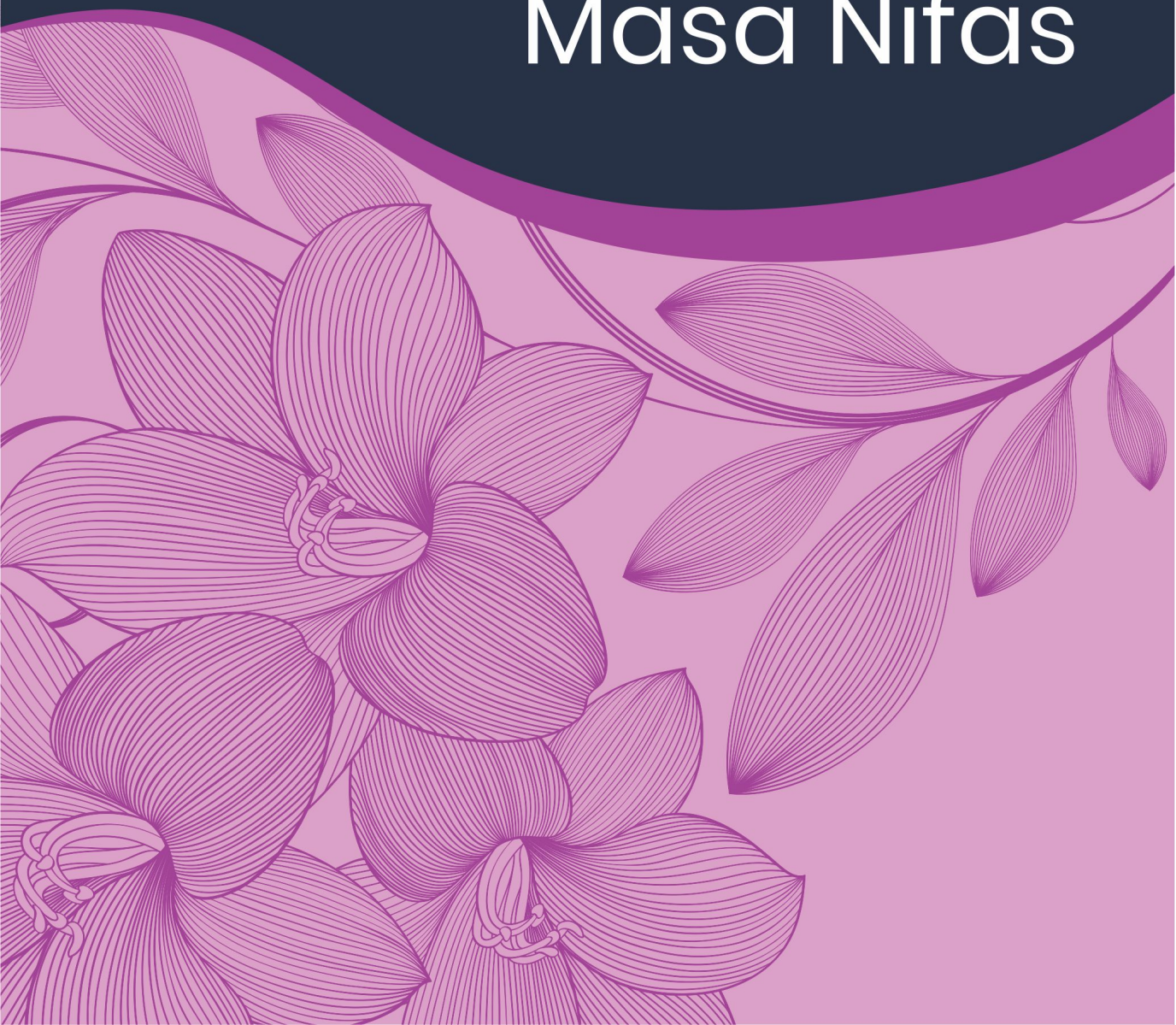


Lina Fitriani, S.S.T., M.Keb.
Sry Wahyuni, S.S.T., M.Keb.

Buku Ajar **Asuhan
Kebidanan**
Masa Nifas



Buku Ajar
Asuhan Kebidanan Masa Nifas

UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. Penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. Penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Buku Ajar

Asuhan Kebidanan Masa Nifas

Lina Fitriani, S.S.T., M.Keb.

Sry Wahyuni, S.S.T., M.Keb.

BUKU AJAR ASUHAN KEBIDANAN MASA NIFAS

Lina Fitriani & Sry Wahyuni

Desain Cover :
Dwi Novidiantoko

Sumber :
www.shutterstock.com

Tata Letak :
Amry Rasyadany

Proofreader :
Avinda Yuda Wati

Ukuran :
viii, 178 blm, Uk: 17.5x25 cm

ISBN :
978-623-02-2722-6

ISBN Elektronik :
978-623-02-2731-8 (PDF)

Cetakan Pertama :
April 2021

Tahun Terbit Digital :
2021

Hak Cipta 2021, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

Copyright © 2021 by Deepublish Publisher
All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT DEEPUBLISH
(Grup Penerbitan CV BUDI UTAMA)
Anggota IKAPI (076/DIY/2012)

Jl.Rajawali, G. Elang 6, No 3, Drono, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman
Jl.Kaliurang Km.9,3 – Yogyakarta 55581
Telp/ Faks: (0274) 4533427
Website: www.deepublish.co.id
www.penerbitdeepublish.com
E-mail: cs@deepublish.co.id

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
BAB I Masa Nifas.....	1
A. Defenisi Masa Nifas	1
B. Tujuan Asuhan Masa Nifas	1
C. Peran dan Tanggung Jawab Bidan dalam Masa Nifas	2
D. Tahapan Masa Nifas	3
E. Kebijakan Program Nasional Masa Nifas	4
BAB II Laktasi dan Menyusui	8
A. Anatomi dan Fisiologi Payudara.....	8
B. Dukungan Bidan dalam Pemberian ASI.....	11
BAB III Respon Orang Tua Terhadap BBL.....	14
A. <i>Bounding Attachment</i>	14
B. Respons Ayah	17
C. <i>Sibling Rivalry</i>	17
BAB IV Perubahan Fisiologis Masa Nifas	21
A. Perubahan Sistem Reproduksi	21
B. Perubahan Sistem Pencernaan.....	23
C. Perubahan Sistem Perkemihan.....	25
D. Perubahan Sistem Musculoskeletal.....	26
E. Perubahan Tanda-Tanda Vital.....	26
F. Perubahan Sistem Kardiovaskuler	27
G. PERUBAHAN SISTEM HEMATOLOGI.....	28
H. Perubahan Sistem Endokrin.....	28
BAB V Adaptasi Psikologi Masa Nifas	30
A. Adaptasi Psikologi Masa Nifas	30
B. Postpartum Blues.....	31
C. PENANGANAN POSTR PARTUM BLUES.....	33
D. KESEDIHAN DAN DUKA CITA.....	34

BAB VI	KEBUTUHAN DASAR IBU PADA MASA NIFAS	36
A.	Nutrisi dan Cairan.....	37
B.	Ambulasi	39
C.	ELIMINASI.....	41
D.	KEBERSIHAN DIRI DAN PERINEUM	42
E.	Istirahat.....	45
F.	Seksual.....	46
G.	Keluarga Berencana	47
H.	Latihan Senam Nifas	53
BAB VII	Asuhan Pada Masa Nifas Normal.....	59
A.	Pengkajian Data	59
B.	Interprestasi Data	62
C.	Identifikasi Diagnosis dan Masalah Potensial	65
D.	Identifikasi yang Memerlukan Tindakan Segera	66
E.	Perencanaan.....	66
F.	Pelaksanaan.....	66
G.	Evaluasi	67
H.	Latihan	67
BAB VIII	Program Tindak Lanjut Asuhan Nifas di Rumah	68
A.	Tujuan Asuhan Nifas.....	68
B.	Penentuan Waktu Asuhan Nifas	69
C.	Jadwal Kunjungan Rumah	71
D.	Asuhan Lanjut Masa Nifas Di Rumah	76
E.	Penyuluhan pada Ibu Masa Nifas	77
BAB IX	Pendokumentasian Asuhan Masa Nifas.....	87
A.	Pengertian Dokumentasi	87
B.	Tujuan	87
C.	Hasil yang Diharapkan.....	87
D.	Langkah-Langkah.....	87
BAB X	Studi Terkait Kebidanan dan Nifas	93
DAFTAR PUSTAKA		96
LAMPIRAN		99
PROFIL PENULIS.....		177

BAB I

Masa Nifas

A. Defenisi Masa Nifas

Masa nifas (*puerperium*) adalah masa setelah lahirnya plasenta hingga organ reproduksi khususnya alat-alat kandungan kembali pulih seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas atau disebut *puerperium* dimulai sejak 2 (dua) jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah itu.

Bila diartikan dalam bahasa latin, *Puerperium* yaitu waktu mulai tertentu setelah melahirkan anak ini disebut kata *puer* yang artinya bayi dan *parous* melahirkan. Sehingga diartikan sebagai “setelah melahirkan bayi”.

1. Postpartum adalah masa setelah melahirkan hingga pulihnya Rahim dan organ kewanitaan yang umumnya di iringi dengan keluarnya darah nifas, Lamanya periode postpartum yaitu sekitar 6-8 minggu Selain terjadinya perubahan-perubahan tubuh, pada periode postpartum juga akan mengakibatkan terjadinya perubahan kondisi psikologis (Erni Hernawati & Lia Kamila, 2017).
2. Masa nifas (*puerperium*) adalah masa setelah keluarnya plasenta sampai alat reproduksi pulih seperti sebelum hamil normal masa nifas berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari (Eka Puspita Sari, dkk., 2014).

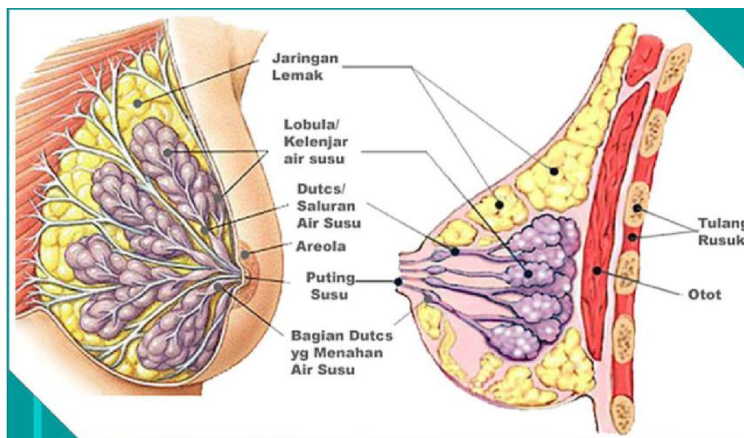
B. Tujuan Asuhan Masa Nifas

1. Menjaga kesehatan ibu dan bayi secara fisik maupun psikologis
2. Melaksanakan skrining yang komprehensif
3. Melakukan deteksi dini terhadap masalah
4. Mengobati atau merujuk jika terjadi komplikasi pada ibu maupun bayinya

BAB II

Laktasi dan Menyusui

A. Anatomi dan Fisiologi Payudara



Gambar 2. 1 Anatomi dan Fisiologi Payudara

Glandulla mammae atau biasa disebut payudara berasal dari bahasa latin *mammae* atau susu yang merupakan kelenjar yang terletak di bawah kulit tepatnya di atas otot dada yang terletak sekitar iga kedua atau ketiga sampai iga keenam atau ketujuh. Payudara normal berukuran sekitar 10-20 cm dengan berat pada ibu hamil aterm mencapai 400-600 gram, sedangkan pada ibu nifas atau ibu menyusui beratnya sekitar 600-800 gram. Namun, pada saat wanita menopause, ukuran payudara berkurang atau mengecil. Penyebab utama pembesaran payudara karena adanya pertumbuhan stroma jaringan penyangga dan penimbunan jaringan lemak, akan tetapi besarnya payudara tidak mempengaruhi banyaknya jumlah ASI yang dihasilkan.

Berkembangnya payudara dimulai pada saat usia kehamilan 6 minggu dan pembesaran payudara disebabkan oleh pengaruh hormon estrogen dan progesteron. Hormon estrogen berfungsi untuk

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E.R., dkk. 2008. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendekia
- Astuti, Sri, dkk. 2015. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Bandung: Erlangga.
- Astutik, Yuli Reni, dkk. 2014. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Astutik, Yuli Reni. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: TIM.
- Bidan dan Dosen Kebidanan Indonesia. 2017. *Teori dan Asuhan*. Jakarta: EGC
- Gogia, S., & Sachdev, H.S. (2010). Maternal Postpartum Vitamin A Supplementation for The Prevention of Mortality and Morbidity in infancy: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. *Int J epidemiol*, 39 (5), 1217-1226.
- Hartono, Andry. 2014. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Fisiologis & Patologis*. Tangerang: Binapura Aksara.
- Hidayat, Aziz Alimul 2008. *Keterampilan Dasar Praktik Klinik untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba, hal 140-145
- Hung, C. H., & Chung, H.H. 2001. The Effect of Postpartum Stress and Social Support on Postpartum Women's Health Status. *J Adv Nurs*, 36(5), 676-684.
- Juwita, et al. 2019. Recording Data Labour With Documentation Midwifery Based On Word Electric Browser (WEB). *Global Journal of Health Science*; Vol. 11, No. 5; 2019, ISSN 1916-9736 E-ISSN 1916-9744 Published by Canadian Center of Science and Education. doi:10.5539/gjhs.v11n5p149.

- Kac, G., Benicio, M.H.D. A., Velasquez-Melendez, G., Valente, J.G., & Struchiner, C.J. 2004. Breastfeeding and Postpartum Weight Retention in a Cohort of Brazilian Women. *American Journal of Clinical Nutrition*, 79(3), 487-493.
- Kusmiyati, Yuni 2008. *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*. Yogyakarta: Fitramaya, hal 151-156.
- Marni. 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "Puerperium Care"*. Yogyakarta:
- Maryunani, Anik. 2017. *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*. Bogor: In Media
- Megasari, Kiki, dkk. 2015. *Buku ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Ed. 1, Ce 1. Yogyakarta: Deepublish.
- Noviawanti, Rie. 2018. Jantung Pisang terhadap Peningkatan Produksi ASI di Desa Sungai Putih. Al-Insyirah Midwifery. *Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Science)*, Volume 8, Nomor 2, Tahun 2019.p-ISSN: 2338-2139, e-ISSN: 2622-3457. <http://jurnal.alinsyirah.ac.id/index.php/kebidnan>
- Pratami, Evi, 2016. *Evidence-Based dalam Kebidanan Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Jakarta: EGC.
- Ratnasari, Febi. 2018. Pengaruh Menyusui Terhadap Penurunan Fundus Uteri pada Ibu Postpartum di Puskesmas Mekar Baru Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, Vol.6 No. 2 (2018) ISSN 2086-9266e-ISSN 2654-587x, Doi.10.37048/kesehatan.v6i.10
- Ruyikah, Ai Yeyeh, dkk. 2011. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Saleha. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Sari, Puspita Eka. 2014. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Postnatal Care)*. Jakarta: TIM.
- Sulistiyawati, Ari. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Andi Offset.

PROFIL PENULIS



Lina Fitriani, S.S.T., M.Keb., lahir di Enok Riau, 13 Juni 1985. Pada tahun 2015, penulis menyelesaikan S-2 Kebidanan di Universitas Hasanuddin Makassar. Pada tahun 2007, penulis menyelesaikan pendidikan D-4 Kebidanan di Poltekes Tasikmalaya Jawa Barat setelah sebelumnya pada tahun 2003 penulis berhasil merampungkan program D-3 Kebidanan di STIKES Dharma Husada Bandung.

Selain sebagai seorang akademisi, penulis merupakan tenaga kesehatan yang turut berkecimpung dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Pada tahun 2006-2008, penulis bergabung di RB Juhanira Kota Bandung sebagai bidan pelaksana. Pada tahun 2006, penulis menjadi staf bagian akademik di Stikes Budi Luhur Cimahi Jawa Barat. Pada tahun 2008, penulis kembali menjadi bidan pelaksana di RSB MIFTA Polman, pada tahun 2008-2013 penulis menjadi Ketua Prodi D-3 Kebidanan STIKES Bina Generasi Polewali Mandar Sulawesi Barat, pada tahun 2013-2018 penulis menjabat sebagai Wakil Ketua III bagian Kemahasiswaan dan saat ini menjabat sebagai Ketua STIKES Bina Generasi Polewali Mandar Sulawesi Barat tahun 2019-sekarang.

Aktivitas penulis di samping mengajar beberapa mata kuliah, seperti Asuhan Kebidanan dan Keperawatan Dasar, Asuhan Kebidanan Satu, Asuhan Kebidanan Dua dan Dokumentasi, juga tercatat sebagai Wakil Ketua II di IBI Bidang Pendidikan dan Organisasi Polewali Mandar tahun 2013-2018. Penulis juga banyak mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dan penelitian serta pelatihan-pelatihan di antaranya tentang Pelatihan Inisiasi Menyusui Dini, Asuhan Persalinan Normal, *Midwifery Update*, dan juga sebagai narasumber di beberapa kegiatan keilmuan kebidanan, seperti Strategi Lulus Uji Kompetensi bagi Perawat dan Bidan untuk Mendapatkan Surat Tanda Registrasi (STR) serta memiliki piagam penghargaan sebagai dosen terbaik pada tahun 2012 dan tahun 2015 di STIKES Bina Generasi Polewali Mandar Sulawesi Barat.

Penulis telah memiliki buku ajar maupun buku populer kesehatan, seperti buku ajar kesehatan reproduksi dan pelayanan keluarga berencana dan buku ajar asuhan kehamilan.



Sry Wahyuni, S.S.T., M.Keb., dilahirkan di Bumimulyo Kecamatan Wonomulyo Kabupaten Polewali Mandar Sulawesi Barat pada 27 Agustus 1989. Penulis menyelesaikan pendidikan D-3 Kebidanan di Polewali tahun 2010 di Perguruan Tinggi Swasta STIKES Bina Generasai Polewali Mandar, pada tahun 2013 menyelesaikan Studi D-4 Kebidanan di Perguruan Tinggi Negeri Poltekkes Kemenkes Makassar, serta tahun 2019 menyelesaikan Studi S-2 Magister Kebidanan di Universitas Hasanuddin. Dari tahun 2010 sampai sekarang penulis bekerja sebagai staf Prodi D-3 Kebidanan 2010-2012 di STIKES Bina Generasi Polewali Mandar dan tahun 2013 sampai saat ini sebagai Sekretaris D-3 Kebidanan di institusi yang sama. Penulis juga terlibat dalam tim Pengabdian Masyarakat Sinergi Indonesia.

Ucapan terima kasih penulis kepada Ketua STIKES Bina Generasi Polewali, Ketua Program Studi D-3 Kebidanan, seluruh staf, dan teman-teman yang ada di STIKES Bina Generasi yang banyak memberikan *support* dan motivasi selama ini. Buku ini saya dedikasikan juga kepada keluarga tercinta, yaitu kedua orang tua dan mertua H. Soib, Hj. Gemi, H. Sugito, dan Hj. Sumarmi; suami, Rudy Prayoga; putri-putri manisku, Khanza Sabrina, Indah Haerunnisa, dan Angela Kumala Dewi; terima kasih banyak atas motivasi dan *support*-nya selama ini hingga sampai ke tahap ini.

Buku Ajar

Asuhan Kebidanan Masa Nifas

Masa nifas (*puerperium*) adalah masa setelah lahirnya plasenta hingga organ reproduksi khususnya alat-alat kandungan kembali pulih seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas atau disebut puerperium dimulai sejak 2 (dua) jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah itu. Dalam masa nifas ini banyak hal yang dibutuhkan untuk dipenuhi kebutuhan nutrisinya selama menyusui. Kualitas dan kuantitas nutrisi makanan yang dikonsumsi sangat mempengaruhi produksi air susu ibu (ASI). Ibu menyusui harus mendapatkan tambahan zat makanan sebesar 800 kkal yang digunakan untuk memproduksi ASI dan untuk aktivitas ibu. Seorang bidan mempunyai peranan yang istimewa dalam menunjang pemberian ASI. Peran bidan dapat membantu ibu untuk memberikan ASI dengan baik dan mencegah masalah-masalah umum yang terjadi.

Pada masa nifas rentan terjadi gangguan psikologi sehingga diperlukan bimbingan dan pembelajaran. Perubahan peran seorang ibu memerlukan adaptasi. Tanggung jawab ibu mulai bertambah dan kondisi seorang ibu berbeda-beda selama hari-hari pertama melahirkan. Ibu akan selalu melihat ke wajah bayinya, mengamati tubuh, sesekali mengelus pipi bayinya, dan menggoyangkan ekstremitasnya sebelum kembali menatap wajah bayinya.

Buku ini ditujukan kepada mahasiswa Kebidanan, praktisi bidan serta pengajar Kebidanan agar lebih mudah dalam memahami dan menerapkan asuhan dalam masa nifas. Juga dapat digunakan untuk siapa pun yang ingin mendapatkan informasi tentang nifas.

Buku ini dilengkapi dengan panduan belajar secara sistematis dan penilaian dalam setiap asuhan masa nifas. Dengan demikian, buku ajar ini digunakan sebagai standar acuan asuhan masa nifas.



Penerbit Deepublish (CV BUDI UTAMA)
Jl. Rajawali, Gang Elang 6 No.3, Drono, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman
Jl. Kaliurang Km 9,3 Yogyakarta 55581
Telp/Fax : (0274) 4533427
Anggota IKAPI (076/DIY/2012)
cs@deepublish.co.id @penerbitbuku_deepublish
Penerbit Deepublish www.penerbitbukudeepublish.com

Kategori : Kebidanan

ISBN 978-623-02-2731-8 (PDF)



9 786230 227318