.
3. Fase Letting Go
 - a. Periode saling ketergantungan atau fase independen.
 - b. Periode ini umumnya terjadi setelah ibu baru kembali ke rumah, dimana ibu melibatkan waktu reorganisasi keluarga.
 - c. Ibu menerima tanggungjawab untuk perawatan bayi baru lahir.
 - d. Ibu mengenal bahwa bayi terpisah dari dirinya.
 - e. Terjadi penyesuaian dalam hubungan keluarga untuk mengobservasi bayi.
 - f. Ibu harus beradaptasi terhadap penurunan otonomi, kemandirian dan khususnya interaksi sosial.
 - g. Depresi postpartum umumnya terjadi selama periode ini.

2.4.4 Kebutuhan Dasar Ibu Nifas

Menurut Runjati, dkk (2018), kebutuhan dasar pada ibu nifas yaitu sebagai berikut :

1. Nutrisi dan cairan

Pada masa nifas, ibu dianjurkan untuk mengonsumsi tambahan kalori sebesar 500 kal/hari, menu makanan gizi seimbang yaitu cukup protein, mineral dan vitamin. Ibu nifas dianjurkan untuk minum air minimal 3 liter/hari, mengonsumsi suplemen zat besi minimal selama 3 bulan

postpartum. Segera setelah melahirkan, ibu mengonsumsi suplemen vitamin A sebanyak 1 kapsul 200.000 IU.

2. Mobilisasi

Ibu nifas normal dianjurkan untuk melakukan gerakan meski di tempat tidur dengan miring kanan atau kiri pada posisi tidur, dan lebih banyak berjalan. Namun pada ibu nifas dengan komplikasi seperti anemia, penyakit jantung, demam dan keadaan lain yang masih membutuhkan istirahat tidak dianjurkan untuk melakukan mobilisasi.

3. Eliminasi

Segera setelah persalinan, ibu nifas dianjurkan untuk buang air kecil karena kandung kemih yang penuh dapat mengganggu kontraksi uterus, dan menimbulkan komplikasi yang lain misalnya infeksi. Bidan harus dapat mengidentifikasi dengan baik penyebab yang terjadi apabila dalam waktu >4 jam, ibu nifas belum buang air kecil.

4. Kebersihan diri

Ibu nifas dianjurkan untuk menjaga kebersihan dirinya dengan membiasakan mencuci tangan dengan sabun pada air yang mengalir sebelum dan sesudah membersihkan bagian genetalia, mengganti pembalut minimal 2 kali/ hari atau saat pembalut mulai tampak kotor dan basah serta menggunakan pakaian dalam yang bersih.

5. Istirahat

Pada umumnya ibu nifas akan mengalami kelelahan setelah proses persalinan. Motivasi keluarga untuk dapat membantu meringankan pekerjaan rutin ibu di rumah agar ibu dapat beristirahat dengan baik. Ibu dianjurkan untuk dapat beristirahat pada siang hari sekitar 2 jam dan malam hari sekitar 7-8 jam.

6. Seksual

Hubungan seksual sebiknya dilakukan setelah masa nifas berakhir yaitu setelah 6 minggu postpartum. Mengingat bahwa pada masa 6 minggu postpartum masih terjadi proses pemulihan pada organ reproduksi wanita khususnya pemulihan pada daerah serviks yang baru menutup sempurna pada 6 minggu postpartum.

2.4.5 Tanda Bahaya Nifas

Menurut Prawirohardjo (2016), tanda bahaya masa nifas yaitu:

1. Perdarahan pasca persalinan

Perdarahan pasca persalinan adalah komplikasi yang terjadi pada tenggang waktu di antara persalinan dan masa pascapersalinan. Faktor predisposisi antara lain adalah anemia, penyebab perdarahan paling sering adalah atonia uteri serta retensio placenta, penyebab lain kadang-kadang adalah laserasi serviks atau vagina, ruptura uteri dan inversio uteri.

Manajemen aktif kala III adalah upaya pencegahan perdarahan pasca persalinan yang didiskusikan secara komprehensif oleh WHO. Bila placenta masih terdapat di dalam rahim atau keluar secara tidak lengkap pada jam pertama setelah persalinan, harus segera dilakukan placenta manual untuk melahirkan placenta.

Pengosongan kandung kemih mungkin dapat membantu terjadinya kontraksi. Bila perdarahan tidak segera berhenti, terdapat perdarahan yang segar yang menetap. Atau terjadi perubahan pada keadaan umum ibu, harus segera dilakukan pemberian cairan secara intravena dan transportasi ke fasilitas kesehatan yang sesuai bila tidak memungkinkan pengobatan secara efektif.

2. Infeksi

Infeksi nifas seperti sepsis, masih merupakan penyebab utama kematian ibu di negara berkembang. Demam merupakan salah satu gejala yang paling mudah dikenali. Pemberian antibiotika merupakan tindakan utama dan upaya pencegahan dengan persalinan yang bersih dan aman masih merupakan upaya utama. Faktor predisposisinya infeksi genital pada masa nifas disebabkan oleh persalinan macet, ketuban pecah dini dan pemeriksaan dalam yang terlalu sering.

3. Eklamsia (kejang)

Eklamsia adalah penyebab penting ketiga ibu di seluruh dunia. Ibu dengan persalinan yang diikuti oleh eklamsia atau preeklamsia berat, harus dirawat inap. Pengobatan terpilih menggunakan magnesium sulfat (MgSO₄).

Komplikasi pascapersalinan lain yang sering dijumpai termasuk infeksi saluran kemih, retensio urin, atau inkontinensia. Banyak ibu mengalami nyeri pada daerah perineum dan vulva selama beberapa minggu, terutama apabila terdapat kerusakan jaringan atau episiotomi pada persalinan kala II. Perinium ibu harus diperhatikan secara teratur terhadap kemungkinan terjadinya infeksi.

4. Defisiensi vitamin dan mineral

Defisiensi vitamin dan mineral adalah kelainan yang terjadi sebagai akibat kekurangan iodin, kekurangan vitamin A serta anemia defisiensi Fe. Defisiensi terjadi terutama disebabkan intake yang kurang, gangguan penyerapan. Upaya pencegahan dapat dilakukan dengan makan makanan yang sesuai, penggunaan obat suplemen selama kehamilan, menyusui dan pada masa bayi serta anak-anak.

2.4.6 Standar Asuhan Masa Nifas

1. Standar Pelayanan Minimal

Menurut Data Depkes RI (2012), terdapat 3 standar pelayanan nifas, yaitu:

a. Standar 13 : Perawatan Bayi Baru Lahir

Bidan memeriksa dan menilai bayi baru lahir untuk memastikan pernafasan spontan, mencegah asfiksia, menemukan kelainan dan melakukan tindakan atau merujuk sesuai kebutuhan. Bidan juga harus mencegah atau menangani hipotermi dan mencegah hipoglikemia dan infeksi.

Tujuannya adalah menilai kondisi bayi baru lahir dan membantu dimulainya pernafasan serta mencegah hipotermia, hipoglikemia dan infeksi. Hasil yang diharapkan adalah bayi baru lahir menemukan perawatan dengan segera dan tepat. Bayi baru lahir mendapatkan perawatan yang tepat untuk dapat memulai pernafasan dengan baik.

b. Standar 14 : Penanganan pada dua jam pertama setelah persalinan

Bidan melakukan pemantauan ibu dan bayi terhadap terjadinya komplikasi paling sedikit selama 2 jam setelah persalinan, serta melakukan tindakan yang diperlukan. Disamping itu, bidan memberikan penjelasan tentang hal-hal yang mempercepat pulihnya kesehatan ibu, dan membantu ibu untuk memulai pemberian ASI.

Tujuannya adalah mempromosikan perawatan ibu dan bayi yang bersih dan aman selama persalinan kala empat untuk memulihkan kesehatan ibu dan bayi. Meningkatkan asuhan sayang ibu dan sayang bayi. Memulai pemberian ASI dalam waktu 1 jam pertama setelah persalinan dan mendukung terjadinya ikatan batin antara ibu dan bayinya.

c. Standar 15 : Pelayanan bagi ibu dan bayi pada masa nifas

Bidan memberikan pelayanan selama masa nifas di puskesmas dan rumah sakit atau melakukan kunjungan ke rumah pada hari ke-tiga, minggu ke dua dan minggu ke enam setelah persalinan, untuk membantu proses penatalaksanaan tali pusat yang benar, penemuan deteksi dini, penatalaksanaan atau rujukan komplikasi yang mungkin terjadi pada masa nifas, serta memberikan penjelasan tentang kesehatan secara umum, kebersihan perorangan, makanan bergizi, asuhan bayi baru lahir, pemberian ASI, imunisasi dan KB.

Tujuannya adalah memberikan pelayanan kepada ibu dan bayi sampai 42 hari setelah persalinan dan memberikan penyuluhan ASI eksklusif.

2. Kebijakan Pelayanan

Paling sedikit 4 kali kunjungan masa nifas dilakukan untuk menilai status ibu dan bayi baru lahir, dan untuk mencegah, mendeteksi dan menangani masalah – masalah yang terjadi.

Tabel 2.9 Frekuensi Kunjungan Masa Nifas

Kunjungan	Waktu	Tujuan
1	6 – 8 jam setelah persalinan	a. Mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri. b. Mendeteksi dan merawat penyebab lain perdarahan ; rujuk bila perdarahan berlanjut. c. Memberikan konseling pada ibu atau salah satu anggota keluarganya bagaimana mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri d. Pemberian ASI awal

Kunjungan	Waktu	Tujuan
		e. Melakukan hubungan antara ibu dan bayi baru lahir f. Menjaga bayi tetap sehat dengan cara mencegah hipotermia Jika petugas kesehatan menolong persalinan, ia harus tinggal dengan ibu dan bayi baru lahir untuk 2 jam pertama setelah kelahiran, atau sampai ibu dan bayi dalam keadaan stabil.
2	6 hari setelah persalinan	a. Memastikan involusi uterus berjalan normal b. Menilai adanya tanda – tanda demam, infeksi, atau perdarahan abnormal c. Memastikan ibu mendapatkan cukup makanan, cairan dan istirahat
2	6 hari setelah persalinan	d. Memastikan ibu menyusui dengan baik dan tidak memperlihatkan tanda – tanda penyulit e. Memberikan konseling pada ibu mengenai asuhan pada bayi, tali pusat, menjaga bayi tetap hangat dan merawat bayi sehari – hari
3	2 minggu setelah persalinan	a. Memastikan involusi uterus berjalan normal : Uterus berkontraksi, fundus dibawah umbilikus, tidak ada perdarahan abnormal, tidak ada bau Menilai adanya tanda – tanda demam, infeksi, atau perdarahan abnormal b. Memastikan ibu mendapatkan cukup makanan, cairan dan istirahat c. Memastikan ibu menyusui dengan baik dan tidak memperlihatkan tanda – tanda penyulit d. Memberikan konseling pada ibu mengenai asuhan pada bayi, tali pusat, menjaga bayi tetap hangat dan merawat bayi sehari – hari
4	6 minggu setelah persalinan	a. Menanyakan pada ibu tentang penyulit – penyulit yang ia atau bayi alami b. Memberikan konseling untuk KB secara dini

Sumber : Saifuddin, 2014.

2.5 Konsep Dasar Bayi Baru Lahir

2.5.1 Pengertian

Bayi Baru Lahir normal adalah bayi yang dilahirkan pada usia kehamilan 37 – 42 minggu dengan berat lahir 2500 – 4000 gram (Runjati,2018).

2.5.2 Tanda-Tanda BBL Normal

Menurut Runjati (2018),Bayi baru lahir normal mempunyai ciri 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. Pernafasan 40- 60 kali/menit
8. Kulit kemerahan dan licin karena jaringan subkutan cukup
9. Rambut lanugo tidak terlihat, 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 kedalam skrotum (laki – laki)
12. Refleks bayi sudah terbentuk dengan baik
13. Bayi berkemih dalam 24 jam pertama
14. Pengeluaran mekonium dalam 24 jam pertama.

Menurut Mochtar (2015), klasifikasi klinik nilai APGAR adalah:

- a. Nilai 7-10 : bayi normal
- b. Nilai 4-6 : bayi asfiksia ringan-sedang
- c. Nilai 0-3 : bayi asfiksia berat

Tabel 2.10 APGAR SKOR

SKOR	0	1	2
<i>Appearance</i> Color (warna kulit)	Pucat	Badan merah, ekstremitas biru	Seluruh tubuh kemerahan
<i>Pulse</i> (Denyut Jantung)	Tidak ada	Kurang dari 100	Diatas 100
<i>Grimace</i> (reaksi terhadap rangsangan)	Tidak ada	Sedikit gerakan mimik	Menangis, batuk/bersin
<i>Activity</i> (Tonus Otot)	Lumpuh	Ekstremitas sedikit fleksi	Gerakan aktif
<i>Respiration</i> (usaha nafas)	Tidak ada	Lemah tidak teratur	Menangis kuat

Sumber : Mochtar, 2015.

2.5.3 Masa Transisi BBL

Menurut Varney (2008), periode transisi adalah waktu ketika bayi menjadi stabil dan menyesuaikan diri dengan kemandirian ekstrasuteri. Periode transisi dibagi menjadi 3 yaitu:

1. Periode reaktifitas pertama

Periode reaktifitas pertama dimulai pada saat bayi lahir dan berlangsung selama 30 menit. Pada saat tersebut, jantung bayi baru lahir berdenyut cepat dan denyut tali pusat terlihat. Warna bayi baru lahir melihatkan sianosis sementara atau akrosianosis. Pernapasan cepat, berada ditepi teratas rentan normal, dan terdapat rales serta ronki. Rales seharusnya hilang dalam 20 menit. Bayi mungkin memperlihatkan napas cuping hidung disertai napas mendengkur dan retraksi dinding dada. Adanya mukus biasanya akibat keluarnya cairan paru yang tertahan. Mukus ini encer, jernih, dan mungkin memiliki gelembung-gelembung kecil.

Selama periode reaktifitas pertama setelah lahir, mata bayi baru lahir terbuka dan bayi memperlihatkan perilaku terjaga. Bayi mungkin menangis, terkejut, atau mencari puting susu ibu. Selama periode terjaga ini, setiap usaha harus dilakukan untuk memfasilitasi kontak antara ibu dan bayi baru lahir. Walaupun tidak direncanakan untuk memberikan ASI, membiarkan ibu menggendong bayi pada waktu ini membantu proses pengenalan. Bayi memfokuskan pandangan pada ibu atau ayah ketika mereka berada pada lapang penglihatan yang tepat. Bayi menunjukkan peningkatan tonus otot dengan ekstremitas atas fleksi dan ekstermitas bawah ekstensi. Posisi ini memungkinkan bayi untuk menyesuaikan tubuhnya dengan tubuh ibu ketika digendong.

Bayi seringkali mengeluarkan feses segera setelah lahir dan bising usus biasanya muncul 30 menit setelah bayi lahir. Bising usus menunjukkan sistem pencernaan mampu berfungsi. Namun, keberadaan feses saja tidak mengindikasikan bahwa peristaltik mulai bekerja, melainkan hanya mengindikasikan bahwa anus paten.

2. Periode tidur yang tidak berespons

Tahap kedua transisi berlangsung dari sekitar 30 menit setelah kelahiran bayi sampai 2 jam. Frekuensi jantung bayi baru lahir menurun selama periode ini hingga kurang dari 140 kali per menit. Murmur dapat terdengar, ini semata-mata merupakan indikasi bahwa duktus arteriosus tidak sepenuhnya tertutup dan dipertimbangkan sebagai temuan abnormal.

Frekuensi pernapasan bayi lebih lambat dan tenang. Bayi berada pada tahap tidur nyenyak. Bising usus ada, tetapi kemudian berkurang. Apabila memungkinkan, bayi baru lahir jangan diganggu untuk pemeriksaan-pemeriksaan mayor atau untuk dimandikan selama periode ini. Tidur nyenyak yang pertama memungkinkan bayi baru lahir pulih dari tuntutan kelahiran dan transisi segera ke kehidupan ekstrasuteri.

3. Periode reaktifitas kedua

Selama periode reaktifitas kedua (tahap ketiga transisi), dari usia sekitar 2-6 jam, frekuensi jantung bayi labil dan perubahan warna menjadi cepat, yang dikaitkan dengan stimulus lingkungan. Frekuensi pernapasan bervariasi dan tergantung aktivitas. Frekuensi napas harus tetap dibawah 60 kali per menit dan seharusnya tidak lagi ada rales atau ronki. Bayi baru lahir mungkin tertarik untuk makan dan harus didorong untuk menyusu.

Pemberian makan segera sangat penting untuk mencegah hipoglikemia dan dengan menstimulasi pengeluaran feses, mencegah ikterus. Pemberian makan segera juga memungkinkan kolonisasi bakteri di usus yang menyebabkan pembentukan vitamin K oleh saluran cerna. Bayi baru lahir mungkin bereaksi terhadap pemberian makan yang pertama. Bayi yang diberi susu botol biasanya tidak minum lebih dari satu ons per pemberian makan selama hari pertama kehidupan.

Setiap mukus yang ada selama pemberian makan segera dapat mengganggu pemberian makan yang adekuat, khususnya jika mukus berlebihan. Adanya mukus dalam jumlah banyak merupakan indikasi suatu masalah, seperti atresia esophagus. Mukus bercampur empedu selalu merupakan tanda penyakit pada bayi baru lahir dan pemberian makan harus ditunda sampai penyebabnya telah diselidiki secara menyeluruh.

2.5.4 Kebutuhan Dasar BBL

Menurut Affandi (2017), kebutuhan dasar BBL meliputi:

1. Pencegahan Infeksi

BBL sangat rentan terhadap infeksi mikroorganisme atau terkontaminasi selama proses persalinan berlangsung maupun beberapa saat setelah lahir. Untuk tidak menambah resiko infeksi maka sebelum

menangani BBL pastikan penolong persalinan dan pemberian asuhan BBL telah melakukan upaya pencegahan infeksi.

a. Cuci Tangan

Cuci tangan dengan seksama sebelum dan setelah bersentuhan dengan bayi, serta memakai sarung tangan bayi pada saat menangani bayi yang belum dimandikan.

b. Persiapan Alat

Pastikan semua peralatan dan bahan yang digunakan telah didesinfeksi tingkat tinggi (DTT) atau sterilisasi. Gunakan bola karet penghisap yang baru dan bersih jika akan melakukan pengisapan lendir dengan alat tersebut. Jangan menggunakan bola karet penghisap yang sama untuk lebih dari satu bayi. Pastikan semua pakaian, handuk, selimut dan kain yang digunakan sudah dalam keadaan bersih.

c. Persiapan Tempat

Gunakan ruangan yang hangat dan terang, siapkan tempat resusitasi yang datar, rata, cukup keras, bersih, kering dan hangat misalnya meja, dipan atau lantai beralas tikar. Sebaiknya dekat pemancar panas dan terjaga dari tiupan angin.

2. Penilaian awal BBL

Untuk bayi segera setelah lahir, letakan bayi diatas kain bersih dan kering yang disiapkan pada perut bawah ibu segera lakukan penilaian awal dengan menjawab pertanyaan.

a. Apakah bayi menangis kuat atau bernafas tanpa kesulitan?

b. Apakah bayi bergerak dengan aktif atau lemas?

Jika bayi tidak bernafas atau bernafas megap-megap atau lemah maka segera lakukan tindakan resusitasi bayi baru lahir.

3. Mencegah kehilangan panas

a. Keringkan bayi dengan seksama.

b. Selimuti bayi dengan selimut atau kain bersih hangat.

c. Selimuti bagian kepala bayi.

d. Anjurkan ibu untuk memeluk dan menyusui bayinya.

e. Jangan segera menimbang atau memandikan bayi baru lahir.

4. Merawat tali pusat
 - a. Jangan membungkus putung tali pusat atau perut bayi atau mengoleskan cairan atau bahan apapun ke putung tali pusat.
 - b. Mengoleskan alkohol dan betadine masih diperbolehkan tetapi tidak dikompreskan karena menyebabkan tali pusat basah/lembab.
5. Pemberian ASI

Prinsip pemberian ASI adalah sedini mungkin dan eksklusif. Bayi baru lahir harus mendapatkan ASI satu jam setelah lahir. Anjurkan ibu memeluk bayinya dan mencoba segera menyusukan bayi segera setelah tali pusat diklem atau dipotong.
6. Pencegahan infeksi pada mata

Pencegahan infeksi tersebut menggunakan salep mata tetrasiklin 1%. Salep antibiotika tersebut harus diberikan dalam waktu satu jam setelah kelahiran.
7. Profilaksis perdarahan bayi baru lahir

Semua bayi baru lahir harus diberikan vitamin K1 injeksi 1mg intramuskuler di paha kiri sesegera mungkin untuk pencegahan perdarahan bayi baru lahir akibat defisiensi vitamin K yang dapat dialami oleh sebagian bayi baru lahir.
8. Pemberian imunisasi Hepatitis B

Imunisasi hepatitis B bermanfaat untuk mencegah infeksi Hepatitis B terhadap bayi, terutama jalur penularan ibu bayi.

2.5.5 Tanda Bahaya BBL

Menurut Affandi (2017), tanda bahaya pada bayi adalah :

1. Tidak dapat menetek
2. Bayi bergerak hanya jika dirangsang
3. Kecepatan nafas > 60 kali/menit
4. Tarikan dinding dada bawah yang dalam
5. Merintih
6. Sianosis sentral

2.5.6 Standar Asuhan BBL

1. Standar Pelayanan Minimal

Menurut Depkes RI (2012), standar pelayanan minimal untuk bayi baru lahir adalah:

a. Standar 13 : Perawatan Bayi Baru Lahir

1) Tujuan

Menilai kondisi bayi baru lahir dan membantu dimulainya pernafasan serta mencegah hipotermia, hipoglikemia dan infeksi.

2) Pernyataan Standar

Bidan memeriksa dan menilai bayi baru lahir untuk memastikan pernafasan spontan mencegah hipoksia sekunder, menemukan kelainan, dan melakukan tindakan atau merujuk sesuai dengan kebutuhan. Bidan juga harus mencegah dan menangani hipotermia.

2. Kebijakan Pelayanan

Menurut Depkes RI (2012), kebijakan pelayanan bayi baru lahir adalah sebagai berikut:

- a. Pelaksanaan asuhan bayi baru lahir dilaksanakan dalam ruangan yang sama dengan ibunya atau rawat gabung. Asuhan bayi baru lahir meliputi:
 - 1) Pencegahan infeksi (PI).
 - 2) Penilaian awal untuk memutuskan resusitasi pada bayi.
 - 3) Pemotongan dan perawatan tali pusat.
 - 4) Inisiasi Menyusu Dini (IMD).
 - 5) Pencegahan kehilangan panas melalui tunda mandi selama 6 jam.
 - 6) Kontak kulit bayi dan ibu serta menyelimuti kepala dan tubuh bayi.
- b. Pemberian ASI eksklusif, pemeriksaan bayi baru lahir, antibiotika dosis tunggal, pencegahan infeksi mata melalui pemberian salep mata, pemberian imunisasi Hepatitis B (HB 0) dosis tunggal di paha kanan, pencegahan perdarahan melalui penyuntikan vitamin K1 dosis tunggal di paha kiri.
- c. Pencegahan infeksi, BBL sangat rentan terjadi infeksi, sehingga perlu diperhatikan hal-hal dalam perawatannya : Cuci tangan sebelum dan setelah kontak dengan bayi, pakai sarung tangan bersih pada saat menangani bayi yang belum dimandikan, pastikan semua peralatan (gunting, benang tali

- pusat) telah dilakukan DTT. Jika menggunakan bola karet penghisap, pastikan dalam keadaan bersih.
- d. Penilaian awal untuk memutuskan resusitasi pada bayi. Periksa ulang pernafasan, bersihkan darah/lendir dari wajah bayi dengan kain bersih dan kering/kassa, sambil menilai pernafasan secara cepat, letakkan bayi dengan handuk di atas perut ibu, membersihkan jalan nafas, hangatkan, kontak antara kulit bayi dengan kulit ibu sesegera mungkin.
 - e. Pemotongan dan perawatan tali pusat. Setelah plasenta lahir dan kondisi ibu stabil, ikat atau jepit tali pusat.
 - f. Waktu pemeriksaan bayi baru lahir: bayi baru lahir sebelum usia 6 jam, usia 6-48 jam, usia 3-7 hari, minggu ke 2 pasca lahir.
 - g. Pemeriksaan Fisik.
 - h. Imunisasi mencegah penyakit TBC, Hepatitis, Polio, Difteri, Pertusis, Tetanus dan Campak. Bayi baru lahir dan neonatus harus diimunisasi lengkap sebelum berusia 1 tahun. Timbang BB bayi baru lahir dan neonatus sebulan sekali sejak usia 1 bulan sampai 5 tahun di posyandu. Cara menjaga kesehatan bayi yaitu amati pertumbuhan bayi baru lahir dan neonatus secara teratur.
 - i. Kunjungan neonatal adalah pelayanan kesehatan kepada neonatus sedikitnya 3 kali yaitu :
 - 1)Kunjungan neonatal I (KN1) pada 6 jam sampai dengan 48 jam setelah lahir.
 - 2)Kunjungan neonatal II (KN2) pada hari ke 3 - 7 hari.
 - 3)Kunjungan neonatal III (KN3) pada hari ke 8 - 28 hari.
 - j. Penanganan dan rujukan kasus bila diperlukan. Konseling terhadap ibu dan keluarga untuk memberikan ASI eksklusif, pencegahan hipotermi dan melaksanakan perawatan bayi baru lahir di rumah. Pemeriksaan tanda bahaya seperti kemungkinan infeksi bakteri, ikterus, diare, berat badan rendah dan masalah pemberian ASI. Pelayanan yang diberikan mengacu pada pedoman Manajemen Terpadu Balita Sakit (MTBS) pada algoritma bayi muda Manajemen Terpadu Bayi Muda (MTBM). Pemeriksaan menggunakan pendekatan MTBM.

- k. Asuhan 6 - 48 jam setelah bayi lahir
 - 1) Timbang berat badan bayi. Bandingkan berat badan dengan berat badan lahir.
 - 2) Jaga selalu kehangatan bayi.
 - 3) Perhatikan intake dan output bayi.
 - 4) Kaji apakah bayi menyusui dengan baik atau tidak.
 - 5) Komunikasikan kepada orang tua bayi caranya merawat tali pusat.
 - 6) Dokumentasikan.
- l. Minggu pertama setelah bayi lahir
 - 1) Timbang berat badan bayi. Bandingkan dengan berat badan saat ini dengan berat badan saat bayi lahir.
 - 2) Jaga selalu kehangatan bayi.
 - 3) Perhatikan intake dan output bayi.
 - 4) Kaji apakah bayi menyusui dengan baik atau tidak.
 - 5) Dokumentasikan jadwal kunjungan neonatal.
- m. Minggu kedua setelah bayi lahir
 - 1) Timbang berat badan bayi. Bandingkan dengan berat badan saat ini dengan berat badan saat bayi lahir.
 - 2) Jaga selalu kehangatan bayi.
 - 3) Perhatikan intake dan output bayi.
 - 4) Kaji apakah bayi menyusui dengan baik atau tidak.
 - 5) Dokumentasikan.
- n. Tanyakan pada ibu apakah terdapat penyulit pada bayinya
 - 1) Amatilah bahwa urine dan feses normal.
 - 2) Periksa alat kelamin dengan kebersihannya.
 - 3) Periksa tali pusat.
 - 4) Periksa tanda vital bayi.
 - 5) Periksa kemungkinan infeksi mata.
 - 6) Tatalaksana kunjungan rumah bayi baru lahir oleh bidan diantaranya :
 - a) Bidan hendaknya melakukan kunjungan rumah sampai tali pusat lepas, bila mungkin selama satu minggu pertama sesudah bayi lahir.

- b) Kartu anak (buku KIA) harus diisi lengkap dan kelahiran bayi harus didaftar atau dibawa ke puskesmas.
- c) Bidan hendaknya meneliti apakah petugas yang melayani persalinan sudah memberikan perhatian terhadap semua hal pada tiap kunjungan rumah
- d) Form pencatatan (buku KIA, formulir BBL, formulir register kohort bayi).

2.6 Konsep Dasar Neonatus

2.6.1 Pengertian Neonatus

Bayi baru lahir (Neonatus) adalah bayi yang baru mengalami proses kelahiran, berusia 0-28 hari. Bayi baru lahir memerlukan penyesuaian fisiologis berupa maturasi, adaptasi (menyesuaikan diri dari kehidupan intra uterin ke kehidupan ekstra uterin) dan toleransi bagi bayi baru lahir untuk dapat hidup dengan baik (Marmi, 2012).

Fisiologi neonatus merupakan ilmu yang mempelajari fungsi dan poses vital neonatus. Neonatus adalah individu yang baru saja mengalami proses kelahiran dan harus menyesuaikan diri dari kehidupan intra uterin ke kehidupan ekstra uterin. Selain itu, neonatus adalah individu yang sedang bertumbuh (Nanny, 2013).

2.6.2 Kebutuhan Dasar Neonatus

Kebutuhan dasar neonatus menurut Maryunani (2015), yaitu :

1. Kebutuhan Asih pada Neonatus
 - a. Asih merupakan kebutuhan emosional.
 - b. Asih adalah kasih sayang dari orang tua akan menciptakan ciptaan yang erat dan kepercayaan dasar untuk menjamin tumbuh kembang yang selaras baik fisik maupun mental.
 - c. Asih bisa disebut sebagai ikatan kasih sayang.
2. *Bounding attachment* pada neonatus dapat dipenuhi dengan cara-cara yang diuraikan dengan cara berikut ini:
 - a. Pemberian ASI eksklusif
 - b. Dengan dilakukannya pemberian ASI secara eksklusif segera setelah lahir, secara langsung bayi akan mengalami kontak kulit dengan ibunya.

- c. Rawat gabung
 - d. Merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan agar antara ibu dan bayinya terjalin proses lekat (*early infant mother bonding*) akibat sentuhan badan antara ibu dan bayinya.
 - e. Kontak mata (*Eye to Eye Contact*)
 - f. Orang tua dan bayinya akan menggunakan lebih banyak waktu untuk saling memandang. Kontak mata mempunyai efek yang sangat erat terhadap perkembangan dimulainya hubungan dan rasa percaya sebagai faktor yang penting dalam hubungan manusia pada umumnya.
 - g. Suara (*Voice*)
 - h. Mendengar dan merespon suara antara orang tua dan bayinya sangat penting. Orang tua menunggu tangisan bayinya mereka dengan tegang suara tersebut membuat mereka yakin bahwa bayinya dalam keadaan sehat.
 - i. Aroma/Odor (Bau Badan)
 - j. Setiap anak memiliki aroma yang unik dan bayi belajar dengan cepat untuk mengenali aroma susu ibunya. Indra penciuman bayi sangat kuat, jika seorang ibu dapat memberikan baying ASI pada waktu tertentu.
 - k. Gaya bahasa (*Entrainment*)
 - l. Bayi mengembangkan irama akibat kebiasaan. Bayi baru lahir bergerak-gerak sesuai dengan struktur pembicaraan orang dewasa mereka menggoyangkan tangan, mengangkat kepala, menendang-nendangkan kaki. *Entrainment* terjadi pada saat anak mulai berbicara.
3. Kebutuhan Asuh pada Neonatus
- Hal-hal yang dibahas dalam kebutuhan asuh pada neonatus antara lain:
- a. Air susu ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi sebagai anugrah Tuhan yang Maha Esa.
 - b. ASI merupakan nutrisi yang paling lengkap untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.
 - c. ASI mengandung zat gizi yang sangat lengkap, antara lain karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, factor pertumbuhan, hormon, enzim dan kekebalan. Semua zat ini terdapat secara proposional dan seimbang satu dengan lainnya pada ASI.

- d. Mandi, untuk menjaga bayi selalu tetap bersih, hangat dan kering. Untuk menjaga kebersihan tubuh bayi, tali pusat, dan memberikan kenyamanan pada bayi.
- e. Kebutuhan Asah, asah merupakan stimulasi mental yang akan menjadi cikal bakal proses pendidikan dimana bertujuan untuk mengembangkan mental, kecerdasan, keterampilan, kemandirian, kreativitas, agama, moral, produktifitas dan lain-lain.
- f. Imunisasi pada neonatus, imunisasi berasal dari kata Imun, kebal atau resisten. Imunisasi berarti pemberian kekebalan terhadap suatu penyakit tertentu. Imunisasi adalah upaya yang dilakukan untuk memperoleh kekebalan tubuh manusia terhadap penyakit tertentu. Proses imunisasi ialah memasukan vaksin atau serum kedalam tubuh manusia, melalui oral atau suntikan.

2.6.3 Tanda Bahaya Neonatus

Tanda bahaya yang mungkin terjadi pada neonatus menurut Maryunani (2015), antara lain :

- 1. Tidak mau minum/menyusu atau memuntahkan semua.
- 2. Riwayat kejang.
- 3. Bergerak hanya jika dirangsang/letergis.
- 4. Frekuensi napas ≤ 30 x/menit dan ≥ 60 x/menit.
- 5. Suhu tubuh $\leq 35,5^{\circ}\text{C}$ dan $\geq 37,5^{\circ}\text{C}$.
- 6. Tarikan dinding dada ke dalam yang sangat kuat.
- 7. Merintih.
- 8. Nanah banyak di mata.
- 9. Pusat kemerahan meluas ke dinding perut.
- 10. Mata cekung dan cubitan kulit perut kembali sangat lambat.
- 11. Timbul kuning dan atau tinja berwarna pucat.
- 12. Berat badan menurut umur rendah dan atau ada masalah pemberian ASI.
- 13. BBLR : Bayi Berat Lahir Rendah < 2500 gram.
- 14. Kelainan kongenital seperti ada celah di bibir dan langit-langit.

2.6.4 Standar Asuhan Neonatus

Menurut Depkes RI (2016), standar pelayanan minimal untuk bayi baru lahir adalah Standar 13 : Perawatan Bayi Baru Lahir.

1. Tujuan

Menilai kondisi bayi baru lahir dan membantu dimulainya pernafasan serta mencegah hipotermi, hipokglukemia dan infeksi.

2. Pernyataan Standar

Bidan memeriksa dan menilai bayi baru lahir untuk memastikan pernafasan spontan mencegah hipoksia sekunder, menemukan kelainan, dan melakukan tindakan atau merujuk sesuai dengan kebutuhan. Bidan juga harus mencegah dan menangani hipotermia.

2.7 Konsep Keluarga Berencana

2.7.1 Pengertian KB

Kontrasepsi merupakan bagian dari pelayanan kesehatan reproduksi untuk pengaturan kehamilan, dan merupakan hak setiap individu sebagai makhluk seksual. Penggunaan kontrasepsi pasca persalinan diberikan untuk menjarangkan jarak kehamilan berikutnya setidaknya dalam 2 tahun jika seorang wanita masih merencanakan memiliki anak. Jenis kontrasepsi yang digunakan sama seperti prioritas pemilihan kontrasepsi pada masa interval. Prinsip utama penggunaan kontrasepsi pada wanita pascasalin adalah kontrasepsi yaitu tidak mengganggu proses laktasi (Affandi, 2015).

Kontrasepsi adalah upaya untuk mencegah terjadinya kehamilan. Upaya ini dapat bersifat sementara maupun bersifat permanen, dan upaya ini dapat dilakukan dengan menggunakan cara, alat atau obat –obatan (Prawirohardjo, 2016).

2.7.2 Macam Alat Kontrasepsi Efektif

Macam-macam metode kontrasepsi yang ada di dalam program KB di Indonesia menurut Affandi (2015), antara lain:

1. Pil

a. Pil Kombinasi

1) Pengertian

Merupakan kontrasepsi oral yang mengandung hormon progesteron dan esterogen.

2) Jenis

- a) Monofasik pil yang tersedia dalam kemasan 21 tablet mengandung hormon aktif estrogen/progestin (E/P) dalam dosis yang sama, dengan 7 tablet tanpa hormon aktif.
- b) Bifasik pil yang tersedia dalam kemasan 21 tablet mengandung hormonaktif estrogen/progestin (E/P) dengan dua dosis yang berbeda, dengan 7 tablet tanpa hormon aktif.
- c) Trifasik pil yang tersedia dalam kemasan 21 tablet mengandung hormon aktif estrogen/progestin (E/P) dengan tiga dosis yang berbeda, dengan 7 tablet tanpa hormon aktif.

3) Cara Kerja

Menekan ovulasi, mencegah implantasi, lendir serviks mengental sehingga sulit dilalui sperma, pergerakan tuba terganggu sehingga transportasi telur dengan sendirinya akan terganggu pula.

4) Indikasi

- a) Usia reproduktif
- b) Telah memiliki anak atau yang belum memiliki anak
- c) Gemuk atau kurus
- d) Menginginkan metode kontrasepsi dengan efektivitas tinggi
- e) Setelah melahirkan dan menyusui
- f) Pasca keguguran
- g) Anemia karena haid berlebihan, siklus haid tidak teratur
- h) Riwayat kehamilan ektopik kelainan payudara jinak, diabetes tanpa komplikasi pada ginjal, pembuluh darah, mata, saraf dan penyakit tuberculosis (TB).
- i) Penyakit tyroid, penyakit radang panggul, endometriosis, atau tumor ovarium jinak.

5) Kontraindikasi

- a) Hamil atau dicurigai hamil
- b) Menyusui eksklusif
- c) Perdarahan pervaginam yang belum diketahui penyebabnya
- d) Penyakit hati akut (hepatitis)

- e) Perokok dengan usia > 35 tahun
- f) Riwayat penyakit jantung, stroke, atau tekanan darah > 180/110 mmHg, riwayat gangguan faktor pembekuan darah atau kencing manis > 20 tahun
- g) Kanker payudara atau dicurigai kanker payudara
- h) Tidak dapat menggunakan pil secara teratur setiap hari
- i) Migrain dan gejala neurologik fokal (epilepsi/riwayat epilepsi)

6) Kelebihan

- a) Memiliki efektifitas yang tinggi
- b) Resiko terhadap kesehatan sangat kecil
- c) Tidak mengganggu hubungan seksual
- d) Siklus haid menjadi teratur, banyaknya darah haid berkurang (mencegah anemia), tidak terjadi nyeri haid
- e) Dapat digunakan sejak usia remaja hingga menopause
- f) Dapat digunakan jangka panjang selama perempuan masih ingin menggunakannya untuk mencegah kehamilan
- g) Mudah dihentikan setiap saat
- h) Kesuburan segera kembali setelah penggunaan pil dihentikan
- i) Dapat digunakan sebagai kontrasepsi darurat
- j) Membantu mencegah kehamilan ektopik, kanker ovarium, kanker endometrium, kista ovarium, penyakit radang panggul, kelainan jinak pada payudara, dismenorhea.

7) Keterbatasan

- a) Mahal dan membosankan karena harus menggunakannya setiap hari
- b) Pusing, mual, terutama pada 3 bulan pertama
- c) Perdarahan bercak atau perdarahan sela, terutama pada 3 bulan pertama
- d) Nyeri payudara
- e) Berat badan naik sedikit, tetapi pada perempuan tertentu kenaikan berat badan justru memiliki dampak positif
- f) Berhenti haid, jarang pada pil kombinasi
- g) Tidak boleh diberikan pada perempuan yang menyusui

- h) Dapat meningkatkan tekanan darah dan retensi cairan, sehingga resiko stroke, dan gangguan pembekuan darah pada vena dalam sedikit meningkat, dan tidak mencegah IMS

8) Waktu Mulai Menggunakan Kontrasepsi

- a) Setiap saat selagi haid, untuk meyakinkan kalau perempuan tersebut tidak hamil
- b) Hari pertama sampai hari ke 7 siklus haid
- c) Setelah melahirkan atau pascakeguguran
- d) Boleh menggunakan pada hari ke 8, tetapi perlu menggunakan metode kontrasepsi yang lain (kondom) mulai hari ke 8 sampai hari ke 14 atau tidak melakukan hubungan seksual sampai ibu telah menghabiskan paket pil tersebut
- e) Setelah 6 bulan pemberian ASI eksklusif, setelah 3 bulan dan tidak menyusui
- f) Bila berhenti menggunakan kontrasepsi injeksi, dan ingin menggantikan dengan pil kombinasi, pil dapat segera diberikan tanpa perlu menunggu haid

9) Tanda Bahaya dan Efek Samping

- a) Sakit perut yang hebat.
- b) Sakit dada yang hebat atau "nafas pendek".
- c) Sakit kepala yang hebat.
- d) Keluhan mata seperti penglihatan kabur atau tidak dapat melihat.
- e) Sakit tungkai bawah yang hebat (betis atau paha)

b. Pil Kombinasi (Minipil)

1) Pengertian

Merupakan kontrasepsi peroral, dikonsumsi sebagai usaha pencegahan kehamilan mengandung hormon progesterone.

2) Jenis

- a) Kemasan dengan pil isi 35 pil : 300 mg levonorgestrel atau 350 mg noretindron
- b) Kemasan dengan isi 28 pil : 75 mg desogestrel

3) Cara kerja

Menekan sekresi gonadotropin dan sintesis steroid seks di ovarium, endometrium mengalami transformasi lebih awal sehingga implantasi lebih sulit, mengentalkan lendir serviks, sehingga menghambat penetrasi sperma, mengubah motilitas tuba transportasi sperma terganggu.

4) Indikasi

- a) Usia reproduktif
- b) Telah memiliki anak, atau yang belum memiliki anak
- c) Menginginkan suatu metode kontrasepsi yang sangat efektif selama periode menyusui
- d) Pasca persalinan dan tidak menyusui atau pasca keguguran
- e) Perokok segala usia
- f) Mempunyai tekanan darah tinggi (>180/110 mmHg) atau dengan masalah pembekuan darah
- g) Tidak boleh menggunakan estrogen atau lebih senang tidak menggunakan estrogen

5) Kontraindikasi

- a) Hamil atau diduga hamil
- b) Perdarahan pervaginam yang belum jelas penyebabnya
- c) Tidak dapat menerima terjadinya gangguan haid
- d) Menggunakan obat TBC atau obat untuk epilepsy
- e) Kanker payudara atau riwayat kanker payudara
- f) Sering lupa menggunakan pil
- g) Riwayat stroke, progestin menyebabkan spasme pembuluh darah miom uterus, progestin dapat memicu pertumbuhan miom uterus.

6) Kelebihan

- a) Sangat efektif bila digunakan secara teratur
- b) Tidak mengganggu hubungan seksual
- c) Tidak memengaruhi ASI
- d) Kesuburan cepat kembali
- e) Nyaman dan mudah digunakan
- f) Sedikit efek samping
- g) Dapat dihentikan setiap saat

- h) Tidak mengganggu estrogen
- 7) Keterbatasan
 - a) Hampir 30-60 % mengalami gangguan haid
 - b) Peningkatan atau penurunan berat badan
 - c) Harus digunakan setiap hari dan pada waktu yang sama
 - d) Bila lupa satu pil saja, kegagalan menjadi lebih besar
 - e) Payudara menjadi tegang, mual, pusing, dermatitis, atau jerawat
 - f) Risiko kehamilan ektopik cukup tinggi
 - g) Efektivitasnya menjadi rendah bila digunakan bersamaan dengan obat TBC atau epilepsy
 - h) Tidak melindungi dari Infeksi Menular Seksual (IMS) atau HIV/AIDS
- 8) Waktu Menggunakan Kontrasepsi
 - a) Mulai hari pertama sampai hari ke-5 siklus haid
 - b) Dapat digunakan setiap saat, asal tidak terjadi kehamilan
 - c) Bila klien tidak haid, minipil dapat digunakan setiap saat, asal diyakini tidak hamil
 - d) Bila menyusui antara 6 minggu dan 6 bulan pascapersalinan dan tidak haid, minipil dapat dimulai setiap saat
 - e) Bila lebih dari 6 minggu pascapersalinan, dan klien telah mendapat haid minipil dapat dimulai pada hari 1-5 siklus haid
 - f) Bila klien sebelumnya menggunakan kontrasepsi hormonal lain dan ingin menggantinya dengan minipil, minipil dapat segera diberikan, bila saja kontrasepsi sebelumnya digunakan dengan benar atau ibu tersebut sedang tidak hamil. Tidak perlu menunggu datangnya haid berikutnya
 - g) Minipil dapat diberikan segera pascakeguguran
 - h) Bila kontrasepsi sebelumnya adalah kontrasepsi nonhormonal dan ibu tersebut ingin menggantinya dengan minipil, minipil diberikan pada hari 1-5 siklus haid dan tidak memerlukan metode kontrasepsi lain
 - i) Bila kontrasepsi sebelumnya yang digunakan adalah AKDR (termasuk AKDR yang mengandung hormon), minipil dapat diberikan pada hari 1-5 siklus haid. Dilakukan pengangkatan AKDR.

2. Suntikan

a. Suntikan Kombinasi

1) Pengertian

Merupakan kontrasepsi suntik yang mengandung hormon sintetis progesteron dan estrogen.

2) Jenis

- a) 25 mg Depo Medroksi Progesteron Asetat dan 5 mg Estradiol Sipionat. Diberikan secara IM sebulan sekali (setiap 4 minggu).
- b) 50 mg Noretindron Enantat dan 5 mg Estradiol Valerat. Diberikan secara IM sebulan sekali (setiap 4 minggu).

3) Cara kerja

Mencegah implantasi, menekan ovulasi, mengentalkan lendir serviks, menghambat transportasi gamet oleh tuba/mengganggu motilitas tuba

4) Indikasi

- a) Usia reproduksi
- b) Telah memiliki anak/belum
- c) Ingin mendapatkan kontrasepsi dengan efektivitas yang tinggi
- d) Menyusui ASI pasca persalinan > 6 bulan
- e) Setelah melahirkan anak dan tidak menyusui
- f) Anemia
- g) Nyeri haid hebat
- h) Haid teratur
- i) Riwayat kehamilan ektopik
- j) Sering lupa menggunakan pil kontrasepsi.

5) Kontraindikasi

- a) Hamil atau diduga hamil
- b) Menyusui dibawah 6 minggu pasca persalinan
- c) Perdarahan pervaginam
- d) Usia > 35 tahun yang merokok
- e) Riwayat penyakit jantung, stroke, atau dengan tekanan darah tinggi (>180/110 mmHg), Penyakit hati akut (virus hepatitis)

f) Riwayat kelainan tromboemboli atau dengan diabetes >20 tahun, kelainan pembuluh darah yang menyebabkan sakit kepala atau migrain dan keganasan pada payudara

6) Kelebihan

- a) Risiko terhadap kesehatan kecil
- b) Tidak berpengaruh pada hubungan suami istri
- c) Tidak diperlukan pemeriksaan dalam
- d) Jangka panjang
- e) Efek samping sangat kecil
- f) Klien tidak perlu menyimpan obat suntik

7) Kerugian

- a) Terjadi perubahan pada pola haid, seperti tidak teratur, perdarahan bercak/spotting, atau perdarahan sela sampai 10 hari.
- b) Mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan, dan keluhan seperti ini akan hilang setelah suntikan kedua atau ketiga.
- c) Ketergantungan klien terhadap pelayanan kesehatan. Klien harus kembali setiap 30 hari untuk mendapatkan suntikan.
- d) Efektivitasnya menurun bila digunakan bersamaan dengan obat-obat epilepsy atau obat tuberculosi.
- e) Penambahan berat badan.
- f) Tidak menjamin perlindungan terhadap penularan infeksi menular seksual, hepatitis B, atau infeksi virus HIV.
- g) Kemungkinan terlambatnya pemulihan kesuburan setelah penghentian pemakaian.

8) Waktu Mulai Menggunakan Suntikan Kontrasepsi

- a) Suntikan pertama dapat diberikan dalam waktu 7 hari siklus haid.
- b) Bila suntikan pertama diberikan setelah hari ke 7 siklus haid, klien tidak boleh melakukan hubungan seksual selama 7 hari atau menggunakan kontrasepsi lain untuk 7 hari
- c) Bila klien tidak haid, suntikan pertama dapat diberikan setiap saat, asal dapat dipastikan ibu tersebut tidak hamil. Klien tidak boleh melakukan

- d) hubungan seksual untuk 7 hari lamanya atau menggunakan metode kontrasepsi yang lain selama masa waktu 7 hari.
 - e) Bila klien pascapersalinan 6 bulan, menyusui, serta belum haid, suntikan pertama dapat diberikan asalkan dapat dipastikan tidak hamil
 - f) Bila pasca persalinan > 6 bulan, menyusui, serta telah mendapat haid, maka suntikan pertama dapat diberikan pada siklus haid hari ke 1 dan 7.
 - g) Bila pasca persalinan < 6 bulan dan menyusui, jangan diberikan suntikan kombinasi
 - h) Bila pasca persalinan 3 minggu, dan tidak menyusui, suntikan kombinasi dapat diberi.
 - i) Pascakeguguran, suntikan kombinasi dapat segera diberikan ataudalam waktu 7 hari.
 - j) Ibu yang sedang menggunakan metode kontrasepsi hormonal yang lain dan ingin menggantinya dengan hormonal kombinasi.
 - k) Bila kontrasepsi sebelumnya juga kontrasepsi hormonal, dan ibu tersebut ingin menggantinya dengan suntikan kombinasi, maka suntikan kombinasi tersebut dapat diberikan sesuai jadwal kontrasepsi sebelumnya. Tidak diperlukan metode kontrasepsi lain.
 - l) Ibu yang menggunakan metode kontrasepsi nonhormonal dan ingin menggantinya dengan suntikan kombinasi, maka suntikan pertama dapat segera diberikan asal saja diyakini ibu tidak hamil, dan pemberiannya tanpa perlu menunggu datangnya haid.
- 9) Tanda Bahaya dan Komplikasi
- a) Peningkatan berat badan yang menyolok.
 - b) Sakit kepala yang hebat.
 - c) Perdarahan pervaginam yang banyak.
 - d) Depresi.
 - e) Poliuri.

b. Suntikan Progestin

1) Pengertian

Merupakan kontrasepsi dengan jalan penyuntikan sebagai usaha pencegahan kehamilan berupa hormon progesterone wanita usia subur.

Suntikan progestin seperti depo-provera dan noris-terat mengandung hormon progestin saja. Suntikan ini baik bagi wanita yang menyusui dan diberikan setiap dua atau tiga bulan sekali.

2) Jenis

- a) Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA), mengandung 150 mg DMPA yang diberikan tiap 3 bulan dengan cara disuntik Intro Muskuler.
- b) Depo Nonsterat Enontat (Depo Nonsterat) yang mengandung 200mg noratin dion anontat, diberikan setiap 2 bulan dengan cara disuntik Intramuskuler.

3) Cara Kerja

Mencegah ovulasi, mengentalkan lendir serviks sehingga menurunkan kemampuan penetrasi sperma, menjadikan selaput lender rahim tipis dan atrofi, menghambat transportasi gemat oleh tuba.

4) Indikasi

- a) Usia reproduktif
- b) Nulipara dan yang telah memiliki anak
- c) Menyusui dan membutuhkan kontrasepsi yang sesuai
- d) Menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan yang memiliki efektivitas tinggi
- e) Setelah melahirkan dan menyusui
- f) banyak anak, tetapi belum menghendaki tubektomi serta sering lupa menggunakan pil kontrasepsi
- g) Tekanan darah < 180/110 mmHg, dengan masalah gangguan pembekuan darah atau anemia bulan sabit
- h) Menggunakan obat untuk epilepsi atau obat tuberculosis
- i) Tidak dapat mengandung kontrasepsi yg mengandung estrogen
- j) Mendekati usia menopause yang tidak mau atau tidak boleh menggunakan pil kontrasepsi kombinasi

5) Kontraindikasi

- a) Hamil atau dicurigai hamil
- b) Perdarahan pervaginam yang belum jelas penyebabnya
- c) Tidak dapat menerima terjadinya gangguan haid, terutama amenorrhea

- d) Menderita kanker payudara atau riwayat kanker payudara
 - e) Diabetes mellitus disertai komplikasi
- 6) Kelebihan
- a) Sangat efektif
 - b) Pencegahan kehamilan jangka panjang
 - c) Tidak berpengaruh pada hubungan suami- istri
 - d) Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung, dan gangguan pembekuan darah.
 - e) Tidak memiliki pengaruh terhadap ASI
 - f) Sedikit efek samping
 - g) Klien tidak perlu menyimpan obat suntik
 - h) Dapat digunakan oleh perempuan usia > 35 tahun sampai perimenopause
 - i) Membantu mencegah kanker endometrium dan kehamilan ektopik dan Menurunkan kejadian penyakit radang panggul
 - j) Menurunkan krisis anemia bulan sabit
- 7) Keterbatasan
- a) Sering ditemukan gangguan haid
 - b) Klien sangat bergantung pada tempat saran pelayanan kesehatan
 - c) Tidak dapat dihentikan sewaktu-waktu sebelum suntikan berikut
 - d) Permasalahan berat badan merupakan efek samping tersering
 - e) Tidak menjamin perlindungan terhadap penularan infeksi menular seksual, hepatitis B virus, atau infeksi virus HIV
 - f) Terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian suntikan
 - g) Terlambatnya kembali kesuburan bukan karena terjadinya kerusakan/kelainan pada organ genitalia, melainkan karena belum habisnya pelepasan obat suntikan dari deponya (tempat suntikan)
 - h) Terjadi perubahan pada lipid serum pada penggunaan jangka panjang
 - i) Pada penggunaan jangka panjang dapat sedikit menurunkan kepadatan tulang
 - j) Pada penggunaan jangka panjang, dapat menimbulkan kekeringan pada vagina, menurunkan libido, gangguan emosi (jarang), sakit kepala, nervositas, jerawat.

- 8) Waktu Mulai Menggunakan Kontrasepsi Suntikan Progestin
- a) Setiap saat selama siklus haid, asal ibu tersebut tidak hamil
 - b) Mulai hari pertama sampai hari ke-7 siklus haid
 - c) Pada ibu yang tidak haid, injeksi pertama dapat diberikan setiap saat, asalkan ibu tersebut tidak hamil.
 - d) Ibu yang menggunakan kontrasepsi hormonal lain dan ingin mengganti dengan kontrasepsi suntikan
 - e) Bila ibu sedang menggunakan jenis kontrasepsi jenis lain dan ingin menggantinya dengan jenis kontrasepsi suntikan yang lain lagi, kontrasepsi suntikan yang akan diberikan dimulai pada saat jadwal kontrasepsi suntikan yang sebelumnya.
 - f) Ibu yang menggunakan kontrasepsi nonhormonal dan ingin menggantinya dengan kontrasepsi hormonal, suntikan pertama kontrasepsi hormonal yang akan diberikan dapat segera diberikan, asal saja ibu tersebut tidak hamil, dan pemberiannya tidak perlu menunggu haid berikutnya datang
 - g) Ibu ingin menggantikan AKDR dengan kontrasepsi hormonal. Suntikan pertama dapat diberikan pada hari pertama sampai hari ke-7 siklus haid, atau dapat diberikan setiap saat setelah hari ke-7 siklus haid, asal saja yakin ibu tersebut tidak hamil
 - h) Ibu tidak haid atau ibu dengan perdarahan tidak teratur
- 9) Tanda Bahaya dan Komplikasi
- a) Peningkatan berat badan yang menyolok.
 - b) Sakit kepala yang hebat.
 - c) Perdarahan pervaginam yang banyak.
 - d) Depresi.
 - e) Poliuri.
3. Kontrasepsi Implan
- a. Pengertian

Implan adalah metode kontrasepsi hormonal yang efektif, tidak permanen dan dapat mencegah terjadinya kehamilan antara 3 – 5 tahun. Metode ini dikembangkan oleh *The Population Council*, yaitu suatu

organisasi yang didirikan tahun 1952 untuk mengembangkan teknologi kontrasepsi.

b. Jenis

Norplant terdiri dari 6 kapsul yang secara total bermuatan 216 mg levonorgestrel. Panjang kapsul adalah 34 mm dengan diameter 2,4 mm. kapsul terbuat dari bahan silastik medik (polydimethylsiloxane) yang fleksibel dimana kedua ujungnya ditutup dengan penyumbat sintetis yang tidak mengganggu kesehatan klien. Setelah penggunaan selama 5 tahun, ternyata masih tersimpan sekitar 50% bahan aktif levonorgestrel asal yang belum terdistribusi ke jaringan interstisial dan sirkulasi. Enam kapsul Norplant dipasang menurut konfigurasi kipas di lapisan subdermal lengan atas.

1) Jadelle (Norplant II)

Masa kerja Norplant adalah 5 tahun tetapi studi komparasi dengan implant-2 ternyata *5-year pregnancy rates* dan efek samping dari kedua kontrasepsi subdermal ini adalah sama. Population Council baru baru ini menyatakan bahwa Jadelle direkomendasikan untuk penggunaan 5 tahun dan Norplant untuk 7 tahun. Kumulasi dari *5-year pregnancy rate* per 100 *women-years* Jadelle diantara 0,8 – 1,0 dan Norplant sebesar 0,2 per tahun.

2) Implanon

Implanon (Organon, Oss, Netherlands) adalah kontrasepsi subdermal kapsul tunggal yang mengandung etonogestrel (3-ketodesogestrel), merupakan metabolit desogestrel yang efek androgeniknya lebih rendah dan aktivitas progestational yang lebih tinggi dari levonorgestrel. Kapsul polimer (ethylene vinyl acetate) mempunyai tingkat pelepasan hormon yang lebih stabil dari kapsul silastik Norplant sehingga variabilitas kadar hormon dalam serum menjadi lebih kecil.

Implanon dikemas dalam trokar kecil yang sekaligus disertai dengan pendorong (inserter) kapsul sehingga pemasangan hanya membutuhkan waktu 1 – 2,5 menit. Tidak seperti implant-2 (Jadelle, Implan-2 dan Sinoplant), Implanon dirancang khusus untuk inhibisi ovulasi selama masa penggunaan, karena ovulasi pertama dan luteinisasi terjadi pada paruh

kedua tahun ketiga penggunaan maka implanon hanya direkomendasikan untuk 3 tahun penggunaan walaupun ada penelitian yang menyatakan masa aktifnya dapat mencapai 4 tahun. Dengan tidak terjadi kehamilan selama penggunaan pada 70.000 siklus perempuan maka implanon dikategorikan sebagai alat kontrasepsi paling efektif yang pernah dibuat selama ini.

3) Implant lainnya

Nestorone adalah progestin kuat yang dapat menghambat ovulasi dan tidak terikat dengan seks hormon binding globulin (SHBG) serta tanpa efek estrogenic dan androgenic. Nestorone menjadi tidak aktif bila diberikan per oral karena segera dimetabolisme dalam hati sehingga aman bagi bayi yang mendapat ASI dari seorang ibu pengguna kontrasepsi hormon subdermal. Penelitian saat ini mengarah penggunaan kapsul 40mm dengan dosis normal atau 30mm dengan dosis yang lebih tinggi agar dapat bekerja aktif untuk jangka waktu 2 tahun. Kapsul tunggal 30mm sedang diteliti di 3 senter tetapi dengan waktu yang sama, Nestorone kapsul tunggal 30mm telah diregistrasi di Brazil dengan nama El- Cometrine tetapi digunakan untuk pengobatan endometriosis dengan waktu kerja aktif 6 bulan.

c. Cara Kerja

Lendir serviks menjadi kental, mengganggu proses pembentukan endometrium sehingga sulit terjadi implantasi, mengurangi transportasi sperma, menekan ovulasi

d. Indikasi

- 1) Usia reproduksi
- 2) Telah memiliki anak atau belum
- 3) Menghendaki kontrasepsi yang memiliki efektivitas tinggi dan menghendaki pencegahan kehamilan jangka panjang
- 4) Menyusui dan membutuhkan kontrasepsi
- 5) Pascapersalinan dan tidak menyusui atau pascakeguguran
- 6) Tidak menginginkan anak lagi tetapi menolak sterilisasi
- 7) Riwayat kehamilan ektopik
- 8) Tekanan darah < 180/110 mmHg, dengan masalah pembekuan darah, dan anemia bulan sabit

- 9) Tidak boleh menggunakan kontrasepsi hormonal yang mengandung estrogen
 - 10) Sering lupa menggunakan pil
- e. Kontraindikasi
- 1) Hamil atau diduga hamil
 - 2) Perdarahan pervaginam yang belum jelas penyebabnya
 - 3) Benjolan/kanker payudara atau riwayat kanker payudara
 - 4) Tidak dapat menerima perubahan pola haid yang terjadi
 - 5) Miom uterus dan kanker payudara
 - 6) Gangguan toleransi glukosa
- f. Kelebihan
- 1) Daya guna tinggi
 - 2) Perlindungan jangka panjang (sampai 5 tahun)
 - 3) Pengembalian tingkat kesuburan yang cepat
 - 4) Tidak memerlukan pemeriksaan dalam
 - 5) Bebas dari pengaruh estrogen
 - 6) Tidak mengganggu kegiatan senggama
 - 7) Tidak mengganggu ASI
 - 8) Klien hanya perlu kembali ke klinik bila ada keluhan
 - 9) Dapat dicabut setiap saat sesuai dengan kebutuhan
- g. Keterbatasan
- Pada kebanyakan klien dapat menyebabkan perubahan pola haid berupa perdarahan, bercak (spotting), hipermenorea, atau meningkatnya jumlah darah haid, serta amenorea.
- h. Waktu Mulai Menggunakan Implan
- 1) Setiap saat selama siklus haid hari ke-2 sampai hari ke-7
 - 2) Insersi dapat dilakukan setiap saat, asal saja diyakini tidak terjadi kehamilan.
 - 3) Bila klien tidak haid, insersi dapat dilakukan setiap saat, asal saja diyakini tidak terjadi kehamilan, jangan melakukan hubungan seksual atau gunakan metode kontrasepsi lain untuk 7 hari saja

- 4) Bila menyusui antara 6 minggu sampai 6 bulan pascapersalinan, insersi dapat dilakukan setiap saat
 - 5) Bila setelah 6 minggu melahirkan dan telah terjadi haid kembali, insersi dapat dilakukan setiap saat, tetapi jangan melakukan hubungan seksual selama 7 hari atau menggunakan metode kontrasepsi lain untuk 7 hari saja
 - 6) Bila klien menggunakan kontrasepsi hormonal dan ingin menggantinya dengan implant, insersi dapat dilakukan setiap saat, asal saja diyakini klien tersebut tidak hamil.
 - 7) Pasca keguguran implant dapat segera diinsersikan
 - 8) Bila kontrasepsi sebelumnya adalah kontrasepsi nonhormonal (kecuali AKDR) dan klien ingin menggantinya dengan implant, insersi implant dapat dilakukan setiap saat, asal saja diyakini klien tidak hamil.
 - 9) Bila kontrasepsi sebelumnya adalah kontrasepsi suntikan, implant dapat diberikan pada saat jadwal kontrasepsi suntikan tersebut.
 - 10) Bila kontrasepsi sebelumnya adalah AKDR dan klien ingin menggantinya dengan implant, implant dapat diinsersikan pada saat haid hari ke-7 dan klien jangan melakukan hubungan seksual selama 7 hari atau gunakan metode kontrasepsi lain untuk 7 hari saja. AKDR segera dicabut.
- i. Tanda Bahaya dan Komplikasi
 - 1) Amenorhea / tidak haid.
 - 2) Perdarahan bercak ringan atau spotting.
 - 3) Ekspulsi (lepasnya batang implant dari tempat pemasangan).
 - 4) Infeksi pada daerah pemasangan.
 - 5) Perubahan berat badan.
4. Metode Kontrasepsi dengan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR).
 - a. Pengertian

AKDR (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim) merupakan alat kontrasepsi yang dimasukkan ke dalam rahim yang terbuat dari bahan plastik dan tembaga yang hanya boleh dipasang oleh dokter atau bidan terlatih dan mencegah sperma pria bertemu dengan sel telur wanita. Pemakaian AKDR

dapat sampai 10 tahun (tergantung kepada jenisnya) dan dapat dipakai oleh semua wanita umur.

b. Jenis

1) AKDR CuT-380A

Ukurannya kecil, kerangka dari plastic yang fleksibel, berbentuk huruf T diselubungi oleh kawat halus yang terbuat dari tembaga (Cu). Tersedia di Indonesia dan terdapat dimana-mana.

2) AKDR lain yang beredar di Indonesia ialah NOVA T (*Schering*)

c. Cara Kerja

Mencegah terjadinya fertilisasi, tembaga pada AKDR menyebabkan reaksi inflamasi steril, toksik buat sperma sehingga tidak mampu untuk fertilisasi.

d. Indikasi

1) Usia reproduktif

2) Keadaan nulipara

3) Menginginkan menggunakan kontrasepsi jangka panjang

4) Menyusui yang menginginkan menggunakan kontrasepsi

5) Setelah melahirkan dan tidak menyusui bayinya

6) Setelah mengalami abortus dan tidak terlihat adanya infeksi

7) Risiko rendah dari IMS

8) Tidak menghendaki metode hormonal

9) Tidak menyukai untuk mengingat-ingat minum pil setiap hari

10) Tidak menghendaki kehamilan setelah 1-5 hari senggama

e. Kontraindikasi

1) Sedang hamil

2) Perdarahan vagina yang tidak diketahui

3) Tiga bulan terakhir sedang mengalami atau sering menderita PRP atau abortus septic

4) Sedang menderita infeksi alat genital (vaginitis, servisititis). Penyakit trofoblas yang ganas, diketahui menderita TBC pelvik, kanker alat genital dan ukuran rongga rahim kurang dari 5 cm

- 5) Kelainan bawah uterus yang abnormal atau tumor jinak rahim yang dapat memengaruhi kavum uteri
- f. Kelebihan
- 1) Sebagai kontrasepsi, efektivitasnya tinggi
 - 2) AKDR dapat efektif segera setelah pemasangan
 - 3) Tidak memengaruhi hubungan seksual
 - 4) Sangat efektif karena tidak perlu lagi mengingat-ingat
 - 5) Metode jangka panjang (10 tahun proteksi dari CuT-380A dan tidak perlu diganti
 - 6) Tidak ada efek samping hormonal
 - 7) Tidak memengaruhi kualitas dan volume ASI
 - 8) Dapat dipasang segera setelah melahirkan atau sesudah abortus (apabila tidak terjadi infeksi)
 - 9) Dapat digunakan sampai menopause (1 tahun atau lebih setelah haid terakhir)
- g. Keterbatasan
- 1) Efek samping yang umum terjadi :
 - a) Perubahan siklus haid
 - b) Haid lebih lama dan banyak
 - c) Perdarahan (spotting) antarmenstruasi
 - d) Saat haid lebih sakit
 - 2) Komplikasi lain :
 - a) Merasakan sakit dan kejang selama 3 sampai 5 hari setelah pemasangan
 - b) Perdarahan berat pada waktu haid atau diantaranya yang memungkinkan penyebab anemia
 - c) Perforasi dinding uterus
 - d) Tidak mencegah IMS termasuk HIV/AIDS
 - e) Tidak baik digunakan pada perempuan dengan IMS atau perempuan yang sering berganti pasangan
 - f) Klien tidak dapat melepas AKDR oleh dirinya sendiri

g) Prosedur medis termasuk pemeriksaan pelvik diperlukan dalam pemasangan serta sedikit nyeri dan perdarahan terjadi segera setelah pemasangan AKDR

h. Waktu Penggunaan Kontrasepsi AKDR

- 1) Setiap waktu dalam siklus haid, yang dapat dipastikan klien tidak hamil
- 2) Hari pertama sampai ke-7 siklus haid
- 3) Segera setelah melahirkan, selama 48 jam pertama atau setelah 4 minggu pascapersalinan atau setelah menderita abortus
- 4) Selama 1 sampai 5 hari setelah senggama yang tidak dilindungi

i. Tanda Bahaya dan Komplikasi

- 1) Merasa sakit dan kejang selama 3 sampai 5 hari setelah pemasangan
- 2) Terlambat haid / amenore.
- 3) Sakit perut.
- 4) Keputihan yang sangat banyak / sangat berbau.
- 5) Spotting, perdarahan per vaginam, haid yang banyak, bekuan - bekuan darah.
- 6) Perforasi dinding uterus (sangat jarang)

5. Metode Amenorhea Laktasi (MAL)

a. Pengertian

Metode Amenorhea Laktasi (MAL) adalah kontrasepsi yang mengandalkan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, artinya hanya diberikan ASI tanpa tambahan makanan atau minuman apa pun. MAL dapat dipakai sebagai kontrasepsi jika :

- 1) Menyusui secara penuh *full breast feeding* lebih efektif bila pemberian > 8x sehari.
- 2) Belum haid
- 3) Harus dilanjutkan dengan pemakaian metode kontrasepsi lainnya.

b. Cara kerja MAL:

Penundaan/ penekanan ovulasi

- c. Kelebihan kontrasepsi :
 - 1) Efektivitas tinggi (keberhasilan 98% pada 6 bulan persalinan)
 - 2) Segera efektivitas
 - 3) Tidak mengganggu senggama
 - 4) Tidak ada efek samping secara sistemik
 - 5) Tidak perlu pengawasan medis
 - 6) Tidak perlu obat atau alat
 - 7) Tanpa biaya
- d. Keuntungan
 - 1) Untuk bayi
 - a) Mendapat kekebalan pasif (mendapatkan antibodi perlindungan lewat ASI)
 - b) Sumberasupan gizi yang terbaik dan sempurna untuk tumbuh kembang bayi yang optimal.
 - c) Terhindar dari paparan terhadap kontaminasi dari air, susu lain atau formula, atau alat minum yang dipakai.
 - 2) Untuk ibu
 - a) Mengurangi perdarahan pascapersalinan
 - b) Mengurangi risiko anemia
 - c) Meningkatkan hubungan psikologi ibu dan bayi.
- e. Yang tidak boleh menggunakan MAL
 - 1) Sudah mengalami haid setelah bersalin
 - 2) Tidak menyusui secara eksklusif
 - 3) Bayinya sudah berumur lebih dari 6 bulan
 - 4) Bekerja dan terpisah dari bayi lebih dari 6 jam

2.7.3 Penapisan

Tujuan utama penapisan klien sebelum pemberian suatu metode kontrasepsi (misalnya pil KB, suntikan atau AKDR) adalah untuk menentukan apakah ada :

- a. Kehamilan
- b. Keadaan yang membutuhkan perhatian khusus
- c. Masalah (misalnya diabetes atau tekanan darah tinggi) yang juga

membutuhkan pengamatan dan pengolahan lebih lanjut.

Tabel 2.11 Daftar Titik Penapisan Klien Metode Nonoperatif

Metode Hormonal (pil kombinasi, pil progestin, suntikan dan susuk)	Ya	Tidak
Apakah hari pertama haid terakhir 7 hari yang lalu atau lebih		
Apakah anda menyusui dan kurang dari 6 minggu pascapersalinan		
Apakah mengalami perdarahan/perdarahan bercak antara haid setelah sanggama		
Apakah pernah ikterus pada kulit atau mata		
Apakah pernah nyeri kepala hebat atau gangguan visual		
Apakah anda nyeri hebat pada betis, paha atau dada, atau tungkai bengkak (edema)		
Apakah pernah tekanan darah diatas 160 mmHg (sistolik) atau 90 mmHg (diastolic)		
Apakah ada massa atau benjolan pada payudara		
Apakah anda sedang minum obat-obatan anti kejang (epilepsy)		
AKDR (semua jenis pelepas tembaga dan progestin).		
Apakah hari pertama haid terakhir 7 hari yang lalu		
Apakah klien (atau pasangan) mempunyai pasangan seks lain.		
Apakah pernah mengalami Infeksi Menular Seksual (IMS)		
Apakah pernah mengalami penyakit radang panggul atau kehamilan ektopik		
Apakah pernah mengalami haid banyak (lebih 1-2 pembalut tiap 4jam)		
Apakah pernah mengalami haid lama (lebih dari 8 hari)		
Apakah pernah mengalami dismenore berat yang membutuhkan analgetika dan/atau istirahat baring		
Apakah pernah mengalami perdarahan/perdarahan bercak antara haid atau setelah sanggama		
Apakah pernah mengalami gejala penyakit jantung valvular atau congenital		

Sumber : Affandi, 2015.

Jika semua keadaan diatas adalah “tidak” (negatif) dan tidak dicurigai adanya kehamilan, maka dapat diteruskan dengan konseling metode khusus. Bila respon banyak yang “ya” (positif), berarti klien perlu dievaluasi sebelum keputusan akhir dibuat.

2.7.4 Konseling Pra dan Pasca Pemasangan Alat Kontrasepsi

Konseling merupakan aspek yang sangat penting dalam pelayanan Keluarga Berencana (KB) dan Kesehatan Reproduksi (KR). Dengan melakukan konseling berarti petugas membantu klien dalam memilih dan memutuskan jenis kontrasepsi yang akan digunakan sesuai dengan pilihannya.

1. Langkah-langkah konseling KB (SATU TUJU)

SA: SApa dan Salam kepada klien secara terbuka dan sopan. Berikan perhatian sepenuhnya kepada mereka dan berbicara di tempat yang nyaman serta terjamin privasinya. Yakinkan klien untuk membangun rasa percaya diri. Tanyakan kepada klien apa yang perlu dibantu serta jelaskan pelayanan apa yang dapat diperolehnya.

T : Tanyakan pada klien informasi tentang dirinya. Bantu klien untuk berbicara mengenai pengalaman keluarga berencana dan kesehatan reproduksi, tujuan, kepentingan, harapan, serta keadaan kesehatan dan kehidupan keluarganya. Tanyakan kontrasepsi yang diinginkan oleh klien. Berikan perhatian kepada klien apa yang disampaikan klien sesuai dengan kata-kata, gerak isyarat dan caranya. Dengan memahami pengetahuan, kebutuhan dan keinginan klien kita dapat membantunya.

U : Uraikan pada klien mengenai pilihannya dan beritahu apa pilihan reproduksi yang paling mungkin. Bantu klien pada kontrasepsi yang paling dia inginkan, serta jelaskan pula jenis-jenis kontrasepsi lain yang ada. Uraikan juga mengenai risiko penularan HIV/AIDS dan pilihan metode ganda.

TU : BanTULah klien menentukan pilihannya. Doronglah klien untuk menunjukkan keinginan dan mengajukan pertanyaan. Tanyakan juga apakah pasangannya akan memberikan dukungan dengan pilihan tersebut. Yakinkan bahwa klien telah membuat keputusan yang tepat.

J : Jelaskan secara lengkap bagaimana cara menggunakan kontrasepsi pilihannya. Setelah klien memilih kontrasepsi pilihannya, jika diperlukan, perlihatkan alat/obat kontrasepsinya. Cek pengetahuan klien tentang penggunaan kontrasepsi pilihannya dan puji klien apabila dapat menjawab dengan benar.

U : Perlunya dilakukan kunjungan Ulang. Bicarakan dan juga buatlah perjanjian kapan klien akan kembali untuk melakukan pemeriksaan lanjutan atau permintaan kontrasepsi jika dibutuhkan. Perlu juga selalu mengingatkan klien untuk kembali apabila terjadi suatu masalah (Affandi, 2015).

2. *Informed choice*

Menurut Affandi (2015), ada beberapa pengertian mengenai *informed choice*, diantaranya :

- a. *Informed choice* adalah suatu kondisi peserta/calon peserta KB yang memilih kontrasepsi didasari oleh pengetahuan yang cukup setelah mendapat informasi yang lengkap melalui Komunikasi Interpersonal (KIP).
- b. Memberdayakan para klien untuk melakukan *informed choice* adalah kunci yang baik menuju pelayanan KB yang berkualitas.
- c. Bagi calon peserta KB baru, *informed choice* merupakan proses memahami kontrasepsi yang akan dipakainya.
- d. Bagi peserta KB apabila mengalami gangguan efek samping, komplikasi dan kegagalan tidak terkejut karena sudah mengerti tentang kontrasepsi yang akan dipilihnya.
- e. Bagi peserta KB tidak akan terpengaruh oleh rumor yang timbul dikalangan masyarakat.
- f. Bagi peserta KB apabila mengalami gangguan efek samping, komplikasi akan cepat berobat ketempat pelayanan.
- g. Bagi peserta KB yang *informed choice* berarti akan terjaga kelangsungan pemakaian kontrasepsinya (Affandi, 2015).

2.7.5 Efek Samping dan Penanganan

1. Pil progestin (minipil)

Tabel 2.12 Penanganan efek samping yang sering ditemukan

Efek samping	Penanganan
Amenorea	Pastikan hamil atau tidak, bila tidak hamil, tidak perlu tindakan khusus. Cukup konseling saja. Bila amenore berlanjut atau hal tersebut membuat klien khawatir, rujuk ke klinik. Bila hamil jelaskan kepada klien bahwa minipil sangat kecil menimbulkan kelainan pada janin. Bila diduga kehamilan ektopik, klien perlu dirujuk, jangan memberikan obat-obat hormonal
Perdarahan tidak teratur/spotting.	Bila tidak menimbulkan masalah kesehatan/tidak hamil, tidak perlu tindakan khusus. Bila klien tetap saja tidak dapat menerima kejadian tersebut, perlu dicari metode kontrasepsi lain.

Sumber : Affandi, 2015.

2. Suntikan progestin

Tabel 2.13 Penanganan efek samping yang sering ditemukan

Efek samping	Penanganan
Amenore (tidak terjadi perdarahan /spotting).	<p>2) Bila tidak hamil, pengobatan apapun tidak perlu. Jelaskan, bahwa darah haid tidak terkumpul dalam rahim. Nasihati untuk kembali ke klinik.</p> <p>3) Bila telah terjadi kehamilan, rujuk klien.</p> <p>4) Bila terjadi kehamilan ektopik, rujuk klien segera.</p> <p>5) Jangan berikan terapi hormonal untuk menimbulkan perdarahan karena tidak akan berhasil.</p> <p>6) Tunggu 3 – 6 bulan, bila tidak terjadi perdarahan juga, rujuk ke klinik.</p>
Perdarahan/perdarahan bercak (spotting). Perdarahan/perdarahan bercak (spotting).	<p>1) Informasikan bahwa perdarahan ringan sering dijumpai, tetapi hal ini bukanlah masalah serius, dan biasanya tidak memerlukan pengobatan. Bila klien tidak dapat menerima perdarahan tersebut dan ingin melanjutkan suntikan, maka dapat disarankan 2 pilihan pengobatan. 1 siklus pil kontrasepsi kombinasi (30 – 35 mg etinilestradiol), Ibuprofen (sampai 80 mg, 3x/hari untuk 5 hari), atau obat sejenis lain.</p> <p>2) Jelaskan bahwa selesai pemberian pil kontrasepsi kombinasi dapat terjadi perdarahan. Bila terjadi perdarahan banyak selama pemberian suntikan ditangani dengan pemberian 2 tablet pil kontrasepsi kombinasi/hari selama 3 – 7 hari dilanjutkan dengan 1 siklus pil kontrasepsi hormonal, atau diberi 50</p>

Efek samping	Penanganan
	mg etinil estradiol atau 1,25 mg estrogen equin konjugasi untuk 14 – 21 hari
Meningkat/ menurunnya berat badan	1) Informasikan bahwa kenaikan atau penurunan berat badan sebanyak 1 -2 kg dapat saja terjadi. Bila berat badan lebih, hentikan suntikan dan anjurkan kontrasepsi lain.

Sumber : Affandi, 2015.

3. Implant

Efek samping dari pemasangan implant adalah perubahan perdarahan haid, perdarahan yang lama selama beberapa bulan pertama pemakaian, perdarahan atau bercak perdarahan diantara siklus haid, lamanya perdarahan atau bercak perdarahan berkurang, tidak mengalami perdarahan atau bercak perdarahan sama sekali selama beberapa bulan (amenore), kombinasi dari beberapa efek samping tersebut diatas, sakit kepala, perubahan berat badan perubahan suasana hati, depresi.

AKDR dengan Progestin

Tabel 2.14 Penanganan efek samping yang sering ditemukan

Efek samping	Penanganan
Amenore	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pastikan hamil atau tidak. 2) Bila klien tidak hamil, AKDR tidak perlu dicabut, cukup konseling saja. Salah satu efek samping menggunakan AKDR yang mengandung hormon adalah amenore (20 – 50%). 3) Jika terjadi kehamilan kurang dari 13 minggu dan benang AKDR terlihat, cabut AKDR. 4) Nasihatkan agar kembali ke klinik jika terjadi perdarahan, kram, cairan berbau, atau demam. 5) Jangan mencabut AKDR jika benang tidak kelihatan dan kehamilannya > 13 minggu. 6) Jika klien hamil dan ingin meneruskan kehamilannya tanpa mencabut AKDR-nya, jelaskan kepadanya tentang meningkatnya risiko keguguran, kehamilan preterm, infeksi, dan kehamilannya harus diawasi ketat
Kram	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pikirkan kemungkinan terjadi infeksi dan beri pengobatan yang sesuai. 2) Jika kramnya tidak parah dan tidak ditemukan penyebabnya, cukup diberi analgetik saja.

Efek samping	Penanganan
	3) Jika penyebabnya tidak dapat ditemukan dan menderita kram berat, cabut AKDR, kemudian ganti dengan AKDR baru atau cari metode kontrasepsi lain.
Perdarahan yang tidak teratur dan banyak	<ol style="list-style-type: none"> 1) Sering ditemukan terutama pada 3 – 6 bulan pertama. 2) Singkirkan infeksi panggul atau kehamilan ektopik, rujuk klien bila dianggap perlu. 3) Bila tidak ditemukan kelainan patologik dan perdarahan masih terjadi, dapat diberi ibuprofen 3 x 800 mg untuk satu minggu, atau pil kombinasi satu siklus saja. 4) Bila perdarahan banyak beri 2 tablet pil kombinasi untuk 3 – 7 hari saja, atau boleh juga diberi 1,25 mg estrogen equin konjugasi selama 14 – 21 hari. 5) Bila perdarahan terus berlanjut sampai klien
Benang hilang	<ol style="list-style-type: none"> 1) Periksa apakah klien hamil. 2) Bila tidak hamil dan AKDR masih ditempat, tidak ada tindakan yang perlu dilakukan. 3) Bila tidak yakin AKDR masih berada didalam rahim dan klien tidak hamil, maka klien dirujuk untuk dilakukan pemeriksaan rontgen/USG. 4) Bila tidak ditemukan, pasang kembali AKDR sewaktu datang haid. 5) Jika ditemukan kehamilan dan benang AKDR tidak kelihatan, lihat penanganan 'amenore'.
Cairan vagina/dugaan penyakit radang panggul	<ol style="list-style-type: none"> 1) Bila penyebabnya kuman gonokokus atau klamidia, cabut AKDR dan berikan pengobatan yang sesuai. 2) Penyakit radang panggul yang lain cukup diobati dan AKDR tidak perlu dicabut. 3) Bila klien dengan penyakit radang panggul dan tidak ingin memakai AKDR lagi, berikan antibiotika selama 2 hari dan baru kemudian AKDR dicabut dan dibantu klien untuk memilih metode kontrasepsi lain.

Sumber : Affandi, 2015.

2.8 Konsep Dasar Asuhan Kebidanan

2.8.1 Manajemen Varney

Menurut Kemenkes RI (2007), standar praktek kebidanan dalam metode asuhan kebidanan yang menggambarkan tentang *Continuity of Care* adalah:

a. Standar I : Metode Asuhan

Asuhan kebidanan dilaksanakan dengan metode manajemen kebidanan dengan langkah: pengumpulan data dan analisis data, penegakan diagnosa perencanaan pelaksanaan, evaluasi dan dokumentasi.

Definisi operasional:

- 1) Ada format manajemen asuhan kebidanan dalam catatan asuhan kebidanan.
- 2) Format manajemen asuhan kebidanan terdiri dari format pengumpulan data, rencana asuhan, catatan implementasi, catatan perkembangan, tindakan, evaluasi, kesimpulan dan tindak lanjut tindakan lain.

b. Standar II : Pengkajian

Pengumpulan data tentang status kesehatan klien dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan.

Definisi Operasional :

- 1) Ada format pengumpulan data
- 2) Pengumpulan data dilakukan secara sistematis, terfokus, yang meliputi data:
 - a) Demografi identitas klien.
 - b) Riwayat penyakit terdahulu.
 - c) Riwayat kesehatan Reproduksi.
 - (1) Riwayat haid
 - (2) Riwayat bedah organ reproduksi.
 - (3) Riwayat kehamilan dan persalinan
 - (4) Pengaturan kesuburan.
 - (5) Faktor kongenital atau keturunan yang terkait.
 - d) Keadaan kesehatan saat ini termasuk kesehatan reproduksi.
 - e) Analisis data.

c. Standar III : Diagnosa Kebidanan

Diagnosa kebidanan dirumuskan berdasarkan analisis data yang telah dikumpulkan.

Definisi operasional :

- 1) Diagnosa kebidanan dibuat sesuai dengan hasil analisa data.
- 2) Diagnosa kebidanan dirumuskan secara sistematis.

d. Standar IV : Rencana Asuhan

Rencana asuhan kebidanan dibuat berdasarkan dari diagnosa kebidanan.

Definisi operasional :

- 1) Ada format rencana asuhan kebidanan.
- 2) Format rencana asuhan kebidanan berdasarkan diagnosa, berisi rencana tindakan, evaluasi dan tindakan.

e. Standar V : Tindakan

Tindakan kebidanan dilaksanakan berdasarkan diagnosa, rencana dan perkembangan keadaan klien.

Definisi operasional :

- 3) Ada format tindakan kebidanan dan evaluasi.
- 4) Tindakan kebidanan dilaksanakan sesuai dengan rencana dan juga perkembangan klien.
- 5) Tindakan kebidanan dilaksanakan sesuai dengan prosedur tetap dan wewenang bidan atau hasil kolaborasi.
- 6) Tindakan kebidanan dilaksanakan dengan menerapkan etika dan kode etik kebidanan.
- 7) Seluruh tindakan kebidanan dicatat pada format yang telah tersedia.

f. Standar VI : Partisipasi Klien

Klien dan keluarga dilibatkan dalam rangka peningkatan pemeliharaan dan pemulihan kesehatan.

Definisi operasional :

- 1) Klien atau keluarga mendapatkan informasi tentang :
 - a) Status kesehatan saat ini.
 - b) Rencana tindakan yang akan dilaksanakan.
 - c) Peranan klien atau keluarga dalam tindakan kebidanan.
 - d) Peranan petugas kesehatan dalam tindakan kebidanan.
 - e) Sumber-sumber yang dapat dimanfaatkan.

2) Klien dan keluarga dilibatkan dalam menentukan pilihan untuk mengambil keputusan dalam asuhan.

3) Pasien dan keluarga diberdayakan dalam terlaksananya rencana asuhan klien.

g. Standar VII : Pengawasan

Monitor/pengawasan klien dilaksanakan secara terus-menerus dengan tujuan untuk mengetahui perkembangan klien.

Definisi operasional :

- 1) Adanya format pengawasan klien.
- 2) Pengawasan dilaksanakan secara terus-menerus dan sistematis untuk mengetahui perkembangan klien.
- 3) Pengawasan yang dilaksanakan dicatat dan dievaluasi.

h. Standar VIII : Evaluasi

Evaluasi asuhan kebidanan dilaksanakan terus-menerus sesuai dengan tindakan kebidanan dan rencana yang telah dirumuskan.

Definisi operasional :

- 1) Evaluasi dilaksanakan pada tiap tahapan pelaksanaan asuhan sesuai standar.
- 2) Hasil evaluasi dicatat pada format yang telah disediakan.

i. Standar IX : Dokumentasi

Asuhan kebidanan didokumentasikan sesuai dengan standar dokumentasi asuhan kebidanan.

Definisi operasional :

- 1) Dokumentasi dilaksanakan pada setiap tahapan asuhan kebidanan.
- 2) Dokumentasi dilaksanakan secara sistematis, tepat, dan jelas.
- 3) Dokumentasi merupakan bukti legal dari pelaksanaan asuhan kebidanan.

2.8.2 Kompetensi Bidan

Menurut Kemenkes (2007), standar kompetensi bidan ada 9 yaitu:

1. Bidan mempunyai persyaratan pengetahuan dan keterampilan dalam ilmu-ilmu sosial, kesehatan masyarakat, dan etika yang membentuk dasar dari asuhan yang bermutu tinggi sesuai dengan budaya, untuk wanita, bayi baru lahir, dan keluarganya.

2. Bidan memberikan asuhan yang bermutu tinggi, pendidikan kesehatan yang tanggap terhadap budaya, dan memberikan pelayanan yang menyeluruh di masyarakat dalam rangka untuk meningkatkan kehidupan keluarga yang sehat, perencanaan kehamilan, dan kesiapan untuk menjadi orang tua.
3. Bidan memberikan asuhan antenatal yang bermutu tinggi untuk mengoptimalkan kesehatan ibu selama kehamilan yang meliputi deteksi dini, pengobatan, dan rujukan.
4. Bidan memberikan asuhan yang bermutu tinggi, tanggap terhadap budaya setempat selama persalinan, memimpin suatu persalinan yang bersih dan aman, menangani situasi kegawatdaruratan tertentu untuk mengoptimalkan kesehatan wanita dan bayi baru lahir.
5. Bidan dapat memberikan asuhan pada ibu nifas dan menyusui yang bermutu tinggi serta tanggap terhadap budaya setempat.
6. Bidan memberikan asuhan yang bermutu tinggi dan komprehensif pada bayi baru lahir (BBL) sehat sampai usia 1 bulan.
7. Bidan memberikan asuhan yang bermutu tinggi dan komprehensif pada bayi dan balita sehat.
8. Bidan memberikan asuhan yang bermutu tinggi dan komprehensif pada keluarga dan kelompok.
9. Bidan mampu melaksanakan asuhan kebidanan pada wanita/ ibu dengan gangguan sistem reproduksi.