**MANUSKRIP**

**PENGELOLAAN KETIDAKNYAMANAN PASCA PARTUM**

**PADA IBU POST PARTUM SPONTAN**



**Oleh :**

**LAELATUL SA’ADAH**

**081191011**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2022**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Manuskrip dengan judul “**PENGELOLAAN KETIDAKNYAMANAN PASCA PARTUM PADA IBU POST PARTUM SPONTAN DI PUSKESMAS BANCAK**” telah diperiksa disetujui dan diperkenankan untuk diujikan pada:

Hari : Jum’at

Tanggal : 10 juni 2022



Ungaran, 10 Juni 2022

Pembimbing

Siti Haryani, S.Kp., Ns., M.Kes.

NIDN. 0619107501

**PENGELOLAAN KETIDAKNYAMANAN PASCA PARTUM PADA IBU POST PARTUM SPONTAN DI PUSKESMAS BANCAK**

**Laelatul Sa’adah 1, Siti Haryani2**

**1Mahasiswa Prodi D3 Keperawatan Fakultas Kesehatan**

**Universitas Ngudi Waluyo 2Dosen Prodi D3 Keperawatan**

**Email :lailatulsaadah1210@gmail.com**

**ABSTRAK**

Post partum adalah masa sesudah persalinan atau disebut masa nifas (puerperium), masa ini adalah masa sesudah persalinan yang diperlukan untuk pulihnya kembali alat kandungan yang lamanya 6 minggu. Tindakan episiotomi dalam persalinan normal menyebabkan luka di daerah perineum akan menyebabkan ketidaknyamanan pasca partum berupa nyeri pada luka jahitan di perineum. Ketidaknyamanan pasca partum adalah perasaan tidak nyaman yang berhubungan dengan kondisi setelah melahirkan.

Penyusunan Karya Tulis ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengelolaan ketidaknyamanan pasca partum pada ibu post partum spontan.

Metode penulisan yang digunakan penyusunan ini menggunakan jenis metode deskriptif dengan rancangan studi kasus menggunakan teknik pengumpulan data dokumentasi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pendekatan metodologi keperawatan, meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan.

Pengelolaan asuhan keperawatan ketidaknyamanan pasca partum selama 3 hari. Tindakan yang dilakukan untuk megatasi masalah katidaknyamanan pasca partum adalah manjemen nyeri dan perawatan perineum, dengan cara relaksasi nafas dalam dan vulva hygiene. Berdasarkan tindakan keperawatan yang dilakukan, maka dapat disimpulkan ketidaknyamanan pasca partum dapat teratasi dengan pasien mengatakan sudah tidak merasakan nyeri dan lebih nyaman skala nyeri 1.

 Pasien diharapkan dapat melakukan tindakan perawatan perineum dan manajemen nyeri dengan cara yang tepat dan benar sesuai dengan apa yang telah diajarkan untuk mengantisipasi permasalah Ketidaknyamana pasca partum pada ibu post partum spontan.

**Kata kunci :** Ketidaknyamanan Pasca Partum, Post Partum Spontan.

**ABSTRACT**

Post partum is the period after childbirth or called the puerperium (puerperium), this period is the period after childbirth which is needed for the recovery of the uterus which lasts 6 minutes. The action of episiotomy in normal delivery causes in the perineal area which will cause postpartum discomfort in the wounds form of pain at the stitches in the perineum. Postpartum discomfort is an uncomfortable feeling associated with conditions after childbirth.

The purpose of preparing this scientific paper is to describe the management of postpartum discomfort in spontaneous postpartum mothers.

The writing method used in this preparation uses a descriptive method with a case study design using documentation data collection techniques. The data collection technique was carried out with a nursing methodological approach, including assessment, nursing diagnosis, nursing intervention, nursing implementation and nursing evaluation.

Management of post partum discomfort nursing care for 3 days. Actions taken to overcome the problem of postpartum discomfort are pain management and perineal care, by means of deep breathing relaxation and vulva hygiene. Based on the nursing actions taken, it can be concluded that postpartum discomfort can be resolved with the patient saying he no longer feels pain and is more comfortable with a pain scale of 1.

Patients are expected to be able to perform perineal care and pain management in an appropriate and correct manner in accordance with what has been taught to anticipate the problem of post partum discomfort in spontaneous postpartum mothers.

Keywords : Post Partum Discomfort, Spontaneous Post Partum.

**PENDAHULUAN :**

Kesehatan ibu adalah persoalan utama pembangunan di Indonesia. Namun faktanya, diantara banyak target pencapaian *Millenium Development Goals* di Indonesia, target kesehatan ibu masih jauh tertinggal. Tertinggal dan perlu perhatian khusus. Keberhasilan upaya kesehatan ibu, diantaranya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). Kematian ibu biasanya terjadi karena tidak mempunyai akses ke pelayanan kesehatan ibu yang berkualitas, terutama pelayanan kegawatdaruratan tepat waktu yang dilatar belakangi oleh terlambat mengenal tanda bahaya dan mengambil keputusan, terlambat mencapai fasilitas kesehatan, serta terlambat mendapatkan pelayanan di fasilitas kesehatan (Kemenkes, 2019)

Jumlah Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia melonjak di tengah situasi pademi COVID-19, Angka Kematian Ibu meningkat sebanyak 300 kasus dari 2019 menjadi sekitar 4.400 kematian pada tahun 2020. Sedangkan dengan kasus Angka Kematian Bayi (AKB) pada tahun 2019 sekitar 26.000 kasus meningkat hampir 40 persen menjadi 44.000 kasus pada tahun 2020 (Kemenkes, 2020)

Angka Kematian Ibu (AKI) Provinsi Jawa Tengah juga terus mengalami penurunan yang signifikan sejak tahun 2014 – 2019 namun pada tahun 2020 mengalami peningkatan yang signifikan. Tahun 2014 126,55/100.000 KH menurun menjadi 76,93/100.000 KH pada tahun 2019, kemudian terjadi peningkatan pada tahun 2020 menjadi 98,6/100.000 KH. Hal ini disebabkan karena adanya pandemi Covid 19 sehingga terjadi perubahan besar di pelayanan fasilitas kesehatan dan masyarat. Angka Kematian Bayi (AKB) per 1.000 kelahiran hidup tahun 2020 sebesar 7,79/1.000 KH (4.189 kasus), lebih baik dibandingkan capaian tahun 2019 sebesar 8,24/1.000 KH (4.455 kasus) dan lebih baik pada 8,30/1.000 KH dengan persentase capaian sebesar 100,73%. Tingginya persentase capaian disebabkan adanya penguatan pelayanan fasilitas pelayanan kesehatan baik sumber daya kesehatan, sarana prasarana maupun sistem rujukan untuk pertolongan persalinan dan kesehatan bayi, meningkatnya pengetahuan ibu, keluarga dan masyarakat dalam kesehatan ibu dan bayi (Dinkes Provinsi jawa Tengah, 2020)

Persalinan merupakan proses yang fisiologis dialami oleh hampir semua wanita, begitu pula pada masa post partum. Post Partum adalah masa yang rentan bagi kelangsungan hidup ibu baru bersalin. Pelayanan post partum merupakan pelayanan kesehatan yang diberikan pada ibu selama periode 6 jam sampai 42 hari setelah melahirkan. Ibu post partum pada saat persalinan seringkali mengakibatkan robekan jalan lahir, untuk mencegah terjadinya robekan pada perineum akibat desakan kepala janin, seringkali perlu dilakukan tindakan episiotomi sehingga memudahkan pengeluaran bayi (Handayani dan Prasetyorini, 2017).

Episiotomi yaitu tindakan dengan membuat sayatan antara vulva dan anus untuk memperbesar pintu vagina dan mencegah kerusakan jaringan lunak yang lebih hebat akibat daya regang yang melebihi kapasitas adaptasi atau elastisitas jaringan tersebut, agar fetus tidak mengalami disproporsi yang membuat kelahiran menjadi tertunda dan terjadi hipoksia pada bayi (Astuti, 2012). Tindakan episiotomi bertujuan untuk menggantikan laserasi kasar atau robekan yang sering terjadi pada perineum dengan insisi bedah yang rapi dan lurus, sehingga luka insisi ini akan lebih cepat pulih dan sembuh daripada laserasi kasar dengan lebih baik (Febrianita dan Hasanah, 2017).

Kondisi ketidaknyamanan berupa nyeri yang akan dialami oleh ibu post partum episiotomi dapat berlangsung selama beberapa minggu bahkan sampai satu bulan, oleh karena itu diperlukan rencana dan penanganan agar tidak menambah rasa nyeri. Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan menggunakan dua metode, yaitu metode farmakologis dan metode non-farmakologis (Yanti dan Efi, 2018).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi ketidaknyamanan pasca partum berupa rasa nyeri dibagi menjadi dua yaitu dengan farmakologis dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan nonfarmakologi terdiri dari tindakan mencakup intervensi perilaku dan kognitif menggunakan agen-agen fisik seperti mengajarkan teknik distraksi, latihan pernapasan, melatih mobilisasi pasien dan menganjurkan pasien meningkatkan kualitias tidur, Penatalaksanaan nyeri juga dapat dilakukan berupa teknik relaksasi nafas. Tiga hal utama yang diperlukan dalam teknik relaksasi adalah posisi klien yang tepat, pikiran yang beristirahat dan lingkungan yang tenang. (Bernatzky, 2011).

**METODE**

Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan rancangan studi kasus. Rancangan studi kasus merupakan rancangan pengelolaan yang mencakup pengkajian satu unit pengelolaan secara intensif misalnya satu klien, keluarga, kelompok, komunitas, atau institusi (Nursalam, 2016). Pengelolaan ini dilakukan kepada pasien yang mempunyai masalah kenyamanan yaitu ketidaknyamanan pasca partum pada ibu post partum spontan di Puskesmas Bancak yang dilakukan pada tanggal 06 Januari hingga 08 Januari 2022.

Pengumpulan data yang digunakan adalah format pengkajian asuhan keperawatan maternitas yang berlaku. Sedangkan untuk intervensi penelitian penulis mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam dan perawatan perineum dengan vulva hygine yang benar.

**HASIL**

Pengkajian ini dilakukan pada hari Kamis tanggal 06 Januari 2022 pukul 11:00 WIB di Puskesmas Bancak dengan metode autoanamnesa. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi data. Pengambilan data yang dilakukan memerlukan waktu 3 hari yaitu pada tanggal 06 Januari hingga 08 Januari 2022.

Identitas pasien didapatkan data bahwa Ny.A berusia 35 tahun. Keluhan utama pada pasien yaitu mengatakan tidak nyaman dan nyeri jahitan pada jalan lahir. Pada pengkajian kesehatan sekarang pasien mengatakan pada hari Rabu tanggal 05 Januari 2022 pukul 15 : 00. Pasien mengatakan perutnya sudah kenceng-kenceng dan sudah mengeluarkan lendir darah sejak pagi, pasien langsung ke RS Puri Asih di karenakan waktu pemeriksaan kebidan desa disarankan untuk persalinan ke RS Puri Asih dikarenakan jangka persalinan dekat dan terlalu banyak bersalin dan ada riwayat lemah kandungan, sampai RS pembukaan serviks sudah 3 cm, ketuban utuh, kontraksi hilang timbul. Pada pemeriksaan Fisik pasien dalam kondisi baik, kesadaran pasien composmentis, tekanan darah 130/80 MmHg, nadi 86x/menit, respiratory rate (RR) 20x/menit, suhu 36,2°C, tinggi badan 151 cm, berat badan 67 kg. Pada pengkajian nyeri pasien mengatakan nyeri pada jaitan jalan lahir dan bagian perut bagian bawah, nyeri di rasakan pada saat melakukan aktivitas ringan dan berat misalkan berpiah posisi atau saat bergerak, kualitas nyeri seperti sayatan/ditusuk, nyeri di rasakan pada bagian jahitan perineum dan perut bagian bawah, skala nyeri 4, waktu nyeri hilang timbul ± 1 – 3 menit.

Analisa data dilakukan dengan pengelompokkan data subjektif dan objektif. Data subjektif yaitu pasien mengatakan tidak nyaman dan nyeri, pasien mengatakan tidak nyaman dengan adanya jahitan jalan lahir, P : Nyeri di rasakan saat aktivitas berat dan ringan (berpinadah posisi atau saat bergerak)**,** Q : Seperti di sayat – sayat, R : jahitan perineum **,** S : skala 4**,** T : Nyeri hilang timbul dan pasien mengatakan takut BAB karena adanya jahitan dan takut jahitanya robek. Sedangkan data objektif yang didapatkan dari pengkajian yaitu pasien tampak meringis kesakitan**,** pasien duduk dengan posisi menghindari nyeri**,** uterus teraba keras, pasien kesulitan tidur, terdapat jahitan pada jalan lahir. Dari analisa data tersebut kemudian ditegakkan diagnosa utama keperawatan yaitu ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan kondisi pasca persalinan dibuktikan dengan pasien mengeluh tidak nyaman (SDKI: D.0075).

**PEMBAHASAN**

Pada pembahasan ini, penulis menyampaikan megenai masalah ketiaknyamanan pada ibu post partum spontan, hal ini merupakan prioritas masalah utama yang telah di kelola oleh penulis selama tiga hari dimulai pada tanggal 06, 07, 08 Januari 2022. Data utama yang didapat adalah mengatakan tidak nyaman dan nyeri, pasien mengatakan tidak nyaman dengan adanya jahitan jalan lahir, nyeri di rasakan pada saat melakukan aktivitas ringan dan berat misalkan berpiah posisi atau saat bergerak. Menanggapi keluhan tersebut, penulis memutuskan untuk memberikan teknik relaksasi nafas dalam dan perawatan perineum dengan vulva hygine yang benar.

Intervensi disusun berdasarkan prioritas masalah. Tujuan diberikan asuhan keperawatan selama 3x24 jam, diharapkan status kenyamanan pasca partum (L.07061) meningkat. Tingkat Nyeri (L.08066) menurun.

Intervensi yang disusun yaitu SIKI : Manajemen nyeri (I.08238) yaitu identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, ajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, menciptakan lingkungan tenang tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman, jika memungkinkan, menganjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi kolaborasi pemberian analgetik. Intervensi yang disusun bisa ditambahkan dengan SIKI: Perawatan perinium (1.07226) yaitu Inspeksi insisi atau robekan perineum, pertahankan perineum tetap kering, bersihkan area perineum secara teratur, berikan posisi nyaman.

Implementasi pertama yang dilakukan penulis adalah mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri. Disini didapatkan data pasien mengatakan tidak nyaman dan nyeri, P : Nyeri di rasakan saat aktivitas berat dan ringan (berpinadah posisi atau saat bergerak), Q : Seperti di sayat – sayat, R : jahitan jalan lahir, S : skala 4, T : Nyeri hilang timbul, dalam durasi 1- 3 menit.

 Implementasi kedua menganjurkan mengambil posisi nyaman, Biasanya posisi yang nyaman yaitu berbaring menghadap ke sisi kiri tubuh bisa membuat rileks, meredakan rasa sakit, dan melancarkan peradaran darah (Pastuty, 2010).

 Implementasi ketiga mengajarkan dan latih teknik relaksasi nafas dalam, yaitu mengajarkan bagaimana cara melakukan teknik relaksasi nafas dalam yang benar. Hasil penelitian Amita (2018) menunjukkan dengan dilakukan relaksasi nafas dalam dapat mengurangi intensitas nyeri.

 Implementasi keempat Menciptakan lingkungan tenang tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman, jika memungkinkan. Rasa nyaman dibutuhkan setiap individu. Dalam konteks keperawatan, perawat harus memperhatikan dan memenuhi rasa nyaman. Gangguan rasa nyaman yang dialami pasien dapat diatasi oleh perawat melalui intervensi keperawatan (Andina, 2017).

 Implementasi kelima menganjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi, agar pasien saat menerima teknik ini merasa lebih nyaman, santai, dan merasa berada pada situasi yang lebih menyenangkan (Riadi, 2016).

 Implementasi keenam yang dilakukan penulis adalah menginspeksi insisi atau robekan perineum. Robekan perineum perlu mendapat perhatian karena dapat menyebabkan disfungsi organ reproduksi, sebagai sumber perdarahan dan jalan keluar masuknya infeksi.

 Implementasi ketujuh dan kedelapan yang dilakukan penulis adalah mempertahankan perineum tetap kering dan membersikan perinium secara teratur setelah persalinan dengan cara vulva higiene. Menurut Herlina, Vera dan Riska (2018) Fase-fase penyembuhan akan tergantung pada beberapa faktor termasuk ukuran dan tempat luka, kondisi fisiologis umum pasien, cara perawatan luka perineum yang tepat dan bantuan ataupun intervensi dari luar yang ditujukan dalam rangka mendukung penyembuhan.

 Implementasi kesembilan yang dilakukan adalah kolaborasi pemberian analgetik. Menurut Susilawati dan Lida (2019) metode mengatasi nyeri secara farmakologi lebih efektif dibandingkan dengan metode nonfarmakologi. Namun, metode farmakologi berpotensi memberikan efek samping bagi pasien.

 Hasil setelah dilakukan pengelolaan selama 3 hari didapatkan hasil masalah keperawatan keperawatan Ketidaknyamanan pasca partum sudah teratasi karena pasien mengatakan sudah nyaman, dan tidak nyeri, pasien terlihat lebih tenang dan nyaman dengan skala nyeri 1. Meskipun masalah sudah teratasi, tetapi penulis menyarankan agar pasien selalu membersihkan perineumnya agar tetap kering dan tidak lembab agar bakteri tidak mudah berkembangbiak.

**SIMPULAN**

Pengkajian dilakukan pada hari kamis, 06 Januari 2022 di puskesmas Bancak setempat di Desa kemiri. Diagnosa keperawatan yang menjadi prioritas utama adalah Ketidaknyamana pasca partum berhubungan dengan kondisi pasca persalinan dibuktikan dengan pasien mengeluh tidak nyaman (SDKI: D.0075). Intervensi yang sudah disusun oleh penulis untuk mengatasi masalah keperawatan Ketidaknyamana pasca partum yaitu Manajemen nyeri (I.08238) dan Perawatan perinium (1.07226) . Implementasi dilakukan mulai pada hari Kamis, 06 Januari 2022 sampai sabtu, 08 Januari 2022 sudah sesuai dengan intervensi yang telah disusun sebelumnya dan seluruh rencana tindakan dapat aplikasikan oleh penulis. Hasil evaluasi setelah dilakukan tindakan keperawatan 3x24 jam pada pasien dengan masalah utama Ketidaknyamana pasca partum sudah teratasi dengan pasien mengatakan sudah tidak merasakan nyeri dan lebih nyaman dengan skala nyeri 1.

**Referensi**

Amita, D., Fernalia, F., & Yulendasari, R. (2018). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Klien Post Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Bengkulu*. *Holistik Jurnal Kesehatan*, *12* (1), 26-28. <http://ejurnalmalahayati.ac.id> /index.php/holistik /article/ download /124/69.Diakses pada 20 Maret 2022.

Andina dan Yuni, (2017). *Kebutuhan Dasar Manusia Teori dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesipnal*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Astuti (2012). Buku Ajaran Asuhan Kebidanan Ibu 1 (Kehamilan). Yogyakarta : Rahima Press.

Bernatzky. (2011). Jenis-jenis Terapi Terhadap Tingkat Nyeri Akut. Jurnal Keperawatan. di [http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index .php/jk/article/ view/](http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index%20.php/jk/article/%20view/) 148

Dinkes Provinsi jawa Tengah (2020) Laporan Kinerja Instansi Pemerintah.

Febrianita, Y., & Hasanah, F. (2017). *Efektifitas Pemberian Posisi Menyusui Cradle Hold terhadap Nyeri Episiotomi pada Ibu Post Partum di Ruangan Camar I RSUD Arifin Achmad.* 56–61.

Hadayani, S., & Prasetyorini, H. (2017). *Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Proses Penyembuhan Luka Perineum Di RSUD Kota Semarang*. Akademi Keperawatan Widiya Husada Semarang.

Herlina, Vera. & Riska. (2018). *Hubungan Teknik Vulva Higiene Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum.* http:// ejurnal malahayati.ac.id/index.php/kebidanan/view/636. Diakses pada18 Februari 2022.

Kemenkes. (2019): *Panduan Pelayanan Pasca Persalinan Ibu dan Bayi Baru Lahir:* Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.

Kemenkes (2020) ‘Analisis RKP dan Pembicaraan Pendahuluan APBN’, Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952., 3(2), p. 1. Available at: [https://www.neliti.com/id/publications/218225/kemajuan-teknologi-informasi-dan-komunikasi-dalam-industri-media-di-indonesia%0Ahttp://leip.or.id/wp-content/uploads/2015/10/Della-Liza\_Demokrasi-Deliberatif-dalam-Proses-Pembentukan-Undang-Undang-di-Indonesia](https://www.neliti.com/id/publications/218225/kemajuan-teknologi-informasi-dan-komunikasi-dalam-industri-media-di-indonesia%0Ahttp%3A//leip.or.id/wp-content/uploads/2015/10/Della-Liza_Demokrasi-Deliberatif-dalam-Proses-Pembentukan-Undang-Undang-di-Indonesia). Diakses pada 07 Juni 2022.

Nursalam. (2016). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika

Pastuty, Rosyanti. (2010). *Buku Asuhan kebidanan Ibu Bersalin*. Jakarta : EGC.

Riadi, M. (2016): *Relaksasi Nafas Dalam*: https://www. Kajianpustaka .com /2016/04/relaksasi-nafas-dalam.html?m=1 Diakses 22 Maret 2022.

Susilawati, E., & Lida, W.R. (2019). *Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum pada Ibulatief Post Partum di BPM Siti Julaeha Pekanbaru*. JOMIS (Journal Of Midwifery Science) Vol 3. No.1,Januari2019.http://jurnal.univrab.ac.id /index .php /jomis /article/download/638/455.Diakses pada 20 Februari 2022.

Yanti, D., & Efi, K. (2018). Efektifitas Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Post Seksio Sesarea. Proceedings of Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2019).