

**MODUL PRAKTIKUM**  
**ASUHAN KEBIDANAN PASCA PERSALINAN**  
**DAN MENYUSUI**



**DISUSUN OLEH :**

**TIM DOSEN**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN**  
**AKADEMI KEBIDANAN WIJAYA HUSADA**

**LEMBARAN PENGESAHAN MODUL ASUHAN KEBIDANAN PASCA  
PERSALINAN DAN MENYUSUI**

| <b>Proses</b> | <b>Nama</b>                          | <b>Jabatan</b>                                       | <b>Tanda Tangan</b>                                                                   |
|---------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Perumus       | Salsalina Yuniarti G, SST.,<br>M.K.M | Pembantu<br>Direktur I                               |    |
| Pemeriksa     | Elpinaria Girsang, S.ST.,<br>M.K.M   | Direktur<br>Akademi Kebidanan<br>Wijaya Husada       |    |
| Penetapan     | Elpinaria Girsang, S.ST.,<br>M.K.M   | Direktur<br>Akademi<br>Kebidanan<br>Wijaya<br>Husada |   |
| Pengendalian  | Iis Lestari, S.SiT., M.Kes           | Ketua UPM                                            |  |

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji bagi Allah, Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan modul. Tak lupa juga mengucapkan salawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, karena berkat beliau, kita mampu keluar dari kegelapan menuju jalan yang lebih terang.

Kami ucapkan juga rasa terima kasih kami kepada pihak-pihak yang mendukung lancarnya modul ini mulai dari proses penulisan hingga selesai.

Modul ini telah selesai kami buat secara semaksimal dan sebaik mungkin agar menjadi manfaat bagi pembaca yang membutuhkan informasi dan pengetahuan. Dalam modul ini, tertulis materi yang relevan dengan mata kuliah **Asuhan Kebidanan Pasca Persalinan dan Menyusui** yang menjadi alternatif pegangan bagi mahasiswa dan dosen.

Kami sadar, masih banyak luput dan kekeliruan yang tentu saja jauh dari sempurna tentang modul ini. Oleh sebab itu, kami mohon agar pembaca memberi kritik dan juga saran agar kami dapat terus meningkatkan kualitas.

Demikian modul ini kami buat, dengan harapan agar pembaca dapat memahami informasi dan juga mendapatkan wawasan serta dapat bermanfaat. Terima kasih.

DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN .....4

PEMBELAJARAN 1 .....7

PEMBELAJARAN 2 .....11

PEMBELAJARAN 3 .....14

PEMBELAJARAN 4 .....17

PEMBELAJARAN 5 .....22

PEMBELAJARAN 6 .....26

PEMBELAJARAN 7 .....30

PEMBELAJARAN 8 .....34

PEMBELAJARAN 9 .....42

PEMBELAJARAN 10 .....47

PEMBELAJARAN 11 .....53

PEMBELAJARAN 12 .....58

BAB III.....61

PENUTUP .....64

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Standar Kompetensi**

Mahasiswa mampu memberikan asuhan kebidanan secara profesional, komprehensif, dan berkesinambungan kepada ibu pada masa pasca persalinan dan menyusui, dengan pendekatan humanistik, evidence-based, serta sesuai dengan standar praktik dan etika profesi kebidanan.

#### **B. Deskripsi**

Modul **Praktikum Asuhan Kebidanan Pasca Persalinan dan Menyusui** merupakan bagian integral dari pendidikan profesi bidan yang dirancang untuk membekali mahasiswa dalam menerapkan keterampilan dan pengetahuan dalam memberikan asuhan pada ibu nifas dan menyusui. Asuhan mencakup pemantauan status fisik dan psikologis ibu, deteksi dini komplikasi masa nifas, perawatan payudara, dukungan menyusui eksklusif, konseling, serta pemberian edukasi kepada ibu dan keluarga. Modul ini dilaksanakan dalam bentuk praktik laboratorium, demonstrasi, serta praktik klinik di fasilitas pelayanan kesehatan.

#### **C. Waktu**

Sesuai jadwal

#### **D. Prasyarat**

Mata kuliah prasyarat dalam pelaksanaan praktikum ini adalah asuhan kebidanan kehamilan, asuhan kebidanan persalinan dan bayi baru lahir dan keterampilan dasar praktik kebidanan

#### **E. Tempat Praktikum**

Modul praktikum ini dapat digunakan mahasiswa sebagai pedoman melakukan prasadat yang akan dilakukan di kelas, dan juga lahan praktik (BPS, Puskesmas, Rumah Sakit dan Masyarakat).

#### **F. Tujuan Pembelajaran**

##### **1. Tujuan Umum**

Mahasiswa mampu melakukan praktik asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui secara aman, tepat, profesional, serta sesuai standar pelayanan kebidanan dan kode etik profesi.

##### **2. Tujuan Khusus**

Setelah mengikuti modul ini, mahasiswa diharapkan mampu:

- a. Melakukan pengkajian lengkap pada ibu masa nifas.
- b. Memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas normal maupun dengan masalah umum seperti infeksi, subinvolusi, dan mastitis.

- c. Melakukan perawatan dan edukasi tentang perawatan payudara, teknik menyusui yang benar, dan manajemen laktasi.
- d. Memberikan konseling terkait pemulihan fisik dan psikologis ibu pasca persalinan.
- e. Mendokumentasikan asuhan dengan benar dan sesuai standar (SOAP).
- f. Memberikan rujukan tepat waktu jika ditemukan tanda-tanda komplikasi masa nifas atau menyusui.
- g. Menunjukkan sikap profesional, empati, dan menghargai budaya lokal dalam pemberian asuhan.

**G. Indicator Capaian**

- 1. Mahasiswa dapat menjelaskan prosedur setiap tindakan secara teoritis
- 2. Mahasiswa menunjukkan keterampilan motorik yang tepat sesuai SOP.
- 3. Mahasiswa menjaga etika, empati, dan komunikasi dalam praktik.
- 4. Mahasiswa menerapkan prinsip keselamatan pasien dan PPI

**H. Petunjuk Penggunaan Modul**

- 1. Pahami dulu berbagai kegiatan penting dalam modul ini mulai tahap awal sampai tahap akhir.
- 2. Lakukan teknik yang tertera dalam kegiatan belajar sesuai dengan daftar tilik yang telah tersedia.
- 3. Keberhasilan proses pembelajaran Anda dalam mata kuliah Asuhan Kebidanan Pasca persalinan dan menyusui dengan tugas praktikum yang diberikan tergantung pada kesungguhan Anda dalam mengerjakan praktikum.
- 4. Bila Anda menemui kesulitan, silahkan menghubungi instruktur/pembimbing pengajar mata kuliah Asuhan Kebidanan Pasca persalinan dan menyusui.
- 5. Setiap mahasiswa harus melakukan tindakan secara individu
- 6. Baca dan pelajari modul, job sheet serta daftar tilik yang tersedia sebelum melakukan praktikum
- 7. Setiap kegiatan praktikum mahasiswa diwajibkan membawa modul yang sesuai dengan praktikum yang akan di lakukan
- 8. Siapkan alat-alat yang dibutuhkan satu hari sebelum tindakan praktikum di mulai
- 9. Ikuti petunjuk dosen pembimbing / laboran
- 10. Tanyakan pada dosen pembimbing / laboran apabila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti
- 11. Selama kegiatan praktek berlangsung mahasiswa wajib menaati tata tertib yang berlaku

**I. Kompetensi**

- 1. Fisiologi masa nifas I
- 2. Fisiologi masa nifas II
- 3. Adaptasi fisik dan psikologis masa nifas
- 4. Ketidaknyamanan pada ibu nifas
- 5. Faktor yang mempengaruhi masa nifas
- 6. Kebutuhan dasar ibu nifas
- 7. Fisiologi menyusui
- 8. Manajemen Laktasi
- 9. Evidence based dan kajian jurnal dalam asuhan ibu nifas dan menyusui
- 10. Deteksi dini komplikasi dalam nifas dan menyusui
- 11. Upaya promotive dan preventif terkait asuhan kebidanan nifas dan menyusui
- 12. Asuhan kebidanan nifas dan menyusui holistic dengan pendekatan *evidence based, problem solving, crithical thinking* dengan menerapkan metode manajemen kebidanan dan pendokemtasian SOAP

J. Metode Evaluasi

- |              |       |
|--------------|-------|
| 1. Log Book  | : 30% |
| 2. SOCA      | : 30% |
| 3. UPRAK     | : 30% |
| 4. Softskill | : 10% |

K. Pembimbing Praktikum

Terlampir sesuai jadwal

L. Tata Tertib

- 1. Kehadiran praktikum 100%
- 2. Berpakaian rapi dan sopan (tidak memakai sandal, kaos oblong, baju ketat, anting dan rambut gondrong
- 3. Mengenakan jas laboratorium
- 4. Mengganti apabila menghilangkan, merusak alat laboratorium
- 5. Mahasiswa menyiapkan alat sehari sebelum pelaksanaan perasat
- 6. Mahasiswa wajib memiliki modul praktikum

## PEMBELAJARAN 1

### FISIOLOGI MASA NIFAS I

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami, menjelaskan, dan melaksanakan praktik asuhan kebidanan berdasarkan proses fisiologis masa nifas, serta mampu memantau dan mendeteksi tanda-tanda pemulihan normal ibu setelah melahirkan secara tepat dan profesional.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

Masa nifas (puerperium) adalah periode dimulai setelah lahirnya plasenta hingga organ reproduksi dan sistem tubuh ibu kembali seperti sebelum hamil, umumnya berlangsung selama 6 minggu ( $\pm 42$  hari).

##### 2. Tujuan

- Menjaga kesehatan ibu dan bayinya, baik fisik maupun psikologis.
- Melaksanakan skrining yang komprehensif, mendeteksi masalah, mengobati atau merujuk bila terjadi komplikasi pada ibu maupun bayinya.
- Memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan kesehatan dini, nutrisi, KB, menyusui, pemberian imunisasi pada bayi dan perawatan bayi.
- Memberikan pelayanan KB.
- Memberikan kesehatan emosi bagi ibu nifas

##### 3. Tahapan Masa Nifas

Tahapan yang terjadi pada masa nifas adalah sebagai berikut :

- Periode Immediate Postpartum
- Periode early postpartum (24 Jam – 1 minggu)
- Periode late postpartum (1 minggu – 5 minggu)

##### 4. Pemeriksaan fisik masa nifas

###### Pemeriksaan fisik

- Keadaan Umum dan Kesadaran
- Tanda-Tanda Vital
- Kepala, Wajah, dan Leher
- Dada dan Payudara
- Abdomen dan Uterus
- Genitalia
- Ekstremitas

###### Pemeriksaan penunjang

Pemeriksaan penunjang dilakukan apabila terdapat indikasi dan berguna untuk

mendeteksi penyakit yang menyertai ibu nifas, seperti anemia, diabetes melitus, maupun preeklampsia. Pemeriksaan penunjang yang dilakukan pada ibu nifas mencakup: pemeriksaan hemoglobin; pemeriksaan urin reduksi; dan pemeriksaan protein urin.

### C. Rangkuman

Masa nifas adalah masa transisi penting yang dialami ibu setelah persalinan. Masa ini melibatkan serangkaian proses fisiologis seperti involusi uterus, pengeluaran lochia, dan perubahan hormonal yang mendukung laktasi. Adaptasi psikologis juga terjadi dalam tiga fase emosional. Asuhan kebidanan yang diberikan selama masa nifas bertujuan untuk memastikan pemulihan optimal ibu, mendukung keberhasilan menyusui, dan mencegah komplikasi.

### D. Tugas

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik fisiologi masa nifas pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara profesional

### E. Tes

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan tiga tahap lokia berdasarkan waktu dan karakteristiknya.
2. Sebutkan peran bidan dalam mendukung proses fisiologi masa nifas.
3. Mengapa penting bagi ibu nifas untuk mendapatkan dukungan psikologis?
4. Jelaskan hormone apa yang berperan dalam merangsang pengeluaran ASI !
5. Berapa lamakah masa nifas berlangsung secara fisiologis ?

### Keterangan

1. Nilai minimum lulus : 75
2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

FORMAT PENILAIAN PENDIDIKAN KESEHATAN PERAWATAN IBU NIFAS

Nama :

NIM :

| NO  | BUTIR YANG DINILAI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | SCORE |   |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 0     | 1 |
|     | <b>SIKAP</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |   |
| 1.  | Teruji menyambut klien (suami-istri) dengan sopan dan ramah                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |       |   |
| 2.  | Teruji memperkenalkan diri kepada klien dan pasangan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |   |
| 3.  | Teruji mempersilakan duduk klien dan komunikatif                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| 4.  | Teruji menjelaskan maksud dan tujuan pendidikan kesehatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |       |   |
| 5.  | Teruji bersikap sopan, sabar, dan teliti                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |   |
| 6.  | Teruji tanggap terhadap reaksi klien                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |   |
|     | <b>TAHAP PELAKSANAAN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |   |
| 7.  | Menanyakan keluhan, kondisi ibu secara umum                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |       |   |
| 8.  | Menganjurkan pada ibu untuk melakukan kunjungan untuk pemeriksaan ibu nifas minimal 3 kali:<br>a. Pertama 6jam – 3 hari setelah melahirkan<br>b. Kedua hari ke 4 – 28 hari setelah melahirkan<br>c. Ketiga hari ke 29 – 42 hari setelah melahirkan                                                                                                                                                                                                                             |       |   |
| 9.  | Menjelaskan pada ibu tentang pentingnya pemeriksaan ibu nifas meliputi:<br>a. Pemantauan tekanan darah, suhu tubuh, pernafasan, nadi<br>b. Pengeluaran pervaginam atau perdarahan<br>c. Kondisi jalan lahir dan tanda infeksi<br>d. Kontraksi rahim dan tinggi fundus uteri<br>e. Pemeriksaan payudara dan anjuran pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan<br>f. Pemberian kapsul vitamin A<br>g. Pemberian layanan kontrasepsi pasca persalinan                                |       |   |
| 10. | Menjelaskan pada ibu tentang kebutuhan nutrisi ibu nifas:<br>a. menganjurkan ibu untuk makan makanan yang beragam. Makanan beragam diantaranya mengandung karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur dan buah-buahan<br>b. menganjurkan ibu memenuhi kebutuhan air minum ibu menyusui pada 6 bulan pertama 14 gelas sehari, 6 bulan kedua 12 gelas sehari                                                                                                              |       |   |
| 11. | Menjelaskan pada ibu tentang kebersihan diri termasuk kebersihan daerah kemaluan, ganti pembalut sesering mungkin. Apabila ibu melahirkan melalui operasi maka kebersihan luka bekas operasi juga harus dijaga tetap bersih dan kering                                                                                                                                                                                                                                         |       |   |
| 12. | Menjelaskan pada ibu untuk cukup istirahat cukup, saat bayi tidur ibu juga ikut istirahat. Jangan biarkan bayi menangis terlalu lama karena akan mebuat bayi stress                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |   |
| 13. | Menjelaskan pada ibu untuk melakukan stimulasi komunikasi dengan bayi sedini mungkin bersama suami dan keluarga                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |       |   |
| 14. | Menjelaskan pada ibu hal-hal yang harus dihindari oleh ibu selama nifas:<br>a. membuang ASI yang pertama keluar (kolostrum) karena sangat berguna untuk kekebalan tubuh bayi<br>b. membersihkan payudara dengan alkohol/povidon iodine/obat merah atau sabun karena bisa terminum oleh bayi<br>c. mengikat perut terlalu kencang karena akan mempengaruhi proses kembalinya rahim ke ukuran semula<br>d. menempelkan daun-daunan pada kemaluan karena akan menimbulkan infeksi |       |   |

|     |                                                                               |  |  |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 15. | Teruji melakukan evaluasi dengan menanyakan kembali apa yang sudah dijelaskan |  |  |
|     | <b>TEKNIK</b>                                                                 |  |  |
| 16. | Melaksanakan tindakan secara sistematis                                       |  |  |
| 17. | Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti                               |  |  |
| 18. | Teruji percaya diri dan tidak ragu-ragu                                       |  |  |
| 19. | Teruji menjaga kenyamanan dan privasi klien                                   |  |  |
| 20. | Mendokumentasikan hasil asuhan                                                |  |  |

Contoh Dokumentasi Hasil Asuhan:

S : Ibu mengatakan telah melahirkan bayinya yang pertama 6 hari yang lalu

O : Ibu dalam keadaan baik dan sehat, TTV normal

A : Ny. X P1A0 umur th 6 hari postpartum normal

P : Melakukan pendidikan kesehatan perawatan ibu nifas

**TOTAL NILAI : TOTAL SCORE X 100/20**

**G. Daftar Pustaka**

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Geger, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

## PEMBELAJARAN 2

### FISIOLOGI MASA NIFAS II

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan mahasiswa kebidanan mampu memahami, menjelaskan, dan melaksanakan praktik asuhan kebidanan berdasarkan proses fisiologis masa nifas, serta mampu memantau dan mendeteksi tanda-tanda pemulihan normal ibu setelah melahirkan secara tepat dan profesional.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Involusi Uteri

Setelah proses persalinan, uterus yang membesar selama persalinan akan mengalami proses involusi. involusi uterus atau pengerutan uterus merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan bobot hanya 60 gram. Proses ini dimulai segera setelah plasenta lahir akibat kontraksi otot-otot polos uterus.

##### 2. Pengeluaran Lochea

Lochea adalah cairan yang keluar dari uterus pada masa nifas yang merupakan campuran dari desidua dan darah. Desidua dan cairan yang keluar terjadi karena adanya involusi uterus, maka lapisan luar dari desidua yang mengelilingi situs plasenta akan menjadi nekrotik. Desidua yang mati akan keluar bersama dengan sisa cairan. Lochea mempunyai reaksi basal/ alkalis yang dapat membuat organisme berkembang lebih cepat dari pada kondisi asam yang ada pada vagina normal. Lochea mempunyai bau amis dan volumenya berbeda pada setiap wanita.

##### 3. Serviks

Tepi luar serviks yang berhubungan dengan ostium eksternum, biasanya mengalami laserasi terutama di bagian lateral. Ostium serviks berkontraksi perlahan dan beberapa hari setelah bersalin, ostium serviks hanya dapat ditembus oleh dua jari. Pada akhir minggu pertama, ostium tersebut telah menyempit dan hanya dapat dilalui oleh 1 jari. Karena ostium menyempit, serviks menebal dan anal kembali terbentuk.

##### 4. Vagina dan perineum

Estrogen postpartum yang menurun berperan dalam penipisan vagina dan hilangnya rugae. Vulva dan vagina mengalami penekanan serta peregangan yang sangat besar selama proses melahirkan bayi, dan dalam beberapa hari pertama sesudah proses tersebut kedua organ ini tetap berada dalam keadaan kendur. Setelah 3 minggu, vulva dan vagina akan kembali seperti keadaan sebelum hamil sementara labia menjadi lebih menonjol. Jalan lahir mengalami penekanan serta peregangan yang sangat besar selama proses melahirkan bayi sehingga menyebabkan mengendur hingga robekan yang memerlukan/ tidak memerlukan jahitan.

C. Rangkuman

Masa nifas adalah masa transisi penting yang dialami ibu setelah persalinan. Masa ini melibatkan serangkaian proses fisiologis seperti involusi uterus, pengeluaran lochia, dan perubahan hormonal yang mendukung laktasi. Adaptasi psikologis juga terjadi dalam tiga fase emosional. Asuhan kebidanan yang diberikan selama masa nifas bertujuan untuk memastikan pemulihan optimal ibu, mendukung keberhasilan menyusui, dan mencegah komplikasi.

D. Tugas

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik fisiologi masa nifas II pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara profesional

E. Tes

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

- 1. Sebutkan hormone yang berperan dalam merangsang pengeluaran ASI
- 2. Sebutkan waktu dan warna dari pengeluaran lokia
- 3. Apakah yang dimaksud dengan proses kembalinya uterus ke ukuran semula
- 4. Apakah yang dimaksud dengan cairan yang keluar dari vagina selama masa nifas

Keterangan

- 1. Nilai minimum lulus : 75
- 2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

| No | Tindakan                                                  | 0 | 1 |
|----|-----------------------------------------------------------|---|---|
| 1  | Beritahukan pasien tentang tindakan yang akan dilakukan   |   |   |
| 2  | Melakukan informed concent                                |   |   |
| 3  | Menjaga Privasi Pasien                                    |   |   |
| 4  | Mencuci tangan                                            |   |   |
| 5  | Mempersilahkan pasien duduk                               |   |   |
| 6  | Mengamati tingkat tenaga dan emosi ibu                    |   |   |
| 7  | Mempersilahkan pasien untuk berbaring                     |   |   |
| 8  | Memeriksa tekanan darah, suhu tubuh, pernafasan dan nadi. |   |   |
| 9  | Memakai handscoon ke 1 (prinsip bersih)                   |   |   |
| 10 | Melakukan pemeriksaan payudara                            |   |   |
| 11 | Melakukan pemeriksaan abdomen                             |   |   |
| 12 | Melakukan pemeriksaan kaki                                |   |   |
| 13 | Memeriksa genetalia pasien                                |   |   |
| 14 | Melepas sarung tangan                                     |   |   |
| 15 | Membersihkan alat dan pasien                              |   |   |

|    |                                           |  |  |
|----|-------------------------------------------|--|--|
| 16 | Mencuci tangan                            |  |  |
| 17 | Menyampaikan hasil pemeriksaan kepada ibu |  |  |
| 18 | Mendokumentasikan tindakan                |  |  |
|    | Total score                               |  |  |

NA : (Jumlah Score) / 18 x 100

G. Daftar Pustaka

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Geger, C.L., 2018. *Varney’s Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 3

### ADAPTASI FISIK DAN PSIKOLOGIS MASA NIFAS

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan mahasiswa kebidanan mampu memahami, menjelaskan, dan melakukan praktik asuhan kebidanan berdasarkan perubahan fisik dan psikologis yang terjadi secara fisiologis selama masa nifas, serta mampu memberikan dukungan dan intervensi yang sesuai untuk mendukung pemulihan ibu secara menyeluruh.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

Adaptasi masa nifas adalah proses penyesuaian tubuh dan mental ibu terhadap perubahan yang terjadi pasca melahirkan, baik secara fisik (anatomis dan fisiologis) maupun psikologis.

##### 2. Adaptasi fisiologis ibu nifas

Sistem reproduksi pada ibu nifas akan pulih setelah enam minggu. Pada saat habis masa nifas, ibu bisa saja hamil. Adapun perubahan-perubahan dalam masa nifas adalah sebagai berikut :

- a. Perubahan Sistem Reproduksi
- b. Perubahan Endometrium
- c. Perubahan Sistem Pencernaan
- d. Perubahan Sistem Perkemihan
- e. Perubahan Sistem Muskuloskeletal
- f. Perubahan Sistem Endokrin
- g. Perubahan Tanda-Tanda Vital
- h. Perubahan Sistem Kardiovaskuler
- i. Perubahan Sistem Hematologi

##### 3. Adaptasi psikologis masa nifas

Proses adaptasi psikologis pada seorang ibu sudah dimulai sejak masa kehamilan. Seorang wanita setelah sebelumnya menjalani fase sebagai anak kemudian berubah menjadi istri, dan sebentar lagi dia bersiap menjadi seorang ibu. Proses adaptasi ini memerlukan waktu untuk bisa menguasai perasaan dan pikirannya

#### Adaptasi psikologis normal

Reva rubin membagi periode ini menjadi 3 bagian, antara lain :

- a. Periode taking in
- b. Periode taking hold

- c. Periode letting go

**Adaptasi psikologis yang memerlukan rujukan**

- a. Postpartum blues/baby blues/ maternity blues
- b. Depresi postpartum
- c. Psikosis postpartum

**C. Rangkuman**

Adaptasi masa nifas merupakan proses pemulihan tubuh dan penyesuaian mental ibu setelah melahirkan. Adaptasi fisik melibatkan perubahan fisiologis seperti involusi uterus, pengeluaran lochia, perubahan hormonal, dan laktasi. Adaptasi psikologis terjadi dalam tiga fase utama, mulai dari ketergantungan hingga kemandirian dalam mengasuh bayi. Bidan memiliki peran penting dalam mendukung proses ini melalui observasi, edukasi, dan konseling yang tepat.

**D. Tugas**

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik adaptasi fisik dan psikologis masa nifas pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara profesional dengan membentuk 4 kelompok dan membuat paper tentang perubahan pada ibu nifas dan membuat file presentasinya.

**E. Test**

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan perubahan fisik apa saja yang terjadi selama masa nifas!
2. Jelaskan tiga fase adaptasi psikologis pada masa nifas dan peran bidan dalam tiap fase tersebut!
3. Apakah yang dimaksud proses menyusutnya uterus ke ukuran sebelum hamil ?
4. Sebutkan tiga jenis lochia berdasarkan waktu dan warna nya

**Keterangan**

1. Nilai minimum lulus : 75
2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

Format penilaian makalah / paper

| No | Komponen penilaian       | Nilai |   |   |   |
|----|--------------------------|-------|---|---|---|
|    |                          | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Format penulisan         |       |   |   |   |
| 2. | Ruang lingkup pembahasan |       |   |   |   |
| 3. | Dokumentasi pendukung    |       |   |   |   |
| 4. | Daftar pustaka/Referensi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                   |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir

NA = jumlah / 16 x 100

Keterangan :

- 1. Tidak sesuai petunjuk praktikum
- 2. Sesuai sebagian kecil petunjuk praktikum
- 3. Sesuai sebagian besar petunjuk praktikum
- 4. Sesuai petunjuk praktikum

Format Penilaian Presentasi

| No | Komponen penilaian                  | Nilai |   |   |   |
|----|-------------------------------------|-------|---|---|---|
|    |                                     | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Kemampuan presentasi                |       |   |   |   |
| 2. | Penguasaan materi presentasi        |       |   |   |   |
| 3. | Media yang digunakan                |       |   |   |   |
| 4. | Partisipasi/keaktifan dalam diskusi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                              |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir:

jumlah  
NA = x100  
16

Keterangan :

- 1. Tidak baik
- 2. Kurang baik
- 3. Cukup baik
- 4. Baik

**G. Daftar Pustaka**

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Gegor, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 4

### KETIDAKNYAMANAN PADA IBU NIFAS

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami, mengidentifikasi, dan memberikan asuhan kebidanan dalam mengatasi berbagai bentuk ketidaknyamanan fisiologis dan psikologis yang umum terjadi pada ibu masa nifas secara profesional, tepat, dan sesuai dengan standar pelayanan kebidanan.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

Ketidaknyamanan pada ibu nifas merupakan berbagai gejala atau keluhan fisik dan psikologis yang dapat timbul sebagai bagian dari proses pemulihan pascapersalinan. Meski sebagian besar bersifat fisiologis, beberapa dapat mengarah ke kondisi patologis jika tidak dikelola dengan baik.

##### 2. Peran Bidan dalam mengatasi ketidaknyamanan

- Mengidentifikasi ketidaknyamanan melalui wawancara dan observasi
- Memberikan asuhan non-farmakologi maupun edukasi
- Memberikan rujukan bila terjadi komplikasi
- Mendukung psikologis dan sosial ibu

##### 3. Macam macam ketidaknyamanan pada ibu nifas

Terdapat beberapa ketidaknyamanan pada masa nifas. Meskipun dianggap normal, ketidaknyamanan tersebut dapat menyebabkan distress fisik yang bermakna.

- Nyeri setelah melahirkan
- Keringat berlebih
- Pembesaran payudara
- Nyeri perineum
- Konstipasi
- Hemoroid

##### 4. Cara mengatasi ketidaknyamanan pada ibu nifas

###### Nyeri setelah melahirkan

Beberapa wanita merasa nyerinya cukup berkurang dengan mengubah posisi tubuhnya menjadi telungkup dengan meletakkan bantal atau gulungan selimut di bawah abdomen. Kompresi uterus yang konstan pada posisi ini dapat mengurangi kram secara signifikan. Analgesia efektif bagi sebagian besar wanita yang kontraksinya sangat nyeri, seperti tylenol, ibuprofen.

### **Keringat berlebih**

Keringat berlebihan selama masa nifas dapat dikurangi dengan cara menjaga kulit tetap bersih, kering dan menjaga hidrasi yaitu minum segelas air setiap satu jam pada kondisi tidak tidur

### **Pembesaran payudara**

- a. Bagi ibu yang tidak menyusui
  - 1) Tindakan untuk mengatasi nyeri bergantung pada apakah ibu menyusui atau tidak. Bagi ibu yang tidak menyusui, tindakan ini ditujukan untuk pemulihan ketidaknyamanan dan penghentian laktasi.
  - 2) Menggunakan BH yang menyangga payudara
  - 3) Kompres es yang ditujukan untuk membatasi aliran darah dan menghambat produksi air susu
  - 4) Penggunaan analgesic
  - 5) Memberikan dukungan pada ibu bahwa ini adalah masalah sementara
- b. Bagi ibu yang menyusui
  - 1) Kompres hangat.
  - 2) Menyusui secara sering
  - 3) Penggunaan analgesik ringan

### **Nyeri perinium**

Teknik pengurangan nyeri perineum pada nifas yaitu:

- a. Kompres kantong es bermanfaat untuk mengurangi pembengkakan dan membuat perineum nyaman pada periode segera setelah melahirkan. Es harus selalu dikompreskan pada laserasi derajat tiga atau empat, dan jika ada edema perineum. Manfaat optimal dicapai dengan kompres dingin selama 30 menit
- b. Anestesi topikal sesuai kebutuhan, contoh dari anestesi ini adalah sprai Darmoplast, salep Nupercaine, salep nulpacaine. Jika menggunakan salep wanita harus diajarkan untuk mencuci tangan sebelum mengoleskannya. Salep dioleskan selama beberapa hari postpartum selama periode penyembuhan akut baik karena jahitan atau jika ada hemoroid
- c. Rendam duduk dua sampai tiga kali sehari dengan menggunakan air dingin. Nyeri postpartum hilang dengan penggunaan rendam duduk dingin termasuk penurunan respon pada ujung saraf dan juga fase konstiksi lokal, yang mengurangi pembengkakan dan spasme otot. Modifikasi dari tindakan ini adalah dengan mengalirkan air hangat di atas perineum
- d. Kompres witch hazel dapat mengurangi edema dan merupakan analgesik. Kompres ini dibuat dengan mencampur witch hazel di atas beberapa kassa

berukuran 4 x 4 dalam mangkuk atau baskom kecil, peras kassa hingga air tidak menetes, tetapi tetap basah, lipat sekali dan letakkan di atas perineum

- e. Cincin karet, penggunaan cincin karet mendapat kritik karena kemungkinan mengganggu sirkulasi. Akan tetapi penggunaan yang benar dapat memberikan pemulihan yang aman jika terjadi penekanan akibat posisi di area perineum. Cincin karet sebaiknya digembungkan secukupnya untuk menghilangkan tekanan tersebut. Cincin karet harus besar dan diposisikan sedemikian rupa sehingga tidak ada titik tekanan di area panggul
- f. Latihan Kegel bertujuan menghilangkan ketidaknyamanan dan nyeri yang dialami wanita ketika duduk atau hendak berbaring dan bangun dari tempat tidur. Latihan Kegel akan meningkatkan sirkulasi ke area perineum sehingga meningkatkan penyembuhan. Latihan ini juga dapat mengembalikan tonus otot panggul

### **Konstipasi**

Masalah konstipasi dapat dikurangi dengan mengonsumsi makanan tinggi serat dan tambahan asupan cairan. Penggunaan laksatif pada wanita yang mengalami laserasi derajat tiga atau empat dapat membantu mencegah wanita mengejan

### **Hemoroid**

Keluhan akibat hemoroid dapat dikurangi dengan cara :

- a. Kantong es
- b. Rendam duduk es

## **C. Rangkuman**

Ketidaknyamanan selama masa nifas adalah hal yang umum dialami oleh ibu, baik secara fisik maupun psikologis. Beberapa bentuk ketidaknyamanan antara lain nyeri perineum, afterpains, bendungan ASI, konstipasi, hingga baby blues. Peran bidan sangat penting dalam mengenali dan memberikan asuhan yang sesuai, baik secara edukatif, suportif, maupun intervensi sederhana, untuk mempercepat pemulihan dan menjaga kesehatan ibu secara holistik.

## **D. Tugas**

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik ketidaknyamanan pada ibu nifas pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara profesional dengan membentuk 4 kelompok dan membuat paper tentang perubahan pada ibu nifas dan membuat file presentasinya

## **E. Test**

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan 3 jenis ketidaknyamanan fisik yang umum dialami oleh ibu nifas dan cara menanganinya.

- 2. Bagaimana cara bidan memberikan dukungan emosional kepada ibu yang mengalami baby blues?
- 3. Mengapa penting bagi bidan untuk mengidentifikasi ketidaknyamanan sejak dini?

Keterangan

- 1. Nilai minimum lulus : 75
- 2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

Penilaian Makalah

| No | Komponen penilaian       | Nilai |   |   |   |
|----|--------------------------|-------|---|---|---|
|    |                          | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Format penulisan         |       |   |   |   |
| 2. | Ruang lingkup pembahasan |       |   |   |   |
| 3. | Dokumentasi pendukung    |       |   |   |   |
| 4. | Daftar pustaka/Referensi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                   |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir:

jumlah

$$NA = \frac{100}{16}$$

Keterangan:

- 2. Tidak sesuai petunjuk praktikum
- 3. Sesuai sebagian kecil petunjuk praktikum
- 4. Sesuai sebagian besar petunjuk praktikum
- 5. Sesuai petunjuk praktikum

Penilaian Presentasi

| No | Komponen penilaian                  | Nilai |   |   |   |
|----|-------------------------------------|-------|---|---|---|
|    |                                     | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Kemampuan presentasi                |       |   |   |   |
| 2. | Penguasaan materi presentasi        |       |   |   |   |
| 3. | Media yang digunakan                |       |   |   |   |
| 4. | Partisipasi/keaktifan dalam diskusi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                              |       |   |   |   |

**Penetapan Nilai Akhir:**

jumlah  
NA =  $\frac{\text{jumlah}}{16} \times 100$

Keterangan :

- 1. Tidak baik
- 2. Kurang baik
- 3. Cukup baik
- 4. Baik

**G. Daftar Pustaka**

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Gegor, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.

2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 5

### FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MASA NIFAS

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami dan menganalisis berbagai faktor yang memengaruhi masa nifas serta mampu melakukan praktik asuhan kebidanan yang tepat berdasarkan kondisi dan kebutuhan ibu nifas secara holistik, individual, dan profesional.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

Masa nifas (puerperium) adalah periode setelah melahirkan yang berlangsung selama kira-kira 6 minggu, di mana organ reproduksi dan sistem tubuh ibu akan kembali ke keadaan sebelum hamil. Proses pemulihan ini sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor fisik, psikologis, sosial, dan budaya.

##### 2. Faktor fisik

- Perubahan rahim
- Jalan lahir (servik, vulva, dan vagina)
- Darah nifas (Lochea)
- Payudara
- Sistem perkemihan
- Sistem pencernaan
- Peredaran darah
- Penurunan berat badan
- Suhu badan

##### 3. Faktor psikis

- Perubahan peran
- Peran menjadi orang tua setelah melahirkan
- Tugas dan tanggung jawab orang tua

##### 4. Faktor lingkungan

Faktor yang paling mempengaruhi status kesehatan masyarakat terutama ibu hamil, bersalin dan nifas adalah faktor lingkungan yaitu pendidikan di samping faktor-faktor lainnya. Jika masyarakat mengetahui dan memahami hal-hal yang mempengaruhi status kesehatan tersebut maka diharapkan masyarakat tidak melakukan kebiasaan atau adat istiadat yang merugikan kesehatan khususnya bagi ibu hamil, bersalin, dan nifas

### 5. Faktor social budaya

Budaya atau kebiasaan merupakan salah satu yang mempengaruhi status kesehatan. Diantara kebudayaan maupun adat-istiadat dalam masyarakat ada yang menguntungkan, ada pula yang merugikan. Banyak sekali pengaruh atau yang menyebabkan berbagai aspek kesehatan di negara kita, bukan hanya karena pelayanan medik yang tidak memadai atau kurangnya perhatian dari instansi kesehatan, antara lain masih adanya pengaruh sosial budaya yang turun temurun masih dianut sampai saat ini

### 6. Faktor ekonomi

Status ekonomi merupakan simbol status sosial di masyarakat. Pendapatan yang tinggi menunjukkan kemampuan masyarakat dalam memenuhi kebutuhan nutrisi yang memenuhi zat gizi untuk ibu hamil. Sedangkan kondisi ekonomi keluarga yang rendah mendorong ibu nifas untuk melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan kebutuhan kesehatan

### 7. Peran Bidan

- a. Melakukan pengkajian menyeluruh terhadap faktor yang berpengaruh
- b. Menyusun intervensi individual sesuai kebutuhan
- c. Edukasi terkait gizi, kebersihan, laktasi, serta pemulihan fisik dan mental
- d. Mendorong dukungan keluarga dan memfasilitasi konseling bila diperlukan

### C. Rangkuman

Pemulihan ibu selama masa nifas dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun budaya. Penanganan yang tepat oleh bidan dapat mempercepat proses adaptasi dan pemulihan. Oleh karena itu, pendekatan holistik dan individu sangat diperlukan dalam pemberian asuhan kebidanan pada ibu nifas.

### D. Tugas

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik faktor yang mempengaruhi masa nifas pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara professional dengan membentuk 4 kelompok dan membuat paper tentang perubahan pada ibu nifas dan membuat file presentasinya

### E. Test

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan 4 faktor utama yang dapat memengaruhi proses masa nifas!
2. Bagaimana peran bidan dalam menangani pengaruh negatif dari faktor budaya terhadap ibu nifas?
3. Berikan contoh asuhan yang diberikan bidan jika ibu nifas mengalami kelelahan karena peran ganda!

Keterangan

- 1. Nilai minimum lulus : 75
- 2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

Penilaian Makalah

| No | Komponen penilaian       | Nilai |   |   |   |
|----|--------------------------|-------|---|---|---|
|    |                          | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Format penulisan         |       |   |   |   |
| 2. | Ruang lingkup pembahasan |       |   |   |   |
| 3. | Dokumentasi pendukung    |       |   |   |   |
| 4. | Daftar pustaka/Referensi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                   |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir:

jumlah  
NA = 100  
16

Keterangan:

- 2. Tidak sesuai petunjuk praktikum
- 3. Sesuai sebagian kecil petunjuk praktikum
- 4. Sesuai sebagian besar petunjuk praktikum
- 5. Sesuai petunjuk praktikum

Penilaian Presentasi

| No | Komponen penilaian                  | Nilai |   |   |   |
|----|-------------------------------------|-------|---|---|---|
|    |                                     | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Kemampuan presentasi                |       |   |   |   |
| 2. | Penguasaan materi presentasi        |       |   |   |   |
| 3. | Media yang digunakan                |       |   |   |   |
| 4. | Partisipasi/keaktifan dalam diskusi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                              |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir:

jumlah  
NA = 100  
16

Keterangan :

- 1. Tidak baik
- 2. Kurang baik
- 3. Cukup baik
- 4. Baik

**G. Daftar Pustaka**

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Geger, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 6

### KEBUTUHAN DASAR IBU NIFAS

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan mahasiswa kebidanan mampu memahami, mengidentifikasi, dan memenuhi kebutuhan dasar ibu nifas secara komprehensif dan tepat, melalui praktik asuhan kebidanan yang mendukung proses pemulihan fisik dan psikologis ibu selama masa nifas.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

Masa nifas adalah masa pemulihan setelah melahirkan yang berlangsung selama  $\pm 6$  minggu, di mana organ reproduksi dan sistem tubuh ibu kembali ke keadaan sebelum hamil. Pada masa ini, ibu membutuhkan perhatian khusus terhadap kebutuhan dasar fisik dan psikologisnya.

##### 2. Peran Bidan

1. Melakukan pengkajian menyeluruh terhadap kebutuhan dasar ibu
2. Memberikan asuhan sesuai prioritas kebutuhan individu
3. Edukasi kesehatan selama kunjungan nifas
4. Deteksi dini dan rujuk bila ada gangguan dalam pemenuhan kebutuhan dasar

##### 3. Nutrisi dan Cairan

Status nutrisi seorang perempuan pada masa remaja, kehamilan, dan laktasi mempunyai pengaruh secara langsung terhadap kesehatan maternal dan bayinya pada masa nifas. Malnutrisi yang dialami oleh seorang perempuan berpengaruh terhadap proses reproduksinya. Ibu nifas memerlukan nutrisi dan cairan untuk pemulihan kondisi kesehatan setelah melahirkan, cadangan tenaga serta untuk memenuhi produksi air susu.

##### 4. Ambulasi

Ambulasi adalah kebijakan untuk membimbing ibu nifas secepat mungkin melakukan mobilisasi, bangkit dari tempat tidurnya dan berjalan serta melakukan aktivitas lainnya. Ambulasi dini dilakukan secara bertahap, dimulai setelah 2 jam postpartum pada ibu yang mengalami persalinan normal tanpa komplikasi. Tindakan yang dilakukan yakni miring ke kiri dan ke kanan untuk mencegah tromboembolik

##### 5. Eliminasi

###### a. Buang air Kecil (BAK)

Ibu nifas akan merasa sulit BAK selama 1-2 hari, terutama pada primipara dan mengalami episiotomi. Ibu diharapkan dapat berkemih dalam 6-8 jam pertama postpartum. Setiap kali berkemih urin yang dikeluarkan sebanyak 150 ml.

**b. Buang air besar (BAB)**

Defekasi atau BAB umumnya terjadi dalam 3 hari pertama postpartum. Apabila terjadi obstipasi dan menimbulkan koprostase (skiballa: faeces yang mengeras) yang tertimbun dalam rectum, maka akan berpotensi Ibu mengalami febris

**6. Personal hygiene/kebersihan diri**

Seperti yang telah diketahui sebelumnya bahwa infeksi merupakan salah satu penyebab morbiditas dan mortalitas pada ibu nifas. Oleh karena itu kebersihan diri terutama pada daerah perineum perlu diperhatikan dengan serius. Kebersihan merupakan salah satu tanda hygiene yang baik.

**7. Istirahat**

Kebutuhan istirahat bagi ibu nifas perlu dipenuhi terutama beberapa jam setelah melahirkan bayinya. Hal ini dapat membantu mencegah ibu mengalami komplikasi psikologis seperti *baby blues* dan komplikasi lainnya

**8. Aktivitas seksual**

Dinding vagina akan kembali pulih dalam waktu 6-8 minggu. Pada saat lochia sudah berhenti keluar, ibu sudah aman untuk melakukan aktivitas seksual dengan pasangannya kembali. Ibu juga dapat memeriksa apakah terasa nyeri atau tidak saat berhubungan, dengan memasukan satu jari ke liang sanggama. Jika tidak terasa nyeri, maka biasanya tidak terjadi dyspareunia saat berhubungan seks

**9. Senam nifas**

Senam nifas adalah latihan jasmani yang dilakukan oleh ibu-ibu setelah melahirkan, dimana fungsinya adalah untuk mengembalikan kondisi kesehatan, untuk mempercepat penyembuhan, mencegah timbulnya komplikasi, memulihkan dan memperbaiki regangan pada otot-otot setelah kehamilan, terutama pada otot-otot bagian punggung, dasar panggul dan perut

**C. Rangkuman**

Kebutuhan dasar ibu nifas meliputi istirahat, nutrisi, eliminasi, kebersihan diri, mobilisasi, dukungan psikologis, dan laktasi. Pemenuhan kebutuhan dasar secara optimal sangat penting dalam menunjang proses pemulihan ibu pasca persalinan. Bidan berperan penting dalam melakukan pengkajian dan intervensi berdasarkan prinsip asuhan kebidanan yang holistik dan berkesinambungan.

**D. Tugas**

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik kebutuhan dasar ibu nifas pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara professional dengan membentuk 4 kelompok dan membuat paper tentang perubahan pada ibu nifas dan membuat file presentasinya

E. Test

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

- 1. Sebutkan dan jelaskan 5 kebutuhan dasar ibu nifas yang harus diperhatikan oleh bidan!
- 2. Bagaimana peran keluarga dalam membantu pemenuhan kebutuhan dasar ibu nifas di rumah?
- 3. Jelaskan pentingnya perawatan payudara dalam mendukung laktasi selama masa nifas!

Keterangan

- 1. Nilai minimum lulus : 75
- 2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

Penilaian Makalah

| No | Komponen penilaian       | Nilai |   |   |   |
|----|--------------------------|-------|---|---|---|
|    |                          | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Format penulisan         |       |   |   |   |
| 2. | Ruang lingkup pembahasan |       |   |   |   |
| 3. | Dokumentasi pendukung    |       |   |   |   |
| 4. | Daftar pustaka/Referensi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                   |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir:

jumlah  
NA = 100  
16

Keterangan:

- 1. Tidak sesuai petunjuk praktikum
- 2. Sesuai sebagian kecil petunjuk praktikum
- 3. Sesuai sebagian besar petunjuk praktikum
- 4. Sesuai petunjuk praktikum

Penilaian Presentasi

| No | Komponen penilaian                  | Nilai |   |   |   |
|----|-------------------------------------|-------|---|---|---|
|    |                                     | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Kemampuan presentasi                |       |   |   |   |
| 2. | Penguasaan materi presentasi        |       |   |   |   |
| 3. | Media yang digunakan                |       |   |   |   |
| 4. | Partisipasi/keaktifan dalam diskusi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                              |       |   |   |   |

**Penetapan Nilai Akhir:**

jumlah  
NA =  $\frac{\quad}{16} \times 100$

Keterangan :

- 1. Tidak baik
- 2. Kurang baik
- 3. Cukup baik
- 4. Baik

**G. Daftar Pustaka**

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Gegor, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.

2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

## PEMBELAJARAN 7

### FISIOLOGI MENYUSUI

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami dan menjelaskan proses fisiologis menyusui serta dapat mempraktikkan keterampilan asuhan kebidanan dalam mendukung proses menyusui yang efektif dan sesuai dengan prinsip laktasi.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

Menyusui adalah proses pemberian ASI dari ibu kepada bayi yang terjadi secara alami dan merupakan cara paling ideal untuk memberikan nutrisi yang lengkap kepada bayi. Proses menyusui tidak hanya melibatkan interaksi fisik tetapi juga dipengaruhi oleh aspek hormonal dan emosional.

##### 2. Anatomi Payudara

Setiap payudara merupakan elevasi dari jaringan glandular dan adipose yang tertutup kulit pada dinding anterior dada. Payudara terletak diatas otot pektoralis mayor dan melekat pada otot tersebut melalui selapis jaringan ikat. Variasi ukuran payudara bergantung pada variasi jumlah jaringan lemak dan jaringan ikat dan bukan pada jumlah glandular aktual

##### 3. Fisiologi Menyusui

###### a. Pembentukan Kelenjar payudara

- 1) Sebelum Pubertas
- 2) Masa Pubertas
- 3) Masa Siklus Menstruasi
- 4) Masa Kehamilan
- 5) Pada 3 bulan Kehamilan
- 6) Pada Trimester kedua Kehamilan
- 7) Selama Kehamilan Tua dan Setelah Melahirkan

###### b. Pembentukan air susu

Pembentukan air susu sangat dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan kontrol laktasi serta penekanan fungsi laktasi. Pada seorang ibu yang menyusui dikenal 2 reflek yang masing-masing berperan sebagai pembentukan dan pengeluaran air susu Reflek Prolaktin dan Reflek Let Down

**c. Mekanisme Menyusui**

Bayi yang sehat mempunyai 3 reflek intrinsik, yang diperlukan untuk berhasilnya menyusui seperti Reflek mencari (*Rooting reflex*), Reflek Mengisap (*Sucking reflex*), Reflek Menelan (*Swallowing reflex*).

**d. Pemeliharaan laktasi**

Hubungan yang utuh antara hipotalamus dan hipofise akan mengatur kadar prolaktin dan oksitosin dalam darah. Hormon-hormon ini sangat perlu untuk pengeluaran permulaan dan pemeliharaan penyediaan air susu selama menyusui.

**C. Rangkuman**

Fisiologi menyusui melibatkan kerja hormon prolaktin dan oksitosin yang merespons rangsangan dari hisapan bayi. Produksi dan pengeluaran ASI bergantung pada refleksi neurohormonal dan keberlanjutan stimulasi dari bayi. Pengetahuan tentang proses fisiologis ini penting agar bidan dapat membantu ibu menyusui secara efektif, nyaman, dan optimal.

**D. Tugas**

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik fisiologi menyusui pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara profesional dengan membentuk 4 kelompok dan membuat paper tentang perubahan pada ibu nifas dan membuat file presentasinya

**E. Tes**

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan proses fisiologis menyusui yang melibatkan hormon dan refleksi!
2. Mengapa stres dapat memengaruhi proses menyusui?
3. Sebutkan tiga manfaat fisiologis menyusui bagi ibu dan bayi!

**Keterangan**

1. Nilai minimum lulus : 75
2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

**F. Lembar kerja praktik**

Penilaian Makalah

| No | Komponen penilaian       | Nilai |   |   |   |
|----|--------------------------|-------|---|---|---|
|    |                          | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Format penulisan         |       |   |   |   |
| 2. | Ruang lingkup pembahasan |       |   |   |   |
| 3. | Dokumentasi pendukung    |       |   |   |   |
| 4. | Daftar pustaka/Referensi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                   |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir:

jumlah  
NA = 100  
16

Keterangan:

- 1. Tidak sesuai petunjuk praktikum
- 2. Sesuai sebagian kecil petunjuk praktikum
- 3. Sesuai sebagian besar petunjuk praktikum
- 4. Sesuai petunjuk praktikum

Penilaian Presentasi

| No | Komponen penilaian                  | Nilai |   |   |   |
|----|-------------------------------------|-------|---|---|---|
|    |                                     | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Kemampuan presentasi                |       |   |   |   |
| 2. | Penguasaan materi presentasi        |       |   |   |   |
| 3. | Media yang digunakan                |       |   |   |   |
| 4. | Partisipasi/keaktifan dalam diskusi |       |   |   |   |
|    | Jumlah                              |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir:

jumlah  
NA = 100  
16

Keterangan :

- 1. Tidak baik
- 2. Kurang baik
- 3. Cukup baik
- 4. Baik

G. Daftar Pustaka

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Gegor, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.

2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 8

### MANAJEMEN LAKTASI

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami dan menerapkan prinsip-prinsip **manajemen laktasi** dalam memberikan asuhan kepada ibu menyusui secara tepat dan profesional sesuai dengan kebutuhan ibu dan bayi

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

Manajemen laktasi adalah serangkaian upaya dan strategi yang dilakukan untuk mendukung dan mempertahankan proses menyusui secara optimal, baik bagi ibu maupun bayi. Hal ini mencakup edukasi, pendampingan, pemecahan masalah menyusui, serta dukungan emosional dan lingkungan.

##### 2. Tujuan

- Meningkatkan keberhasilan menyusui eksklusif selama 6 bulan.
- Menurunkan angka komplikasi pada ibu dan bayi akibat kegagalan menyusui.
- Meningkatkan pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang benar.

##### 3. Manfaat ASI bagi bayi

- ASI sebagai nutrisi karena mempunyai komposisi yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi yang dilahirkan.
- Jumlah kalori yang terdapat dalam ASI dapat memnuhi kebutuhan bayi sampai usia bayi enam bulan.
- ASI dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi karena dalam ASI terdapat zat pelindung atau antibody yang dapat melindungi dari kuman maupun bakteri penyakit.
- ASI dapat meningkatkan kecerdasan, mempengaruhi perkembangan psikomotorik lebih cepat yang dapat pula dipengaruhi dari faktor genetik dan faktor lingkungan seperti pola asuh bayi untuk pertumbuhan fisik otak, pola asih untuk mengetahui perkembangan emosional dan spiritual pada bayi, pola asah untuk mengetahui perkembangan intelektual dan sosialisasi pada bayi.
- Pemberian ASI dapat mempengaruhi ikatan batin antara ibu dan bayi, serta dapat pula mengurangi karies pada gigi akibat kadar laktosa yang sesuai kebutuhan bayi.
- Dapat mengurangi kejadian maloklusi akibat penggunaan dot yang lama

#### 4. Manfaat ASI bagi ibu

- a. Mencegah perdarahan setelah melahirkan
- b. Mempercepat involusi uterus
- c. Mengurangi resiko anemia
- d. Mencegah terjadinya kanker payudara dan kanker ovarium
- e. Dapat menimbulkan ikatan batin antara ibu dengan bayi
- f. Pemberian ASI dapat mempengaruhi berat badan
- g. Sebagai alat kontrasepsi sementara

#### 5. Kelebihan ASI dibandingkan dengan susu formula

ASI merupakan makanan yang utama bagi bayi yang sangat dibutuhkan. Tidak ada makanan lain yang mampu menyaingi kandungan gizinya. ASI tidak hanya menyesuaikan diri untuk merespon terhadap infeksi. ASI mengubah unsur-unsur sesuai kebutuhan bayi. ASI untuk bayi yang berusia 4 minggu berbeda dengan ASI untuk bayi yang umurnya lebih tua, komposisi ASI berubah seiring dengan pertumbuhan bayi. Susu formula yaitu susu yang diproduksi oleh industri untuk keperluan asupan gizi yang diperlukan bayi. Susu formula kebanyakan tersedia dalam bentuk bubuk. Perlu dipahami susu cair steril sedangkan susu formula tidak steril. Pemberian susu formula diindikasikan untuk bayi yang karena sesuatu hal tidak mendapatkan ASI atau sebagai tambahan jika produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi

#### 6. Perawatan payudara saat hamil

Perawatan payudara (*Breast Care*) adalah suatu cara merawat payudara yang dilakukan pada saat kehamilan atau masa nifas untuk produksi ASI, selain itu untuk kebersihan payudara dan bentuk puting susu yang masuk ke dalam atau datar. Disamping itu juga sangat penting memperhatikan kebersihan *personal hygiene*

#### 7. Inisiasi menyusui dini (IMD)

IMD adalah suatu rangkaian kegiatan dimana bayi segera setelah lahir yang sudah terpotong tali pusatnya secara naluri melakukan aktivitas-aktivitas yang diakhiri dengan menemukan puting susu ibu kemudian menyusui pada satu jam pertama kelahiran. Cara bayi melakukan inisiasi menyusui dini ini dinamakan *The Breast Crawl* atau merangkak mencari payudara.

**8. Masalah dalam menyusui dan cara mengatasi nya**

Pada masa antenatal, masalah yang sering timbul adalah:

- a. Kurang / salah informasi
- b. Puting susu datar atau terbenam

Pada masa ini, kelainan yang sering terjadi antara lain:

- a. Puting susu lecet
- b. Payudara bengkak
- c. Mastitis atau abses payudara

Masalah menyusui pada masa pasca persalinan lanjut antara lain:

- a. Sindrom ASI Kurang
- b. Ibu yang bekerja

Masalah menyusui pada keadaan khusus antara lain:

- a. Ibu melahirkan dengan bedah caesar
- b. Ibu sakit
- c. Ibu hamil

Masalah pada bayi antara lain:

- a. Bayi sering menangis
- b. Bayi bingung puting
- c. Bayi premature
- d. Bayi kuning
- e. Bayi kembar
- f. Bayi sakit
- g. Bayi sumbing
- h. Bayi dengan lidah pendek (Lingual Frenulum)
- i. Bayi yang memerlukan perawatan

**C. Rangkuman**

Manajemen laktasi adalah upaya sistematis yang dilakukan untuk mendukung ibu dalam menyusui. Ini mencakup edukasi, penilaian menyusui, pemecahan masalah, serta pemberian dukungan secara fisik dan emosional. Praktik yang tepat, termasuk posisi menyusui dan perlekatan yang benar, menjadi kunci keberhasilan menyusui eksklusif. Tenaga kesehatan, khususnya bidan, berperan penting dalam mendampingi ibu agar proses menyusui berlangsung optimal dan berkelanjutan.

**D. Tugas**

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik manajemen laktasi pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara professional.

**E. Tes**

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

- 1. Apakah tujuan utama dari manajemen laktasi ?
- 2. Bagaimana tanda perlekatan bayi yang benar saat menyusui ?
- 3. Sebutkan Teknik posisi dalam menyusui
- 4. Apakah masalah yang dapat muncul pada saat memberikan ASI
- 5. Apa sajakah intervensi dalam manajemen laktasi

Keterangan

- 1. Nilai minimum lulus : 75
- 2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

| LANGKAH/ TUGAS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 0 | 1 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| PERSIAPAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |   |
| 1. Media konseling :<br>Lembar balik                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |   |
| PROSEDUR                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |   |
| 1. Sambut pasien dengan sopan dan ramah dan memperkenalkan diri                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |   |
| 2. Persilahkan pasien duduk dan jaga privasi pasien                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |   |
| 3. Jelaskan maksud dan tujuan pendidikan kesehatan<br>“Hari ini saya akan membantu ibu memberikan penjelasan mengenai ASI Eksklusif dimana ASI sangat baik bagi pertumbuhan bayi”                                                                                                                                                                   |   |   |
| 4. Lakukan apersepsi tentag ASI Eksklusif<br>Menanyakan kepada pasien “apakah ibu pernah mendapatkan informasi mengenai ASI Eksklusif sebelumnya”                                                                                                                                                                                                   |   |   |
| 5. Jelaskan pengertian ASI Eksklusif<br>ASI Eksklusif adalah bayi yang hanya di beri ASI saja, tanpa tambahan cairan/makanan sampai umur 4 – 6 bulan”                                                                                                                                                                                               |   |   |
| 6. Jelaskan manfaat ASI Ekskusif<br><br>Menjelaskan manfaat ASI Eksklusif lebih dari 3 manfaat : ASI sebagai nutrisi, ASI sebagai daya tahan tubuh, ASI meningkatkan kecerdasan, ASI meningkatkan jalinan kasih saying, penghematan biaya obat – obatan, tenaga, sarana keseharan, menciptakan generasi penerus bangsa yang tangguh dan berkualitas |   |   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>7. Jelaskan zat kekebalan dalam ASI</p> <p>Menjelaskan zat kekebalan ASI :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Faktor bifidus : Mendukung proses perkembangan bakteri yang “menguntungkan” dalam usus bayi, untuk mencegah pertumbuhan bakteri yang merugikan</li><li>• Laktoferin : Mengikat zat besi dalam ASI sehingga zat besi tidak digunakan oleh bakteri pathogen untuk pertumbuhannya</li><li>• Anti alergi</li><li>• Mengandung zat anti virus polio</li><li>• Membantu pertumbuhan selaput usus bayi sebagai perisai untuk menghindari zat-zat merugikan yang masuk ke dalam peredaran darah</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |
| <p>8. Jelaskan komposisi ASI</p> <p>Menjelaskan komposisi ASI dengan sempurna :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kolostrum<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Merupakan cairan yang pertama kali cairan kental dengan warna kekuning – kuningan dibanding susu matur.</li><li>✓ Disekresi hari ke 1 sampai ke 3 ,bila dipanaskan akan menggumpal, sedangkan ASI matur tidak</li><li>✓ Merupakan pencahar yang ideal untuk membersihkan mekonium dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bayi bagi makanan yang akan datang</li><li>✓ Lebih banyak mengandung , karbohidrat, protein, mineral, antibodi memberikan perlindungan bagi bayi sampai umur 6 bulan dibandingkan dengan ASI matur</li></ul></li><li>• Air Susu Masa Peralihan<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Merupakan ASI peralihan dari kolostrum sampai menjadi ASI yang matur</li><li>✓ Disekresi dari hari ke 4 sampai ke 10</li><li>✓ Kadar protein makin rendah sedangkan kadar karbohidrat dan lemak semakin meningkat dan volume juga semakin meningkat</li></ul></li><li>• Air Susu Matur<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Merupakan ASI yang disekresi pada hari ke 10 dan seterusnya, komposisi relative konstan.</li><li>✓ Merupakan cairan berwarna putih kekuningan yang diakibatkan warna dari Ca-casein, riboflavin dan karoten yang terdapat didalamnya</li></ul></li></ul> |  |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <div><div>✓</div>Tidak menggumpal jika dipanaskan</div> <div><div>✓</div>Terdapat antimicrobial faktor, antara lain : antibody (kekebalan terhadap infeksi), protein, hormon – hormon, dan lain – lain</div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |
| <div>9. Jelaskan cara memperbanyak produksi ASI</div> <div>Menjelaskan cara memproduksi ASI lebih dari 3 :</div> <div><div><div></div></div><div>Bayi menyusui setiap 2 jam selama 10 – 15 menit disetiap payudara</div><div>Bangunkan bayi, buka baju/gedong yang membuat rasa gerah, duduklah selama menyusui</div><div>Pastikan bayi menyusui dengan posisi yang baik (menempel pada ibunya) dan menelan secara aktif</div><div>Susui bayi ditempat yang tenang nyaman dan minumlah setiap kali menyusui</div><div>Tidur bersebelahan/dekat dengan bayi</div><div>Ibu meningkatkan istirahat atau minum</div></div> |  |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>10. Jelaskan cara pemerasan ASI</p> <p>Menjelaskan cara pemerasan ASI secara sempurna :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pengeluaran ASI dengan tangan</li></ul> <p>✓ Tangan dicuci sampai bersih.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Siapkan cangkir/gelas bertutup yang telah dicuci dengan air mendidih.</li><li>✓ Payudara dikompres dengan kain handuk yang hangat dan dimasase dengan kedua telapak tangan dari pangkal ke arah kalang payudara. Ulangi pemijatan ini pada sekitar payudara secara merata.</li><li>✓ Dengan ibu jari di sekitar kalang payudara bagian atas dan jari telunjuk pada sisi yang lain, lalu daerah kalang payudara ditekan ke arah dada.</li><li>✓ Daerah kalang payudara diperas dengan ibu jari dan jari telunjuk, jangan memijat/menekan puting, karena dapat menyebabkan rasa nyeri/lecet.</li><li>✓ Ulangi tekan –peras-lepas-tekan-peras-lepas, pada mulanya ASI tak keluar, setelah beberapa kali maka ASI akan keluar.</li><li>✓ Gerakan ini diulang pada sekitar kalang payudara pada semua sisi, agar yakin bahwa ASI telah diperas dari semua segmen payudara.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pengeluaran dengan pompa</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Tekan bola karet untuk mengeluarkan udara.</li><li>✓ Ujung leher tabung diletakkan pada payudara dengan puting susu tepat di tengah, dan tabung benar-benar melekat pada kulit.</li><li>✓ Bola karet dilepas, sehingga puting susu dan kalang payudara tertarik ke dalam.</li><li>✓ Tekan dan lepas beberapa kali, sehingga ASI akan keluar dan terkumpul pada lekukan penampung pada sisi tabung.</li><li>✓ Setelah selesai dipakai atau akan dipakai, maka alat harus dicuci bersih dengan menggunakan air mendidih. Bola karet sukar dibersihkan, oleh karenanya bila memungkinkan lebih baik pengeluaran ASI dengan</li><li>✓ menggunakan tangan</li></ul> |  |  |
| <p>11. Jelaskan cara penyimpanan ASI</p> <p>Menjelaskan penyimpanan ASI dengan sempurna</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Di udara terbuka/bebas 6-8 jam</li><li>• Di lemari es (40C) 24 jam</li><li>• Di lemari pendingin/beku (- 18 0C) 6 bulan</li><li>• ASI yang telah didinginkan bila akan dipakai tidak boleh direbus, karena kualitasnya akan menurun yaitu unsure kekebalannya. ASI tersebut cukup didiamkan beberapa saat di dalam suhu kamar, agar tidak terlalu dingin;</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| atau dapat pula direndam di dalam wadah yang telah berisi air panas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |
| 12. Jelaskan cara penerapan ASI Eksklusif pada ibu bekerja Menjelaskan penerapan ASI Eksklusif lebih dari 3 : <ul style="list-style-type: none"><li>Selama cuti hanya menyusui</li><li>Sebelum mulai bekerja ubah pola minum bayi</li><li>Sebelum berangkat bekerja susui bayi</li><li>Selama di kantor perah ASI setiap 3-4 jam</li><li>Simpan di lemari es dan dibawa pulang</li><li>Setelah dihangatkan diberikan dengan cangkir</li></ul> |  |  |
| 13. Lakukan evaluasi dengan menanyakan kembali apa yang sudah dijelaskan Melakukan evaluasi dengan menanyakan kembali dan dilakukan dengan sempurna ‘bu, sudah mengerti dengan penjelasan saya mengenai ASI eksklusif, coba ibu ulangi penjelasan yang saya berikan mengenai ”                                                                                                                                                                |  |  |
| 14. Sampaikan terima kasih pada klien.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |
| 15. Dokumentasikan asuhan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |

G. Daftar Pustaka

1.

Varney, H., Kriebs, J.M. & Gegor, C.L., 2018. *Varney’s Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.

2.

Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

3.

Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

4.

Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 9

### EVIDENCE BASED DAN KAJIAN JURNAL DALAM ASUHAN IBU NIFAS DAN MENYUSUI

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami konsep *evidence-based practice* (EBP) dan menerapkannya dalam pengambilan keputusan klinis berdasarkan hasil kajian jurnal ilmiah untuk memberikan asuhan yang berkualitas kepada ibu nifas dan menyusui.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

*Evidence Based Midwifery Practice* dalam asuhan ibu nifas dapat disimpulkan sebagai asuhan kebidanan pada ibu nifas berdasarkan bukti penelitian yang telah teruji menurut metodologi ilmiah yang sistematis

##### 2. Manfaat

- Keamanan bagi nakes karena intervensi yang dilakukan berdasarkan bukti ilmiah
- Meningkatkan kompetensi (kognitif).
- Memenuhi tuntutan dan kewajiban sebagai profesional dalam memberikan asuhan yang bermutu
- Memenuhi kepuasan pasien yang mana dalam asuhan kebidanan, pasien mengharapkan asuhan yang benar, sesuai dengan bukti dan teori serta perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi

##### 3. Proses eksplorasi evidence based practice dalam asuhan ibu nifas

- Langkah 1: Kembangkan semangat penelitian
- Langkah 2: Ajukan pertanyaan klinis dalam format PICOT
- Langkah 3: Cari bukti terbaik
- Langkah 4: Kritis menilai bukti
- Langkah 5: Mengintegrasikan bukti dengan keahlian klinis dan preferensi pasien dan nilai-nilai
- Langkah 6: Evaluasi hasil keputusan praktek atau perubahan berdasarkan bukti
- Langkah 7: Menyebarkan hasil EBP dalam asuhan ibu nifas

**4. Etika pemanfaatan evidence based practice pada asuhan ibu nifas**

Peraturan moral yang paling utama adalah jujur sehingga bidan harus menjelaskan kondisi kliennya saat ini dan komplikasi yang dapat terjadi padanya. Kejujuran ini penting agar dapat membangun rasa saling percaya dan hubungan yang baik antara mereka. Bidan perlu menjelaskan *plus minus* dari tindakan berbasis EBP yang diberikan pada ibu nifas. Hal lain yang harus diperhatikan bidan adalah prinsip otonomi. Otonomi bersifat umum, tetapi berlaku juga dalam asuhan kebidanan, dimana bidan harus dapat menghargai pilihan kliennya

**5. Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan memanfaatkan evidence based practice**

Prinsip-prinsip dalam asuhan nifas yang mendasari untuk EBM terbaik dan untuk mengoptimalkan kesehatan ibu dan bayinya:

- a. *Woman centered*: memungkinkan ibu untuk berpartisipasi dalam pengambilan keputusan mengenai perawatan mereka sendiri dan bayinya.
- b. Perawatan nifas dilakukan dengan team
- c. Pelayanan kesehatan akan memfasilitasi akses yang tepat dan adil sehingga ibu dapat mengakses layanan yang terdekat
- d. Perawatan nifas akan sesuai dengan budaya yang aman
- e. Perawatan nifas bersifat holistik terhadap: masalah, kebutuhan beragam, latar belakang budaya dan bahasa
- f. Kolaboratif dan terkoordinasi dalam pelayanan kesehatan dan untuk mengoptimalkan asuhan dan *outcomes*.
- g. Memastikan perempuan memiliki akses yang tepat dan konsisten untuk layanan di seluruh tatanan layanan kesehatan sesuai dengan kebutuhan
- h. Pelayanan kesehatan akan meningkatkan hasil yang aman dan berkualitas tinggi bagi perempuan dan keluarga
- i. Pencatatan dan pelaporan data yang akurat tentang akses perempuan terhadap perawatan postnatal

**C. Rangkuman**

Praktik evidence-based merupakan pendekatan pelayanan yang mengedepankan penggunaan bukti ilmiah terbaik dalam pengambilan keputusan klinis. Dalam konteks asuhan ibu nifas dan menyusui, EBP sangat penting untuk meningkatkan kualitas layanan dan keberhasilan menyusui. Mahasiswa kebidanan harus memiliki kemampuan dalam

membaca, menganalisis, dan mengintegrasikan hasil kajian jurnal ke dalam praktik sehari-hari.

**D. Tugas**

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik evidence based dan kajian jurnal dalam asuhan ibu nifas dan menyusui pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara professional.

**E. Tes**

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan secara rinci apa yang dimaksud dengan evidence-based practice (EBP) dalam konteks asuhan kebidanan, khususnya pada ibu nifas dan menyusui. Mengapa pendekatan ini penting dalam praktik kebidanan modern?
2. Sebutkan dan jelaskan langkah-langkah sistematis dalam menerapkan evidence-based practice (EBP) di tatanan klinis kebidanan! Sertakan penjelasan fungsi masing-masing langkah.
3. Buatlah satu contoh pertanyaan klinis menggunakan format PICO yang relevan dengan asuhan ibu menyusui. Jelaskan maksud dari setiap komponen PICO tersebut dalam pertanyaan yang Anda buat.
4. Apa saja kriteria yang perlu diperhatikan saat melakukan kajian terhadap sebuah jurnal ilmiah kebidanan? Jelaskan bagaimana setiap kriteria tersebut membantu menentukan apakah jurnal tersebut layak dijadikan acuan praktik.
5. Seorang ibu nifas mengalami kesulitan menyusui karena rasa nyeri pada puting. Anda diminta untuk melakukan asuhan berbasis bukti. Jelaskan bagaimana Anda akan mencari dan menggunakan jurnal untuk menyusun intervensi yang tepat.

**Keterangan**

1. Nilai minimum lulus : 75
2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar kerja praktik

| NO  | LANGKAH                                                                                                                                                                                                                     | NILAI |   |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|
|     |                                                                                                                                                                                                                             | 0     | 1 |
| 1.  | Mempersiapkan alat/perlengkapan yang diperlukan di atas troli                                                                                                                                                               |       |   |
| 2.  | Meletakkan alat/perlengkapan <i>breast care</i> secara ergonomis                                                                                                                                                            |       |   |
| 3.  | Mempersilakan klien dan memperkenalkan diri                                                                                                                                                                                 |       |   |
| 4.  | Menjaga privasi klien                                                                                                                                                                                                       |       |   |
| 5.  | Menjelaskan tujuan perawatan payudara pada ibu nifas                                                                                                                                                                        |       |   |
| 6.  | Cuci tangan di kran atau di air mengalir dan mengeringkannya dengan handuk.                                                                                                                                                 |       |   |
| 7.  | Siapkan posisi ibu                                                                                                                                                                                                          |       |   |
| 8.  | Pasang handuk besar untuk menutupi bagian atas klien                                                                                                                                                                        |       |   |
| 9.  | Siapkan pasien dengan melepas pakaian atas dan BH Klien                                                                                                                                                                     |       |   |
| 10. | Lakukan pengompresan pada kedua putting susu dan areola mammae dengan menggunakan kapas yang telah diolesi minyak kelapa/baby oil.                                                                                          |       |   |
| 11. | Bersihkan putting susu dengan kapas                                                                                                                                                                                         |       |   |
| 12. | Licinkan kedua telapak tangan dengan minyak                                                                                                                                                                                 |       |   |
| 13. | Pengurutan pertama: Tempatkan kedua telapak tangan di antara kedua payudara.                                                                                                                                                |       |   |
| 14. | Lakukan pengurutan, dimulai kearah atas, lalu telapak tangan kiri ke arah sisi kiri dan telapak tangan kanan ke arah sisi kanan. Lakukan terus pengurutan ke bawah/ ke samping.                                             |       |   |
| 15. | Selanjutnya, pengurutan melintang. Telapak tangan mengurut ke depan, lalu kedua tangan dilepas dari payudara.                                                                                                               |       |   |
| 16. | Pengurutan kedua dengan menggunakan sisi kelingking. Gerakan dimulai dari arah atas kemudian ke samping dan ke bawah secara sirkuler.                                                                                       |       |   |
| 17. | Pengurutan ketiga dengan menggunakan ibu jari tangan. Gerakan dimulai dari bagian atas kemudian kesamping dan ke bawah secara sirkuler. Lakukan secara teratur 20-30 kali.                                                  |       |   |
| 18. | Kedua payudara dikompres dengan waslap hangat selama 2 menit, lalu diganti dengan waslap dingin selama 1 menit, pengompresan dilakukan secara bergantian selama 3 kali berturut-turut dan akhiri dengan kompres air hangat. |       |   |
| 19. | Keringkan payudara dengan menggunakan handuk besar.                                                                                                                                                                         |       |   |
| 20. | Bantu ibu untuk menggunakan kembali pakaiannya. Dan anjurkan ibu untuk menggunakan BH yang menyokong payudara.                                                                                                              |       |   |
| 21. | Bereskan semua alat-alat dan masukkan dalam tempat pakaian kotor.                                                                                                                                                           |       |   |
| 22. | Cuci tangan di kran atau air mengalir setelah melakukan tindakan dan keringkan dengan handuk.                                                                                                                               |       |   |
| 23. | Jelaskan pada ibu bahwa tindakan telah selesai dan anjurkan untuk melakukannya di rumah dibantu dengan suami.                                                                                                               |       |   |
| 24. | Memberikan kesempatan untuk bertanya dan memberikan umpan balik                                                                                                                                                             |       |   |
| 25. | Melakukan tindakan secara sistematis                                                                                                                                                                                        |       |   |
| 26. | Mendokumentasikan tindakan                                                                                                                                                                                                  |       |   |

**G. Daftar Pustaka**

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Geger, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 10

### DETEKSI DINI KOMPLIKASI DALAM NIFAS DAN MENYUSUI

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami, mengidentifikasi, dan menerapkan praktik deteksi dini terhadap komplikasi yang mungkin terjadi selama masa nifas dan menyusui, guna mencegah morbiditas dan mortalitas pada ibu dan bayi secara tepat sesuai standar pelayanan kebidanan.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

**Masa Nifas** : adalah periode setelah persalinan, umumnya berlangsung selama 6 minggu, di mana tubuh ibu mengalami proses pemulihan.

**Menyusui** : adalah proses pemberian ASI secara langsung dari ibu ke bayi, yang dimulai segera setelah lahir.

##### 2. Tujuan

- Mencegah terjadinya komplikasi berat.
- Menyediakan intervensi tepat waktu.
- Meningkatkan keselamatan dan kualitas hidup ibu dan bayi.
- Mendorong keberlanjutan menyusui yang aman dan sehat.

##### 3. Perdarahan pervaginam pada masa nifas

Perdarahan postpartum adalah perdarahan lebih dari 500-600 ml dalam masa 24 jam setelah anak lahir. Perdarahan postpartum membutuhkan lebih dari satu pembalut dalam waktu satu atau dua jam. Menurut waktu terjadinya dibagi atas dua bagian yaitu Perdarahan Postpartum Primer (*early postpartum hemorrhage*) yang terjadi dalam 24 jam setelah anak lahir dan perdarahan postpartum sekunder (*late postpartum hemorrhage*) yang terjadi setelah 24 jam, biasanya antara hari ke-5 sampai ke-15 postpartum

##### 4. Infeksi pada masa nifas

Infeksi pada dan melalui traktus genitalis setelah persalinan disebut infeksi nifas. Suhu  $38^{\circ}\text{C}$  atau lebih yang terjadi antara hari ke 2-10 postpartum dan diukur per oral sedikitnya 4 kali sehari disebut sebagai morbiditas puerperalis. Kenaikan suhu pada masa nifas dianggap sebagai infeksi nifas apabila tidak ditemukan sebab-sebab ekstragenital. Infeksi puerperium adalah infeksi bakteri yang berasal dari saluran reproduksi selama persalinan atau puerperium

##### 5. Sakit kepala

Sakit kepala merupakan tanda bahaya pada masa nifas. Sakit kepala bisa disebabkan oleh karena darah tinggi (sistol  $>140$  mmHg dan diastole  $>110$  mmHg). Lemas yang berlebihan juga merupakan tanda-tanda bahaya, dimana keadaan lemas disebabkan

oleh kurangnya istirahat dan kurangnya asupan kalori sehingga ibu kelihatan pucat, tekanan darah rendah (sistol <100 mmHg diastole <60 mmHg).

**6. Nyeri epigastric**

Nyeri epigastrik adalah perasaan nyeri atau sakit di daerah perut bagian atas dan tengah/ daerah epigastrium

**7. Penglihatan kabur**

Perubahan penglihatan atau pandangan kabur, dapat menjadi tanda preeklampsia.

**8. Edema pada wajah dan ekstremitas**

Pembengkakan wajah dan ekstremitas atau yang sering disebut dengan oedem sering ditemukan pada wanita hamil ataupun nifas. Baik karena perubahan fisiologis maupun perubahan yang patologis. Oedem adalah tertimbunnya cairan dalam jaringan akibat adanya gangguan keseimbangan

**9. Demam, muntah dan rasa sakit waktu berkemih**

Setelah melahirkan terutama saat infuse oksitosin dihentikan terjadi diuresis yang disertai peningkatan produksi urin dan distensi kandungkemih. Overdistensi yang disertai kateterisasi untuk mengeluarkan air kemih sering menyebabkan infeksi saluran kemih

**10. Nyeri dan panas pada payudara**

Payudara yang berubah menjadi merah, panas, dan terasa sakit. Payudara bengkak yang tidak disusu secara adekuat dapat menyebabkan payudara menjadi merah, panas, terasa sakit, akhirnya terjadi mastitis

**11. Kehilangan nafsu makan**

Sesudah anak lahir ibu akan merasa lelah mungkin juga lemas karena kehabisan tenaga. Hendaknya lekas berikan minuman hangat, susu, kopi, atau teh yang bergula

**12. Merasa sedih atau tidak mampu mengurus bayi dan dirinya sendiri**

Pada minggu – minggu awal setelah persalinan sampai kurang lebih 1 tahun ibu postpartum cenderung akan mengalami perasaan perasaan yang tidak pada umumnya, seperti merasa sedih, tidak mampu mengasuh dirinya sendiri atau bayinya. Ada kalanya ibu mengalami perasaan sedih yang berkaitan dengan bayinya. Keadaan ini disebut dengan baby blues, yang disebabkan oleh perubahan perasaan yang dialami ibu saat hamil sehingga sulit menerima kehadiran bayinya

**C. Rangkuman**

Masa nifas dan menyusui merupakan periode krusial yang membutuhkan perhatian terhadap kemungkinan munculnya komplikasi. Praktik deteksi dini sangat penting untuk mengenali tanda-tanda bahaya seperti infeksi, perdarahan, tromboemboli, dan gangguan menyusui. Dengan pemeriksaan rutin, edukasi ibu, dan keterampilan klinis, bidan dapat memberikan asuhan yang responsif dan menyelamatkan nyawa.

D. Tugas

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik deteksi dini komplikasi dalam nifas dan menyusui pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara professional

E. Tes

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan pentingnya deteksi dini komplikasi pada masa nifas dan menyusui bagi keselamatan ibu dan bayi. Sertakan minimal tiga contoh komplikasi yang harus diwaspadai.
2. Sebutkan dan jelaskan langkah-langkah pemeriksaan klinis yang dapat dilakukan oleh bidan untuk mendeteksi komplikasi dini pada ibu nifas.
3. Apa saja tanda dan gejala mastitis pada ibu menyusui? Jelaskan pula bagaimana penanganan awal yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan.
4. Seorang ibu nifas datang 10 hari setelah persalinan dengan keluhan keluar darah dalam jumlah banyak dan bau tidak sedap. Jelaskan analisis Anda dan tindakan awal yang harus dilakukan.
5. Jelaskan bagaimana peran bidan dalam mengedukasi ibu tentang tanda-tanda bahaya masa nifas dan pentingnya segera mencari pertolongan medis. Berikan contoh kalimat edukasi.

Keterangan

1. Nilai minimum lulus : 75
2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar kerja Praktik

| No | BUTIR YANG DINILAI                                                                                              | 0 | 1 |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| A  | SIKAP DAN PERILAKU                                                                                              |   |   |
| 1. | Menyapa klien dengan sopan dan ramah                                                                            |   |   |
| 2. | Memperkenalkan diri pada klien<br>Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil berjabat tangan |   |   |
| 3. | Merespon terhadap reaksi klien<br>Merespon reaksi klien dan ditanggapi dengan tepat                             |   |   |
| 4. | Percaya diri<br>Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri                                               |   |   |
| 5. | Menjaga privasi klien<br>Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu / sampiran                |   |   |
|    | NILAI A                                                                                                         |   |   |

| B   | CONTENT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 6.  | <b>Menanyakan keluhan klien dengan sopan</b><br>Menanyakan keluhan klien dengan jelas (apa yang dikeluhkan saat ini, sejak kapan)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |  |
| 7.  | <b>Menjelaskan maksud dan tujuan</b><br>Menjelaskan maksud dan tujuan melaksanakan penkes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |
| 8.  | <b>Teruji melakukan apersepsi tentang tanda bahaya masa nifas</b><br>Menanyakan pada klien tentang tanda bahaya masa nifas yang diketahuinya                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| 9.  | <b>Menjelaskan tentang tanda infeksi masa nifas (peningkatan suhu &gt; 38°C ; lochea berbau) *</b><br>Apabila terjadi peningkatan melebihi 380C beturut-turut selama 2 hari kemungkinan terjadi infeksi. Infeksi nifas adalah keadaan yang mencakup semua peradangan alat-alat genetalia. Perawatan genetalia dan personal hygyene sangat penting dijelaskan dalam masa nifas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |
| 10. | <b>Menjelaskan tentang tanda perdarahan per vagina dalam masa nifas termasuk perdarahan pos partum primer dan perdarahan post partum sekunder</b><br>a) Perdarahan Post Partum Primer (Early Post Partum Hemorrhage) yang terjadi dalam 24 jam setelah anak lahir. Penyebab utama adalah atonia uteri, retensio placenta, sisa placenta dan robekan jalan lahir. Terbanyak dalam 2 jam pertama<br>b) Perdarahan post partum sekunder (Late Post Partum Hemorrhage) yang terjadi setelah 24 jam, biasanya terjadi antara hari ke 5 sampai 15 post partum. Penyebab utama adalah robekan jalan lahir atau selaput plasenta                                                             |  |  |
| 11. | <b>Menjelaskan tentang sakit kepala, nyeri epigastrik, penglihatan kabur *</b><br>Sakit kepala, penglihat kabur dan pembengkakan di wajah<br>Sakit kepala adalah suatu kondisi terdapatnya rasa sakit di dalam kepala kadang sakit dibelakang leher atau punggung bagian atas,disebut juga sebagai sakit kepala.jenis penyakit ini termasuk dalam keluhan-keluhan penyakit yang sering diutarakan. Penglihatan kabur atau berbayang dapat disebabkan oleh sakit kepala yang hebat, sehingga terjadi oedema pada otak dan menyebabkan resistensiotak yang mempengaruhi sistem saraf pusat, yang dapat menimbulkan kelainan serebral (nyeri kepala, kejanng) dan gangguan penglihatan. |  |  |
| 12. | <b>Menjelaskan tentang pembengkakan di wajah &amp; ekstremitas</b><br>Pembengkakan pada wajah dan ekstremitas merupakan salah satu gejala dari adanya preeklamsi walaupun gejala utamanya adalah protein urine. Hal ini biasa terjadi pada akhir-akhir kehamilan dan terkadang masih berlanjut sampai ibu post partum. Oedema dapat terjadi karena peningkatan kadar sodium dikarenakan pengaruh hormonal dan tekanan dari pembesaran uterus pada vena cava inferior ketika berbaring                                                                                                                                                                                                |  |  |
| 13. | <b>Menjelaskan tentang demam, muntah, rasa sakit waktu berkemih</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
| 14. | <b>Menjelaskan tentang payudara yang berubah menjadi merah, panas,</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|     | terasa sakit                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |  |
| 15. | Menjelaskan tentang rasa sakit, merah , lunak, pembengkakan di kaki<br>Tromboflebitis merupakan inflamasi pembuluh darah disertai pembentukan pembekuan darah. Bekuan darah dapat terjadi di permukaan atau di dalam vena.Tromflebitis cenderung terjadi pada periode pascapartum pada saat kemampuan pengumpulan darah meningkat akibat peningkatan fibrinogen |  |  |
| 16. | Menjelaskan tentang kehilangan nafsu makan dalam waktu yang lama<br>Menjelaskan dengan lengkap dan jelas                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |
| 17. | Menjelaskan tentang perasaan sedih atau tidak mampu mengasuh sendiri bayinya dan diri sendiri<br>Menjelaskan dengan lengkap dan jelas                                                                                                                                                                                                                           |  |  |
| 18. | Menjelaskan untuk segera datang ke klinik jika mengalami tanda bahaya masa nifas<br>Menjelaskan dengan lengkap dan jelas                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |
| 19. | Menanyakan kembali tanda bahaya masa nifas yang telah diterangkan<br>Menanyakan kembali tanda bahaya masa nifas yang telah diterangkan dan membenarkan bila ada kesalahan                                                                                                                                                                                       |  |  |
|     | Total score 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
| C   | TEKNIK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |
| 20. | Menjelaskan secara sistematis<br>Menjelaskan penkes secara berurutan                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |
| 21. | Menggunakan bahasa yang dapat dimengerti<br>Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti pasien tanpa menggunakan bahasa medis                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |
| 22. | Penggunaan media<br>Menggunakan media secara efektif dan benar                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
| 23. | Memberikan kesempatan untuk bertanya dan memberikan umpan balik                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |
|     | Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien                                                                                                                                                                                                 |  |  |
| 24. | Mendokumentasikan hasil tindakan<br>Mendokumentasikan hasil penkes dengan tanggal, jam, Isi/ tindakan, nama dan tanda tangan pelaksana.                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
|     | Score 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |

TOTAL SCORE =24

NILAI AKHIR =  $\frac{\Sigma \text{ score}}{24} \times 100$

**G. Daftar pustaka**

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Geger, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 11

### UPAYA PROMOTIF DAN PREVENTIF TERKAIT ASUHAN KEBIDANAN NIFAS DAN MENYUSUI

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami dan menerapkan upaya promotif dan preventif dalam memberikan asuhan kebidanan pada masa nifas dan menyusui, guna meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi serta mencegah terjadinya komplikasi melalui pendekatan edukatif dan pencegahan dini.

#### B. Uraian Materi

##### 1. Pengertian

**Promotif** : Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi, misalnya melalui pendidikan kesehatan dan konseling menyusui.

**Preventif** : Tindakan pencegahan terhadap masalah kesehatan atau komplikasi yang mungkin terjadi selama masa nifas dan menyusui.

##### 2. Tujuan

- Meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu
- Menurunkan risiko komplikasi nifas seperti infeksi dan perdarahan
- Menunjang keberhasilan menyusui eksklusif
- Meningkatkan kualitas hidup ibu dan bayi setelah persalinan

##### 3. Gizi

Nutrisi atau gizi adalah zat yang diperlukan oleh tubuh untuk keperluan metabolismenya. Kebutuhan gizi pada masa nifas terutama bila menyusui meningkat 25%, karena digunakan untuk proses pemulihan pasca persalinan dan produksi air susu yang cukup.

##### 4. Suplemen zat besi / vitamin A

Tambahan zat besi sangat penting dalam masa menyusui karena dibutuhkan untuk kenaikan sirkulasi darah dan sel, serta menambah sel darah merah (HB). Sumber vitamin A : kuning telur, hati, mentega, sayuran berwarna hijau dan buah berwarna kuning (wortel, tomat dan nangka).

##### 5. Istirahat

Anjurkan ibu supaya istirahat cukup untuk mencegah kelelahan yang berlebihan. Sarankan ibu untuk kembali pada kegiatan rumah tangga secara perlahan serta untuk tidur siang atau beristirahat selama bayi tidur.

##### 6. Pemberian ASI

Ada beberapa cara yang perlu diperhatikan dalam menyusui bayi yang benar antara lain:

1. Waktu menyusui bayi
2. Posisi menyusui bayi
3. Urutan tindakan menyusui

#### 7. Exercise

Senam yang pertama paling baik paling aman untuk memperkuat dasar panggul adalah Senam Kegel. Segera lakukan senam kegel pada hari pertama post partum bila memang memungkinkan

#### 8. Hubungan seksual

Apabila perdarahan telah berhenti dan episiotomi sudah sembuh maka coitus bisa dilakukan pada 3-4 minggu post partum

#### 9. KB

- Idealnya pasangan harus menunggu sekurang-kurangnya 2 tahun sebelum ibu hamil kembali
- Biasanya ibu post partum tidak akan ovulasi sebelum mendapatkan haidnya selama menyusui, oleh karena itu amenore laktasi dapat dipakai sebelum haid pertama kembali untuk mencegah terjadinya kehamilan
- Sebelum menggunakan KB ibu harus dijelaskan tentang KB
- Jika pasangan memilih KB tertentu ada baiknya untuk bertemu dengannya lagi dalam 2 minggu.

#### 10. Tanda Bahaya

Penyebaran infeksi kala nifas dapat melalui:

- Berkelanjutan – perkontinuitatum
- Melalui pembuluh darah
- Penyebaran melalui bekas implantasi placenta

#### C. Rangkuman

Upaya promotif dan preventif dalam masa nifas dan menyusui merupakan bagian penting dari asuhan kebidanan. Promotif berfokus pada peningkatan kesehatan dan pengetahuan ibu, sedangkan preventif bertujuan mencegah terjadinya gangguan atau komplikasi. Keduanya harus dilakukan secara berkesinambungan oleh tenaga kesehatan, khususnya bidan, guna menciptakan masa transisi ibu yang aman dan menyusui yang berhasil.

#### D. Tugas

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik upaya promotive dan preventif terkait asuhan kebidanan nifas dan menyusui pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara professional

E. Tes

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan perbedaan antara upaya promotif dan preventif dalam asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui. Berikan masing-masing dua contoh kegiatan praktiknya.
2. Sebutkan dan jelaskan tiga strategi edukatif yang dapat dilakukan oleh bidan untuk meningkatkan keberhasilan menyusui pada ibu nifas.
3. Mengapa pendidikan kesehatan selama masa nifas dianggap sebagai bagian dari upaya promotif? Apa dampaknya jika upaya ini tidak dilakukan secara optimal?
4. Bagaimana bidan dapat melakukan pencegahan terhadap komplikasi mastitis pada ibu menyusui? Jelaskan tindakan pencegahan dan cara edukasi yang tepat.
5. Seorang ibu nifas belum memiliki pengetahuan tentang cara menyusui dan perawatan payudara. Sebagai bidan, langkah promotif dan preventif apa yang akan Anda lakukan untuk mencegah gangguan menyusui pada ibu tersebut?

Keterangan

1. Nilai minimum lulus : 75
2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

| NO  | LANGKAH-LANGKAH                                                                                                                                         | NILAI |   |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|
|     |                                                                                                                                                         | 0     | 1 |
| 1.  | Mempersiapkan alat/perlengkapan yang diperlukan                                                                                                         |       |   |
| 2.  | Beri salam dan perkenalkan diri.                                                                                                                        |       |   |
| 3.  | Menjaga privasi klien                                                                                                                                   |       |   |
| 4.  | Berikan informasi kepada ibu dan keluarga maksud dan tujuan teknik menyusui yang benar                                                                  |       |   |
| 5.. | Cuci tangan sebelum tindakan dan keringkan. Cuci tangan sesuai prosedur dan keringkan dengan handuk kering                                              |       |   |
| 6.  | Posisikan ibu menyusui dengan posisi yang benar. Posisi duduk di kursi dengan diganjal.                                                                 |       |   |
| 7.  | Minta ibu untuk membuka pakaiannya dan melepas BH. Baju dan BH dilepas agar dapat tercapai perlekatan tubuh bayi dan ibu secara skin to skin.           |       |   |
| 8.  | Bersihkan payudara ibu dengan menggunakan washlap dan air. Hal ini untuk menjaga kebersihan dan mengurangi potensi terjadinya sakit.                    |       |   |
| 9.  | Keringkan payudara ibu dengan handuk Sebelum menyusui pastikan payudara dan sekitarnya dalam kondisi kering.                                            |       |   |
| 10. | Keluarkan sedikit ASI dari putting susu kemudian dioleskan pada putting susu dan aerola. Hal ini dilakukan untuk mencegah putting susu lecet dan nyeri. |       |   |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 11. | Jelaskan kepada ibu bagaimana teknik memegang bayi yang benar. Kepala bayi dan badan bayi berada pada satu garis. Muka bayi harus menghadap ke payudara, sedangkan hidungnya kearah putting susu. Ibu harus memegang bayinya berdekatan dengan perut ibu (perut bayi menempel pada perut ibu). |  |  |
| 12. | Ajarkan ibu untuk memegang payudara dengan posisi ibu jari diatas dan empat jari lainnya dibawah payudara. Pastikan jari- jari ibu tidak menekan payudara untuk mempermudah memasukkan mulut bayi ke putting susu ibu.                                                                         |  |  |
| 13. | Beri rangsangan pada bayi agar membuka mulut dengan cara menyentuh putting susu pada bibir atau pipi bayi. Hal ini dilakukan untuk mempermudah masuknya putting susu dan aerola ibu pada mulut bayi.                                                                                           |  |  |
| 14. | Setelah mulut bayi terbuka cukup lebar, gerakan bayi segera ke payudara dan bukan sebaliknya ibu atau payudara yang digerakkan ke mulut bayi. Pastikan tidak hanya putting susu yang masuk mulut bayi tetapi areola                                                                            |  |  |
| 15. | Ajarkan ibu untuk tetap memperhatikan bayi selama proses menyusui. Pastikan hidung bayi tidak menempel pada dada ibu, yang dapat mengakibatkan bayi tidak dapat bernafas.                                                                                                                      |  |  |
| 16. | Berikan ASI dari satu payudara sampai kosong sebelum pindah ke payudara lainnya Berikan ASI sesuai keinginan bayi. Bayi sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit dan ASI dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam.                                                     |  |  |
| 17. | Jika akan mengeluarkan putting susu dari mulut bayi gunakan jari kelingking diantara mulut dan payudara. Jari kelingking dimasukkan ke mulut bayi melalui susut mulut atau dagu bayi ditekan ke bawah.                                                                                         |  |  |
| 18. | Ajarkan ibu untuk sendawakan bayi setelah menyusui dengan cara menggendong bayi dibahu ibu atau posisikan bayi tengkurap. Sendawakan bayi dengan cara menepuk secara perlahan-lahan punggung bayi. Hal ini mencegah terjadinya gumoh pada bayi.                                                |  |  |
| 19. | Setelah selesai menyusui oleskan sisa ASI ke puting susu                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |
| 20. | Pakai BH atau kutang yang baik dan benar                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |
| 21. | Rapikan alat-alat setelah tindakan dilakukan.                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
| 21. | Cuci tangan sesuai prosedur dan keringkan dengan handuk kering                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |
| 22. | Memberikan kesempatan untuk bertanya dan memberikan umpan balik                                                                                                                                                                                                                                |  |  |
| 23. | Melakukan tindakan secara sistematis                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |
| 24. | Dokumentasikan tindakan yang telah dilakukan. Catat semua tindakan yang telah dilakukan secara benar dan sistematis.                                                                                                                                                                           |  |  |

TOTAL SCORE =24

NILAI AKHIR =  $\frac{\sum \text{score}}{24} \times 100$

**G. Daftar Pustaka**

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Geger, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

## PEMBELAJARAN 12

### ASUHAN KEBIDANAN NIFAS DAN MENYUSUI HOLISTIK DENGAN PENDEKATAN EVIDENCE BASED, PROBLME SOLVING, CHRITICAL THINKING DENGAN MENERAPKAN METODE MANAJEMEN KEBIDANAN DAN PENDOKUMENTASIAN SOAP

#### A. Tujuan

Dalam kegiatan pembelajaran ini diharapkan Mahasiswa kebidanan mampu memahami, menjelaskan, dan menerapkan asuhan kebidanan nifas dan menyusui secara holistik, yang meliputi pendekatan fisik, psikologis, sosial, spiritual, dan budaya, dalam rangka meningkatkan kesejahteraan ibu dan bayi secara menyeluruh.

#### B. Uraian Materi

##### 4. Pengertian

Asuhan holistik adalah pelayanan kebidanan yang diberikan secara **komprehensif dan menyeluruh**, mencakup:

- **Fisik:** kondisi tubuh dan pemulihan pasca persalinan.
- **Psikologis:** kondisi emosional ibu.
- **Sosial:** dukungan dari keluarga/lingkungan.
- **Spiritual:** keyakinan atau agama ibu.
- **Budaya:** nilai-nilai lokal yang diyakini dan dipraktikkan.

##### 5. Manajemen kebidanan

Dalam melaksanakan asuhan kebidanan, bidan perlu menerapkan kerangka pikir manajemen kebidanan. Dalam mempelajari manajemen kebidanan diperlukan pemahaman mengenai filosofi asuhan kebidanan, model konsep asuhan kebidanan dan model manajemen kebidanan. Manajemen kebidanan mempunyai peran penting dan menjadi dasar dalam memberikan asuhan kebidanan

##### 6. Penatalaksanaan asuhan masa nifas

Pada penatalaksanaan asuhan kebidanan, merupakan bentuk rencana asuhan menyeluruh yang dilaksanakan secara efisien dan aman. Realisasi dari perencanaan dapat dilakukan oleh bidan bersama dengan klien, suami maupun anggota keluarga yang lain. Jika bidan tidak melakukan asuhan secara mandiri, maka bidan tetap memikul tanggungjawab atas terlaksananya seluruh perencanaan sesuai dengan lingkup kewenangannya

##### 7. Dokumentasu asuhan kebidanan nifas

Salah satu komponen dalam standar asuhan kebidanan adalah melakukan pendokumentasian terhadap asuhan yang telah di berikan. Dokumentasi kebidanan

sangat penting untuk dibuat setiap kali melakukan asuhan kebidanan kepada klien. Dokumentasi penting secara aspek legal atau hukum, karena merupakan bentuk bukti pertanggungjawaban (responsibility) dan pertanggunggugatan (accountability) sebagai suatu profesi dalam melaksanakan tugasnya sesuai kewenangan, standar kompetensi dan standar pelayanan yang berlaku

#### 8. Tujuan

- ☐ Memberikan pelayanan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai ibu.
- ☐ Meningkatkan kenyamanan dan kepercayaan diri ibu dalam merawat dirinya dan bayinya.
- ☐ Menunjang keberhasilan menyusui dengan pendekatan individual.

#### C. Rangkuman

Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui secara holistik bertujuan untuk memberikan pelayanan yang menyentuh seluruh aspek kehidupan ibu, termasuk fisik, emosional, sosial, spiritual, dan budaya. Pendekatan ini memperkuat hubungan antara bidan dan pasien, serta memberikan ruang yang lebih luas bagi keberhasilan pemulihan dan menyusui. Bidan dituntut memiliki kepekaan, komunikasi yang baik, serta keterampilan dalam mengintegrasikan ilmu medis dengan pendekatan humanistik.

#### D. Tugas

Mahasiswa diminta untuk melakukan praktik asuhan kebidanan nifas dan menyusui holistik pada klien sesuai dengan prinsip dasar asuhan kebidanan, dengan menjaga keselamatan, kenyamanan, dan kebersihan secara professional dengan membentuk 4 kelompok dan membuat paper tentang perubahan pada ibu nifas dan membuat file presentasinya

#### E. Tes

Mahasiswa diminta untuk menjawab soal berikut dengan jelas sesuai dengan pengetahuan anda dan menggunakan Bahasa yang sistematis dan mudah dipahami

1. Jelaskan apa yang dimaksud dengan asuhan kebidanan holistik pada masa nifas dan menyusui. Mengapa pendekatan ini penting dalam praktik kebidanan?
2. Sebutkan lima aspek utama dalam asuhan kebidanan holistik dan berikan masing-masing satu contoh intervensi yang dapat dilakukan oleh bidan.
3. Bagaimana peran budaya dan spiritualitas dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui? Jelaskan dengan contoh nyata yang mungkin Anda temui di masyarakat.
4. Seorang ibu nifas tampak murung dan menarik diri dari bayinya. Jelaskan pendekatan holistik yang dapat Anda lakukan sebagai bidan dalam menghadapi kasus tersebut.
5. Jelaskan bagaimana pendekatan holistik dapat membantu memperkuat hubungan bidan dan ibu dalam meningkatkan keberhasilan menyusui.

Keterangan

- 1. Nilai minimum lulus : 75
- 2. Tes ini bersifat wajib sebagai bagian dari penilaian praktik keterampilan dasar kebidanan

F. Lembar Kerja Praktik

Penilaian Dokumentasi

| No | Komponen penilaian                  | Nilai |   |   |   |
|----|-------------------------------------|-------|---|---|---|
|    |                                     | 1     | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Format dokumentasi                  |       |   |   |   |
| 2. | Kesesuaian dokumentasi dengan kasus |       |   |   |   |
| 3. | Kelengkapan dokumentasi             |       |   |   |   |
| 4. | Ketepatan penulisan                 |       |   |   |   |
|    | Jumlah                              |       |   |   |   |

Penetapan Nilai Akhir:

jumlah

$$NA = \frac{\text{jumlah}}{16} \times 100$$

Keterangan:

- 1. Tidak sesuai petunjuk praktikum
- 2. Sesuai sebagian kecil petunjuk praktikum
- 3. Sesuai sebagian besar petunjuk praktikum
- 4. Sesuai petunjuk praktikum

G. Daftar Pustaka

1. Varney, H., Kriebs, J.M. & Gegor, C.L., 2018. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning.

2. Prawirohardjo, S., 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

3. Kemenkes RI, 2019. *Panduan Praktik Klinis bagi Bidan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

4. Departemen Kesehatan RI, 2020. *Standar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

BAB III  
EVALUASI

A. Kognitif Skill

Instrumen penilaian kognitifdirancang untuk mengukur dan menetapkan tingkat pencapaian kemampuan kognitif (sesuai standar kompetensi dasar). Soal dikembangkan sesuai dengan karakteristik aspek yang akan dinilai dan dapat menggunakan jenis-jenis tes tertulis yang dinilai cocok.

| No                  | Aspek Penilaian                    | Indikator                                   | Skor Maksimal |
|---------------------|------------------------------------|---------------------------------------------|---------------|
| 1                   | Pemahaman konsep asuhan kebidanan  | Mahasiswa dapat menjelaskan prosedur klinik | 20            |
| 2                   | Identifikasi alat dan fungsinya    | Dapat menyebutkan alat dan penggunaannya    | 20            |
| 3                   | Prinsip dasar keselamatan pasien   | Menjelaskan prinsip hygiene dan sterilisasi | 20            |
| 4                   | Pengambilan keputusan klinis dasar | Mampu menentukan tindakan sesuai kasus      | 20            |
| 5                   | Dokumentasi asuhan kebidanan       | Mampu menyusun catatan asuhan sederhana     | 20            |
| Total Skor Kognitif |                                    |                                             | 100           |

B. Psikomotor Skill

Instrumen penilaian psikomotordirancang untuk mengukur dan menetapkan tingkat pencapaian kemampuan psikomotorik dan perubahan perilaku (sesuai standar kompetensi/kompetensi dasar). Soal dikembangkan sesuai dengan karakteristik aspek yang akan dinilai.

| No | Kegiatan Praktik                                                             | Kriteria Penilaian              | Skor |
|----|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------|
| 1  | Persiapan alat dan bahan                                                     | Alat lengkap, sesuai prosedur   | 10   |
| 2  | Cuci tangan sebelum dan sesudah prosedur                                     | Mengikuti langkah WHO 6 langkah | 10   |
| 3  | Prosedur tindakan sesuai SOP (contoh: memandikan pasien, oral hygiene, dll.) | Dilakukan urut, tepat, aman     | 40   |
| 4  | Manajemen waktu dan ketepatan tindakan                                       | Tidak bertele-tele, efektif     | 10   |
| 5  | Sterilisasi/limbah/penyimpanan alat                                          | Sesuai prosedur IPCLN           | 10   |

|                       |                                            |                                  |     |
|-----------------------|--------------------------------------------|----------------------------------|-----|
| 6                     | Komunikasi dengan pasien (selama tindakan) | Ramah, menjelaskan, meminta izin | 10  |
| 7                     | Dokumentasi hasil tindakan                 | Ditulis rapi dan benar           | 10  |
| Total Skor Psikomotor |                                            |                                  | 100 |

C. Attitude Skill

Instrumen penilaian sikap dirancang untuk mengukur sikap kerja (sesuai kompetensi/standar kompetensi dasar).

| No                  | Sikap yang Dinilai                     | Indikator Penilaian                              | Skor (1–4) |
|---------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------|------------|
| 1                   | Tanggung jawab                         | Datang tepat waktu, menyelesaikan tugas          |            |
| 2                   | Disiplin dan kepatuhan SOP             | Mengikuti instruksi pembimbing                   |            |
| 3                   | Etika dan sopan santun terhadap pasien | Salam, memperkenalkan diri, menjaga privasi      |            |
| 4                   | Kerja sama tim dan komunikasi          | Aktif dalam diskusi dan praktik kelompok         |            |
| 5                   | Inisiatif dan empati                   | Sigap membantu, menunjukkan empati kepada pasien |            |
| Total Skor Attitude |                                        | Skor maksimal per aspek: 4 x 5 = 20              | /20        |

D. Penilaian Akhir

| Domain      | Nilai (Skala 100) |
|-------------|-------------------|
| Kognitif    | .....             |
| Psikomotor  | .....             |
| Attitude    | ..... x 5 = ...   |
| Total Akhir | ..... / 100       |

Keterangan

1.  $\geq 85$

= Sangat Baik
2. 75 – 84

= Baik
3. 65 – 74

= Cukup
4.  $< 65$

= Perlu Bimbingan Ulang

## PENUTUP

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas terselesaikannya **Modul Praktikum Asuhan Kebidanan Pasca Persalinan dan Menyusui** ini. Modul ini disusun sebagai panduan pembelajaran bagi mahasiswa kebidanan dalam memahami dan melaksanakan praktik asuhan secara komprehensif, profesional, dan berlandaskan pada prinsip pelayanan yang holistik serta berbasis bukti.

Melalui kegiatan praktikum ini, diharapkan mahasiswa mampu memberikan asuhan yang aman, bermutu, serta sensitif terhadap kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan budaya ibu pada masa nifas dan menyusui. Dengan latihan keterampilan dan penguatan pengetahuan secara langsung, mahasiswa juga diharapkan mampu meningkatkan kemampuan klinis, komunikasi, dan empati dalam memberikan pelayanan kebidanan yang berfokus pada ibu dan bayi.

Kami menyadari bahwa modul ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, saran dan masukan dari berbagai pihak sangat kami harapkan untuk penyempurnaan di masa yang akan datang.

Semoga modul ini dapat memberikan manfaat optimal bagi proses pembelajaran dan pengembangan kompetensi calon bidan yang profesional dan beretika.