

## CHECKLIST

### PENDIDIKAN KESEHATAN TANDA BAHAYA NIFAS

LANGKAH/ TUGAS	0	1
<b>PERSIAPAN</b>		
Lembar balik tanda bahaya masa nifas		
<b>PROSEDUR</b>		
1. Siapkan alat, bahan dan ruang.		
2. Jelaskan prosedur dan jaga privacy		
3. Melakukan apersepsi tentang tanda bahaya masa nifas Menanyakan pada klien tentang tanda bahaya masa nifas yang diketahuinya dan tidak menyalahkannya walau yang disebutkan itu salah.		
4. Menjelaskan tentang tanda perdarahan per vagina dalam masa nifas dan pengaruhnya terhadap masa nifas Menjelaskan dengan lengkap dan jelas		
5. Menjelaskan tentang tanda infeksi masa nifas (peningkatan suhu > 38°C ; lochea berbau) dan pengaruhnya terhadap masa nifas Gejala umum infeksi berupa suhu badan panas, malaise, denyut nadi cepat. Gejala lokal dapat berupa Uterus lembek, kemerahan dan rasa nyeri pada payudara atau adanya disuria.		
6. Menjelaskan tentang sakit kepala, nyeri epigastrik, penglihatan kabur dan pengaruhnya terhadap masa nifas Gejala-gejala ini merupakan tanda-tanda terjadinya Eklampsia post partum, bila disertai dengan tekanan darah yang tinggi.		
7. Menjelaskan tentang pembengkakan di wajah, ekstremitas dan pengaruhnya terhadap masa nifas Berkaitan dengan tanda no 6		
8. Menjelaskan tentang demam, muntah, rasa sakit waktu berkemih dan pengaruhnya terhadap masa nifas Sensasi peregangan kandung kemih juga mungkin berkurang akibat rasa tidak nyaman, yang ditimbulkan oleh epiosomi yang lebar, laserasi, hematom dinding vagina.		
9. Menjelaskan tentang payudara yang berubah menjadi merah, panas, terasa sakit dan pengaruhnya terhadap masa nifas Disebabkan oleh payudara yang tidak disusu secara adekuat, puting susu yang lecet, BH yang terlalu ketat, ibu dengan diet jelek, kurang istirahat, anemia.		
10. Menjelaskan tentang kehilangan nafsu makan dalam waktu yang lama dan pengaruhnya terhadap masa nifas Kelelahan yang amat berat setelah persalinan dapat mengganggu nafsu makan, sehingga ibu tidak ingin makan sampai kelelahan itu hilang. Hendaknya setelah bersalin berikan ibu minuman hangat, susu, kopi atau teh yang bergula untuk mengembalikan tenaga yang hilang. Berikanlah		

<p>makanan yang sifatnya ringan,karena alat pencernaan perlu istirahat guna memulihkan keadaanya kembali.</p>		
<p>11. Menjelaskan tentang rasa sakit, merah , lunak, pembengkakan di kaki dan pengaruhnya terhadap masa nifas Selama masa nifas dapat terbentuk thrombus sementara pada vena-vena manapun di pelvis yang mengalami dilatasi.</p>		
<p>12. Menjelaskan tentang perasaan sedih atau tidak mampu mengasuh sendiri bayinya dan diri sendiri Penyebabnya adalah kekecewaan emosional bercampur rasa takut yang dialami kebanyakan wanita hamil dan melahirkan, rasa nyeri pada awal masa nifas,kelelahan akibat kurang tidur selama persalinan dan setelah melahirkan, kecemasan akan kemampuannya untuk merawat bayinya setelah meninggalkan rumah sakit, ketakutan akan menjadi tidak menarik lagi.</p>		
<p>13. Memberikan kesempatan untuk bertanya Mempersilakan ibu untuk bertanya jika ada yang belum paham</p>		
<p>14. Melakukan evaluasi Melakukan evaluasi kepada klien dari apa yang sudah kita berikan (klien diberi kesempatan untuk bertanya dan menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien, memberi kesempatan kepada klien untuk mengulang kembali apa yang sudah kita jelaskan)</p>		
<p>15. Dokumentasikan hasil pemeriksaan Tulis hasil pemeriksaan ke dalam catatan kartu ibu, buku KIA atau kohort ibu</p>		