

MERENCANAKAN ASUHAN KEBIDANAN MASA NIFAS DAN MENYUSUI

Tim Dosen Pengampu

MK Asuhan Kebidanan Pascapersalinan dan Menyusui

MERENCANAKAN ASUHAN KEBIDANAN

- Semua perencanaan yg dibuat → berd pertimbangan yg tepat, ↘ pengetahuan, teori *up to date*, serta divalidasikan dgn asumsi mengenai apa yg diinginkan & tdk diinginkan pasien.
 - ↘ sebaiknya pasien dilibatkan ⇔ sbg pengambil keputusan.
- Asuhan terarah
 - ↘ Tentukan tujuan tindakan → sasaran & target hasil yg dicapai.
 - ↘ Tentukan rencana → sesuai masalah & tujuan yg akan dicapai.

CONTOH PERENCANAAN YG DPT DITENTUKAN SESUAI KONDISI PASIEN

1. Evaluasi scr terus menerus
 - a. Waspada perdarahan postpartum → atonia uteri → observasi kontraksi uterus selama 2 jam pertama pp → palpasi uterus
 - b. Pengukuran VS
 - c. Pengeluaran per vagina (waspada perdarahan)
 - d. Proses adaptasi psikologis pasien & suami



- e. Kemajuan proses laktasi
- f. Masalah pd payudara
- g. Intake cairan & makanan
- h. Perkembangan keterikatan pasien dgn bayinya
- i. Kemampuan & kemauan pasien utk berperan dlm perawatan bayinya



2. Gangguan rasa nyeri

- a. Nyeri perineum → *analgesic oral*, mandi dgn air hangat
- b. Nyeri berhubungan seksual pertama kali stlh melahirkan → pendekatan kpd pasangan → hub seksual di awal pp → nyeri.
- c. Nyeri punggung → obat pereda rasa nyeri; fisioterapi (*massase*); postur tubuh yg baik (duduk tegak, tidur yg nyaman).
- d. Nyeri kaki → kompres air hangat, posisi tidur kaki lbh tinggi drpd badan, *massase*.
- e. Nyeri kepala → *analgesic*, kompres air hangat tengkuk, *massase*.
- f. Nyeri pd leher & bahu → kompres air hangat, *massase*, posisi tidur yg nyaman & istirahat cukup.

3. Mengatasi infeksi

- a. Kaji penyebab infeksi
- b. Berikan antibiotika
- c. Berikan roborantia
- d. Tingkatkan asupan gizi (diit TKTP)
- e. Tingkatkan intake cairan
- f. Usahakan istirahat yg cukup
- g. Perawatan luka infeksi -- penyebab → luka terbuka.



4. Mengatasi Cemas

- a. Kaji penyebab cemas
- b. Libatkan keluarga dlm mengkaji penyebab cemas & alternatif penanganannya
- c. Berikan dukungan mental & spiritual kpd pasien & keluarga
- d. Fasilitasi kebutuhan pasien yg berkaitan dgn penyebab cemas → sbg teman, pendengar yg baik, konselor ⇔ pendekatan bersifat spiritual.



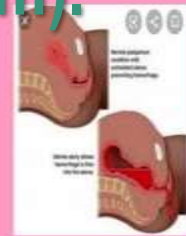
5. Gizi \Rightarrow tdk berpantang pd daging, telur, ikan; byk sayur&buah, minum air putih (terutama stlh menyusui min 3 liter/hari); tambahan kalori, suplementasi Fe, Vit A.
6. KB \Rightarrow kaji keinginan pasangan ttg siklus reproduksi yg mereka inginkan; diskusikan dgn suami; jelaskan msg2 metode alkon; pastikan pilihan alkon yg paling sesuai.
7. Tanda bahaya nifas \Rightarrow hal yg sgt penting \rightarrow hrs disampaikan kpd ibu&klrga \rightarrow jk mengalami salah satu atau lbh tanda bahaya \rightarrow secepatnya dtg ke nakes.



Tanda Bahaya Nifas

1. PPV → banyak; tiba2 bertambah byk (lbh dari perdarahan haid biasa → pembalut penuh < 1 jam).
2. PPV--Lochea berbau menusuk
3. Rasa sakit di bag bawah abdomen/ punggung
4. Rasa sakit kepala yg terus menerus, nyeri epigastrik, atau mslh penglihatan
5. Pembengkakan di wajah atau tangan
6. Demam, muntah, rasa sakit waktu BAK
7. Payudara berubah mjd merah, panas & sakit
8. Kehilangan nafsu makan dlm jangka waktu yg lama
9. Rasa sakit, warna merah, pembengkakan di kaki

WASPADAI TANDA BAHAYA MASA NIFAS



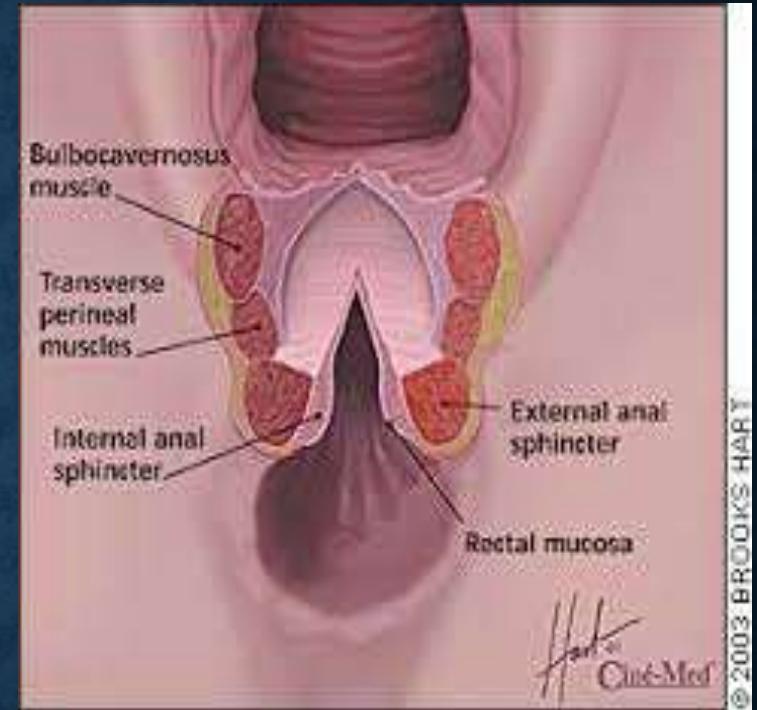
8. Hubungan seksual \Rightarrow setelah masa nifas selesai \rightarrow hub seksual dgn hati2 \rightarrow nyeri pd perineum; diskusikan dgn suami mengenai pola & teknik hub seksual yg nyaman; berikan pengertian pd suami ttg kemungkinan keluhan yg akan dialami istri saat hub seksual yg pertama kali stlh nifas



9. Senam nifas \Rightarrow senam nifas dlkn pd hari pertama post partum; dlkn 2 kali sehari



10. Perawatan perineum ⇒ usahakan luka selalu dlm keadaan kering (keringkan setiap kali stlh buang air); hindari menyentuh luka perineum dgn tangan; bersihkan kemaluan selalu dari arah depan ke blkg; jaga kebersihan daerah perineum (ganti pembalut setiap kali sdh penuh atau min 3 kali/ hari)



11. Perawatan bayi sehari-hari

- Cegah hipotermi ➔ Pertahankan lingkungan bayi tetap hangat.
- Cegah iritasi kulit bayi ➔ Jaga kebersihan tangan.
 - ↳ Jika iritasi kulit ➔ hindari pemakaian bedak pd lokasi iritasi.
- Jaga kebersihan kulit bayi ➔ hindari kulit lembab ➔ ganti baju bayi min 2x/hari atau jk basah.
- Hindari menggosok kulit bayi tll keras ➔ membersihkan genital & anus.
 - ↳ Tanda2 alergi pd kulit ➔ kemerahan & berbintik bintik, segera konsultasi ke dokter & hentikan sementara produk bayi yg digunakan.

- Pijat bayi ⇒ minyak (zaitun, VCO) ⇒ kenyamanan.
- Bersihkan sekitar mulut bayi setiap kali memberikan minum pd bayi
- Gunakan sarung tangan bayi utk menghindari trauma kulit bayi krn kuku bayi yg tajam & pjg
- Pilih bahan baju yg tdk kaku & menyerap keringat utk bayi
- Sediakan selalu minyak telon sbg antisipasi jk bayi mengalami gangguan perut atau kedinginan



12. Membantu ibu utk menyusui bayinya ➔ posisi yg benar (lebih efektif posisi duduk); payudara dlm keadaan bersih; menyusui min setiap 2-3 jam sekali atau setiap bayi meminta (*on demand*).



13. Memfasilitasi mjd ortu ➡ berikan dukungan & keyakinan pd pasangan akan kemampuan mjd ortu; upaya utk belajar merawat bayi; persiapan menjadi ortu ➡ mental & material ➡ mengubah bbrp pola & kebiasaan sehari-hari (misal waktu istirahat, perhatian thd pasangan, komunikasi, tuntutan & tggjwb ortu sbg pendidik bagi anak)



14. Persiapan pasien pulang

- Ibu → pastikan kondisi ibu siap utk dibawa plg (KU baik, VS normal, orientasi thd lingkungan baik, interaksi dgn bayi sdh ada peningkatan); obat2an yg hrs diberikan sdh siap, tmsk penjelasan aturan minum; penjelasan kpn ibu hrs kontrol kesehatannya & bayinya; penjelasan ttg tanda2 bahaya nifas & apa yg hrs dlkn utkantisipasi; kpn & siapa yg hrs dihubungi jk ia mengalami tanda2 bahaya (nmr telp RS atau bidan)



14.Persiapan pasien pulang

- Suami → ikut berperan serta dlm perawatan ibu & bayi; sll siaga & waspada jk terdpt tanda2 bahaya, serta siap mengantar istri ke faskes; sll memberikan dukungan fisik & psikologis thd istri dlm rangka keberhasilan proses menyusui; sbg pembuat keputusan





- **Bayi : kondisi bayi baik, tdk ada gangguan pernapasan, badan tdk kuning & tdk ada gangguan eliminasi; pastikan refleks hisap baik, proses menyusui tdk ada masalah**



- **Keluarga : adanya dukungan yg positif bagi ibu nifas utk keberhasilan proses adaptasi & menyusui; penentuan pengambilan keputusan yg dominan dlm keluarga mengenai kpn pasien hrs beristirahat & jenis makanan apa yg boleh dimakan**

15. Petunjuk antisipasi (antipatory guidance)

- Ibu ⇒ perawatan perineum; perawatan payudara; aktivitas/ latihan; nutrisi; istirahat; personal hygiene; tanda bahaya nifas; baby blues; bgmn menghub nakes; kpn kontrol ke nakes



15. Petunjuk antisipasi (antipatory guidance)

- Bayi \Rightarrow informasi edukasi bagi ibu yg menyusui; cara menyendawakan; memandikan bayi; memakaikan pakaian; membersihkan genitalia; perawatan tali pusat; bgmn mengangkat, memeluk & menggendong bayi; bgmn mengganti popok; pencegahan & penanganan ruam popok; bgmn mengukur suhu tubuh bayi & membaca termometer; arti menangis (lapar, perlu diganti popoknya, posisi tdk nyaman, nyeri, perlu kasih sayang, pakaian tll ketat); bawa ke nakes jika demam, diare, gangguan nafas, pemberian makan buruk, menangis krn gelisah, ikterus, lesu & tdk ada perhatian saat terjaga; kontrol & imunisasi



- Ibu dlm hub nya dgn org lain : sibling rivalry; kebutuhan pasangannya; transisi hub keluarga; KB; memulai kembali hub seksual; kebutuhan waktu utk bersama pasangan





TERIMAKASIH