



ARTIKEL

**ASUHAN KEBIDANAN IBU NIFAS FISILOGI PADA NY.W UMUR 25
TAHUN P2A0 1 HARI POSTPARTUM DI BPM RUJI AMINAH KECAMATAN
AMBARAWA**

**OLEH :
UDI PUTRI UTAMI
040116A042**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
UNGERAN
2019**

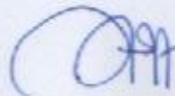
LEMBAR PENGESAHAN ARTIKEL

Artikel dengan judul “Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Fisiologi Pada Ny. W Umur 25 Tahun P₂A₀ 1 Hari Postpartum Di Bpm Ruji Aminah Kecamatan Ambarawa Kabupaten Semarang” yang disusun oleh :

Nama : UDI PUTRI UTAMI
Nim : 040116A042
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : D III Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing utama KTI program studi DIII Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Juli 2019
Pembimbing Utama



Masruroh, S.SiT., M.Kes.
NIDN. 0612038001

**ASUHAN KEBIDANAN IBU NIFAS FISILOGI PADA NY.W UMUR 25
TAHUN P₂A₀ 1 HARI POSTPARTUM DI BPM RUJI AMINAH
KECAMATAN AMBARAWA**

Udi Putri U.¹⁾, Masruroh²⁾, Risma Aliviani P.^{3) 123)}
Program Studi D III Kebidanan, Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

ABSTRAK

Latar Belakang : Senam nifas adalah latihan gerak yang dilakukan secepat mungkin oleh ibu setelah melahirkan supaya otot – otot yang mengalami peregangan selama kehamilan dan persalinan dapat kembali kepada kondisi normal seperti semula. Data yang didapatkan di BPM Ruji Aminah terdapat ibu nifas pada bulan Januari sampai dengan bulan Desember 2018 sesuai dengan jumlah persalinan mencapai 63 ibu nifas fisiologis. Sebagian besar ibu nifas tidak berani menggerakkan tubuh bagian bawahnya dikarenakan takut luka jahitannya masih basah, sehingga terdapat seorang pasien ibu nifas mengalami bengkak pada kakinya. Biasanya bidan dalam mengatasi masalah tersebut hanya menganjurkan pasien untuk melakukan mobilisasi dini dan tidak pernah mengajarkan senam nifas.

Tujuan : Melaksanakan asuhan kebidanan pada ibu nifas 1 hari postpartum Ny. W umur 25 tahun di bidan praktek mandiri Ruji Aminah, Amd.Keb Kecamatan Ambarawa Kabupaten Semarang secara menyeluruh dengan pendekatan manajemen 7 langkah Varney.

Metode : Jenis laporan studi kasus dengan metode diskriptif, lokasi Bidan Praktek Mandiri Kecamatan Ambarawa Kabupaten Semarang. Subyektif studi kasus adalah ibu nifas fisiologi Ny. W umur 25 tahun P₂A₀ dengan mengajarkan senam nifas, waktu studi kasus pada tanggal 22 Mei 2019 sampai dengan 31 Mei 2019. Teknik pengambilan data antara meliputi wawancara, observasi dan data sekunder meliputi studi dokumentasi dan kepustakaan.

Hasil : Setelah dilakukan asuhan kebidanan pada Ny. W umur 25 tahun P₂A₀ dengan senam nifas dalam waktu 10 hari terjadi percepatan penurunan tinggi fundus uteri

Simpulan : Diharapkan dapat lebih mengembangkan teori dan praktek ibu postpartum dengan senam nifas.

**Kata Kunci : Asuhan Kebidanan, Nifas, Senam nifas
Kepustakaan : 19 (2008 – 2018)**

ABSTRACT

Background: Postpartum gymnastics is motion exercise which is conducted as soon as possible by mother after giving birth so that muscle experiencing a stretch during pregnancy and childbirth can be back to normal conditions as before. Based on data obtained at BPM Ruji Aminah, there are postpartum mothers from January to December 2018 according to the number of deliveries reaching 63 normal postpartum mother. Most postpartum mothers do not dare to move their lower body due to fear of stitching wound which is still wet. Therefore there is a postpartum patient experiencing swelling in her legs.

Purpose: This study aimed to implement midwifery care for one – day postpartum mother Mrs.W aged 25 years old in midwifery practice independently by Ruji Aminah, Amd.Keb at Ambarawa subdistrict Semarang regency thoroughly with the Varney's seven - step management approach.

Method: Type of case study report used descriptive method, location of independent midwifery practice was in Ambarawa subdistrict Semarang regency. The subject of this case study are normal postpartum Mrs.W aged 25 years by teaching postpartum gymnastics. The study was conducted from May 22nd, 2019 to May 31st, 2019. The data collection techniques include interview, observation, and secondary data including documentation and library studies.

Result: After conducting midwifery care for Mrs. W aged 25 years old P2A0 with postpartum gymnastics within ten days, there is a significance of uteri fundal height reduction.

Conclusion: Midwives and health institutions are expected to be able to further develop the theory and practice of postpartum mothers with postpartum gymnastics.

Keywords: Midwifery Care, Postpartum, Postpartum Gymnastics

Literature: 19 references (2008 – 2018)

LATAR BELAKANG

Indonesia tercatat sebagai negara tertinggi di kawasan Asia Tenggara dalam pengumpulan angka kematian ibu (AKI), yakni pada tahun 2012 angka kematiannya 359 per 100 ribu kelahiran hidup. Terjadinya AKI disebabkan diantaranya perdarahan post partum (30,1%), hipertensi (26,9%), infeksi (5,6%), partus lama (1,8%), abortus (1,6%), lain – lain (34,5%). (Kemenkes, 2012). Penyebab tertinggi AKI adalah perdarahan post partum dengan frekuensi perdarahan post partum 4/5 – 15% dari seluruh persalinan. (BAPPENAS, 2012).

Data yang diperoleh di BPM Ny. Ruji Aminah, Amd.Keb terdapat ibu Nifas pada bulan Januari sampai dengan bulan Desember tahun 2018 sesuai dengan jumlah persalinan mencapai 63 ibu nifas fisiologis. Sebagian besar ibu nifas tidak berani menggerakkan tubuh bagian bawahnya dikarenakan masih takut luka jahitannya masih basah, sehingga terdapat seorang pasien ibu nifas mengalami bengkak pada kakinya.

Masalahan yang dapat dirumuskan adalah bagaimanakah asuhan kebidanan nifas fisiologis di BPM Ny.Ruji Aminah Amd.Keb, Kecamatan Ambarawa, Kabupaten Semarang.

Tujuan melaksanakan Asuhan Kebidanan pada ibu nifas fisiologis di BPM Ny.Ruji Aminah Amd.Keb, Kecamatan Ambarawa, Kabupaten Semarang.

Pengumpulan Data menggunakan berbagai cara, antara lain:

1. Metode wawancara atau anamnesa

Penulisan melakukan wawancara langsung pada pasien dan tenaga kesehatan lain dengan tujuan untuk mengumpulkan data subyektif dan obyektif. Laporan studi kasus ini juga penulis menerapkan manajemen asuhan kebidanan dengan metode 7 langkah varney dan metode SOAP.

2. Observasi

Penulis terlibat langsung dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas fisiologis berupa pemeriksaan fisik yang meliputi inspeksi, palpasi, auskultasi, observasi, dan pemberian pengobatan yang diperlukan sesuai dengan kondisi pasien.

3. Pemeriksaan

Pemeriksaan yang dilakukan secara sistematis oleh pihak tenaga kesehatan meliputi : pemeriksaan umum, pemeriksaan fisik, laboratorium dan keluhan pasien yang digunakan sebagai data penunjang untuk menegakkan diagnosa.

4. Dokumentasi

Kegiatan pencatatan semua tindakan media yang dilakukan tenaga kesehatan dengan metode standar Asuhan Kebidanan dan pendokumentasian pada saat pemberian asuhan kebidanan pada klien.

Hasil dan Pembahasan

Dari hasil evaluasi hari pertama sampai dengan hari ketiga didapatkan bahwa ibu telah melaksanakan gerakan demi gerakan dengan baik dan benar sehingga didapatkan hasil TFU 3 jari dibawah pusat, ibu juga merasa rileks dan nyaman setelah melakukan senam nifas. Pada hari keempat setelah diajarkan senam nifas didapatkan hasil TFU 3 jari dibawah pusat ibu merasa rileks dan nyaman, ibu juga mengalami bengkak payudara dikarenakan ibu tidak menyusui bayinya. Pada hari kelima selain diajarkan senam nifas ibu juga diajarkan perawatan payudara guna untuk mengurangi bengkak payudara, setelah diajarkan senam nifas dan cara perawatan payudara ibu merasa rileks dan nyaman, bengkak pada payudara ibu juga sudah mulai berkurang. Ibu juga bersedia untuk melakukan perawatan payudara setiap hari untuk mengeluarkan ASInya mengingat ibu tidak menyusui bayinya. Pada hari keenam setelah dilakukan senam nifas didapatkan hasil TFU pertengahan pusat ibu merasa rileks dan nyaman. Pada hari ketujuh setelah dilakukan senam nifas didapatkan hasil TFU 2 jari diatas simpisis ibu merasa rileks dan nyaman. Pada hari kedelapan setelah dilakukan senam nifas didapatkan hasil TFU sudah tidak teraba ibu merasa rileks dan nyaman. Pada hari kesembilan setelah dilakukan senam nifas ibu merasa rileks dan nyaman TFU sudah tidak teraba. Pada hari kesepuluh ibu tidak melakukan senam nifas dikarenakan gerakannya terlalu sulit untuk dilakukan oleh ibu.

Percepatan penurunan tinggi fundus uteri juga didukung penelitian dari Indra Gunawan (2015) yaitu ada pengaruh pelaksanaan senam nifas terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum dengan P value 0,000. serta penelitian dari Tianastia Rullynil (2014) yaitu senam nifas berpengaruh terhadap penurunan tinggi fundus uteri. Pada teori gerakan senam nifas penulis menemukan kesenjangan antara teori dan praktek yang dimana gerakan sit up masih sulit dilakukan oleh Ny. W. Selain terjadi percepatan penurunan tinggi fundus uteri keuntungan lain yang didapatkan ibu yang melakukan senam nifas antara lain memberikan rasa enak badan, turunnya berat badan, berkurangnya stress, berkurangnya warna pucat dan depresi yang mungkin terjadi setelah melahirkan, berkurangnya masalah tidur karena dapat dibugarkan

kembali dengan senam. Sedangkan senam nifas yang tidak dilakukan oleh ibu nifas, maka perubahan – perubahan fisik maupun pemulihan organ – organ reproduksi akan lebih lambat dari ibu nifas yang melakukan senam nifas (Maryumi & Yetti, 2011).

Kesimpulan dan saran

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang penulis dapatkan dalam pengelolaan kasus pada Ny. W umur 25 tahun P2A0 1 hari post partum di BPM Ruji Aminah Kecamatan Ambarawa, maka penulis dapat mengambil kesimpulan

Pada kasus Ny. W rencana yang diberikan secara menyeluruh sesuai dengan keluhan dan keadaan ibu yaitu mengajari ibu senam nifas hari pertama sampai hari kesepuluh, mengajari ibu cara perawatan payudara, dan cara menyimpan ASI.

Evaluasi pada kasus Ny. W dilakukan secara bertahap dan penulis melakukan pengkajian sejak tanggal 22 Mei 2019 sampai tanggal 31 Mei 2019. Hasil evaluasi yang didapatkan pada Ny. W TFU tidak teraba dan terjadi kesenjangan antara teori dan praktek pada pelaksanaan senam nifas hari kesepuluh.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat dikemukakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran adalah :

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat mengetahui tentang asuhan yang diberikan terhadap ibu nifas untuk melakukan senam nifas guna mempercepat involusi uteri.

2. Bagi unit pelayanan kesehatan

Diharapkan bidan dapat meningkatkan pemantauan dan pelayanan pada ibu post partum, serta dapat memberikan pendidikan kepada para kader maupun ibu nifas untuk melakukan senam nifas untuk mempercepat involusi uteri.

3. Bagi institusi pendidikan

Meningkatkan fasilitas dengan referensi jurnal dan buku untuk melakukan asuhan ibu nifas terutama senam nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, Wulandari. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Anggraini. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Bgeginski, Roberta. (2009) . *Effects of Water - Gymnastics Training on Hemodynamic Variables in Pregnant Women at Rest*. 3(2) : 151 - 161
- Estiwidani, d. (2008). *Konsep Kebidanan* . Yogyakarta: Fitramaya.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. 2016.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang. 2016
- Fitriani, Lina .(2017). *Efektivitas Antara Senam Nifas Versi A dan Senam Nifas Versi N Terhadap Kelancaran Involusi Uteri di Puskesmas Binuang Tahun 2017*.
- Gunawan.(2015). Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Yang Melaksanakan Senam Nifas. *Jurnal Keperawatan*, Volume XI, No 2.
- Ineke, et all .(2016). *Pengaruh Senam Nifas Terhadap Tinggi Fundus Uteri dan Jenis Lochea pada Primipara*. 1(3): 45 - 54
- Widianti, A. T. (2018). *Senam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Widyasih, Hesti.dkk. (2013). *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Manuaba, I. (2010). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC.
- Maritalia,Dewi. (2014).*Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*.Yogyakarta :Pustaka Pelajar
- Marmi. (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "Peurperium Care"*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryunani. (2016). *Manajemen Kebidanan Terlengkap*. Jakarta Timur: CV. TRANS INFO MEDIA.
- Novita, Henny et all. (2015). *The Influence of Parturition Gymnastics towards the Lowering of Fundal Height on Post Partum Mother at Community Health Center in South Tangerang Indonesia*. 6(10): 1332 - 1335
- Nugroho, T, dkk. (2014). *Buku Ajar Askeb 1 Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Purwoastuti & Walyani. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Purwoastuti & Walyani. (2015). *Ilmu Obstetri & Ginekologi Sosial Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Pustakabarupress.

- Rullynil Nurniati Tianastia et all. (2014) . *Pengaruh Senam Nifas terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri pada Ibu Post Partum di RSUP DR. M. Djamil Padang*. 3(3) : 318 - 326
- Saleha. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sulistyawati. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Varney,Helen.(2010). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta : EGC.
- Wijayanti, Krisdiana et all. 2013 . *Gambaran Faktor - Faktor Risiko Postpartum Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Blora*. *Jurnal Kebidanan*. 2(5): 57 - 64
- Yetti. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihana.