

ASUHAN KEBIDANAN NIFAS NORMAL PADA IBU I DI POLINDES TIMBANG LANGSA KECAMATAN LANGSA BAROE KOTA LANGSA

Nolla Amanda¹, Dewita², Cut Mutiah^{3*}, Alchalidi⁴

^{1,2,3*,4}Prodi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh, Langsa

*Email: thea.kusnady@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Aceh diketahui jumlah AKI mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya yaitu pada tahun 2020 sebanyak 172 per 100.000 kelahiran hidup dan tahun 2021 menjadi 223 per 100.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2021 jumlah AKI di Kota Langsa tercatat sebanyak 10 kasus kematian. Studi kasus ini bertujuan untuk memberikan asuhan pada ibu nifas sesuai standar pelayanan kebidanan dengan menggunakan manajemen kebidanan varney dan didokumentasikan dengan metode SOAP di Polindes Timbang Langsa Kecamatan Langsa Baroe Kota Langsa tahun 2023. Rancangan asuhan ini dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan kualitatif yang dilator belakang asuhan kebidanan pada masa nifas pada ibu I di rumah ibu I mulai 19 Januari 2023 sampai 16 Februari 2023. Subjek laporan kasus adalah ibu nifas yaitu ibu. I umur 29 tahun dengan PIA0, ibu melahirkan pada tanggal 18 Januari 2023. Pelaksanaan asuhan kebidanan nifas kunjungan pertama yaitu 1 hari post partum pada ibu. I dengan masalah yaitu ASI masih sedikit dan perut ibu terasa mules selama asuhan masalah tersebut sudah teratasi dengan pijat oksitosin dan ibu melakukan mobalisasi dini sesuai dengan standar Asuhan Nifas, pada kunjungan kedua yaitu 4 hari post partum pada ibu. I dengan masalah sulit BAB dan masalah tersebut sudah teratasi selama asuhan dengan ibu mengonsumsi makanan yang tinggi serat sesuai dengan standar Asuhan Nifas dan pada kunjungan ketiga yaitu 21 hari post partum pada ibu. I berjalan dengan normal dan ibu melakukan senam nifas yang bertujuan memulihkan kekuatan dan kekencangan otot panggul dan perut ibu sesuai dengan standar Asuhan Nifas. pada kunjungan keempat yaitu 29 hari post partum memilih untuk menggunakan kontrasepsi KB suntik 3 bulan dan sesuai dengan standar Asuhan Nifas. Diharapkan bagi pasien untuk selalu memiliki kesadaran bahwa pentingnya kesehatan dalam masa nifas untuk mencegah terjadinya kematian pada ibu.

Kata Kunci: Asuhan Kebidanan, Masa Nifas.

ABSTRACT

Based on data obtained from the Aceh Provincial Health Office, it is known that the number of MMR has increased from the previous year, namely in 2020 as many as 172 per 100,000 live births and in 2021 to 223 per 100,000 live births. In 2021, the number of MMR in Langsa City was recorded at 10 deaths. This case study aims to provide care for postpartum mothers according to midwifery service standards using varney midwifery management and documented with the SOAP method at Polindes Timbang Langsa District, Langsa Baroe District, Langsa City in 2023. This care design is in the form of a case study with a qualitative approach that is behind midwifery care during the postpartum period for mother I at mother I's home from January 19, 2023 to February 16, 2023. The subject of the case report is the postpartum mother, that is, the mother. I am 29 years old with PIA0, mother gave birth on January 18, 2023. The implementation of postpartum obstetric care for the first visit is 1 day post partum to the mother. I with the problem that breast milk is still little and the mother's stomach feels mules during care, the problem has been resolved with oxytocin massage and the mother does early mobilization according to the standards of postpartum care, at the second visit, which is 4 days post partum to the mother. I with difficult problems defecating and these problems have been resolved during the care with the mother consuming high-fiber food in accordance with the standards of postpartum care and at the third visit, which is 21 days post partum on mother. I runs normally and the mother does puerperal gymnastics aimed at restoring the

strength and firmness of the mother's pelvic and abdominal muscles in accordance with the standards of postpartum care. at the fourth visit, which is 29 days postpartum, choose to use 3 months of injectable birth control contraception and in accordance with the standards of postpartum care. It is expected for patients to always have awareness that the importance of health in the puerperium period to prevent death in the mother.

Keywords: Midwifery Care, Puerperium

1. Pendahuluan

Salah satu risiko dari masalah kesehatan akan dialami ibu masa nifas yaitu kecemasan yang dialami ibu. Wanita akan mengalami kecemasan yang lebih tinggi karena dihadapi oleh peran barunya sebagai seorang ibu. Kecemasan pada ibu nifas dapat memberikan pengaruh yang tidak baik untuk bayi, mental ibu sendiri serta hubungan pernikahannya. Hormon yang mengalami perubahan dalam angka yang cukup besar akan membuat suasana hati ibu berubah. Kecemasan pada ibu nifas biasanya hanya diabaikan dan tidak dilakukan penanganan, hal ini dikhawatirkan akan berlanjut ke tahap yang lebih parah yaitu depresi pada ibu postpartum (Rahmaningtyas et al., 2019).

9 dari 10 ibu nifas mengalami ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu nifas yaitu rasa nyeri yang timbul beberapa hari pertama setelah persalinan pervaginam. Rasa nyeri yang mengganggu salah satunya jahitan *episiotomi* dapat menimbulkan rasa tidak nyaman pada ibu. (Putri et al., 2021).

Masa nifas merupakan masa yang rawan bagi ibu, sekitar 60% kematian ibu terjadi setelah melahirkan dan hampir 50% dari kematian pada masa nifas terjadi pada 24 jam pertama setelah persalinan, sangat tepat jika para tenaga kesehatan memberikan perhatian yang tinggi pada masa nifas yang bertujuan untuk melaksanakan asuhan kebidanan pada ibu nifas agar tidak terjadi komplikasi (Saputri, 2020).

Beberapa penyebab masalah pada ibu nifas yaitu infeksi masa nifas (10%), komplikasi masa nifas (11%), akibat robekan jalan lahir, sisa plasenta dan *atonia uteri, eklamsia* (13%) dan ini terjadi karena kurangnya perawatan luka, perdarahan (42%) dan, asuhan masa nifas diperlukan karena merupakan masa kritis baik ibu maupun bayinya (Lidya, 2019).

ASI merupakan nutrisi terbaik bagi bayi untuk mencegah infeksi dan beberapa penyakit lainnya. Pada ibu nifas, keadaan emosinya dinilai masih belum stabil dan berkaitan dengan refleksi oksitosin yang dapat mempengaruhi produksi ASI sekitar 80% sampai 90%. Penerapan Pijat *oksitosin* dan *Marmet* dapat meningkatkan produksi ASI ibu (Nurainun & Susilowati, 2021).

Berdasarkan Data *World Breastfeeding Trends Initiative* (WBTI) mencatat hanya 27,5% ibu yang memberikan ASI eksklusif, sehingga Indonesia menempati peringkat 49 dari 51 negara. Padahal target global peningkatan pemberian ASI eksklusif hingga 50% pada tahun 2025. (Noviyana et al., 2022).

Salah satu cara mengatasi ketidaklancaran produk ASI dengan melakukan pijat oksitosin. Hormon *oksitosin* akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon *oksitosin* keluar dan ASI pun cepat keluar (Ibrahim, 2021).

Bidan mempunyai peranan yang sangat istimewa dalam menunjang pemberian ASI. Peran bidan dapat membantu ibu untuk memberikan ASI dengan baik dan mencegah masalah-masalah umum terjadi seperti payudara terasa kencang dan bengkak, kesulitan BAK, rasa tidak nyaman pada vagina dan perineum akibat robekan jalan lahir, dan nyeri perut akibat kontraksi uterus atau nama lain *afterpains*. Peranan bidan yang lain juga meliputi: membiarkan bayi bersama ibunya segera sesudah lahir selama beberapa jam pertama, mengajarkan cara merawat payudara yang sehat pada ibu untuk mencegah masalah umum yang timbul, membantu ibu pada waktu pertama kali memberi ASI (Sari, 2019).

2. Metode Penelitian

Rancangan asuhan ini menggunakan rancangan studi kasus dengan pendekatan kualitatif yang dilatar belakangi asuhan kebidanan pada Ibu I di Polindes Desa Timbang Langsa mulai 18 Januari 2023 sampai 16 Februari 2023. Cara pengumpulan data dengan wawancara yang dilakukan pada ibu nifas dan keluarga pasien untuk mendapatkan data secara lengkap dengan format asuhan kebidanan pada ibu nifas, serta lakukan pemeriksaan fisik yang bertujuan untuk menentukan status kesehatan klien, serta melakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas.

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

3.1 Hasil Penelitian

Kunjungan I

Hasil pengkajian data didapatkan bahwa pengeluaran ASI Ibu hanya sedikit dan perut Ibu terasa mulas, kunjungan pertama ini dilakukan setelah 1 hari ibu melahirkan. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital dalam batas normal. BBL bayi 3200 gram panjang bayi 49 cm dan adanya pengeluaran kolostrum,

Memastikan involusi uteri ibu berjalan normal pemberian asuhan dengan memberitahukan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan bahwa ibu mengalami masalah produksi ASI dan mules pada perut ibu. Asuhan yang dilakukan pada ibu yaitu pijat oksitosin dan perawatan payudara pada Ibu dan menganjurkan ibu makan-makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI dan Menjelaskan kepada ibu bahwa keluhan rasa mules yang dialami merupakan hal yang normal, karena rahim yang keras dan mules berarti rahim sedang berkontraksi yang dapat mencegah terjadinya perdarahan pada masa nifas.

Menilai adanya tanda-tanda bahaya pada masa nifas seperti, perdarahan pervaginam, pengeluaran cairan berbau busuk, sakit kepala dan nyeri perut yang hebat, nyeri saat berkemih dan suhu tubuh ibu > 38°C, pembengkakan pada wajah, kaki dan tangan.. payudara yang berubah menjadi merah, panas dan nyeri, mengajarkan ibu teknik menyusui yang benar dengan berbaring atau duduk di salah satu sisi menghadap bayi, posisikan tubuh bayi agar bibirnya berada dekat dengan puting payudara anda, miringkan tubuh bayi dan berikan dorongan sedikit pada punggungnya agar lebih mudah untuk mencapai puting payudara, menganjurkan ibu untuk sesering mungkin memberikan bayi ASI setiap 2-3 jam sekali yang berarti dalam sehari 8-10 kali menyusui tujuannya agar ASI yang keluar semakin lancar dan bayi tidak mudah rewel karna rasa lapar. Bayi tidak akan lama dalam menyusui hanya sekitar 10-15 menit dikarenakan lambung bayi masih sangat mungil sehingga tidak bisa menampung banyak ASI, mengajarkan ibu perawatan payudara dengan memakai bra yang tepat, rutin memijat payudara, bersihkan puting secara perlahan, oleskan puting susu dengan ASI, rajin mencuci tangan dan rutin mengganti bra, mengajarkan ibu dan keluarga teknik pijat oksitosin dengan memosisikan tubuh senyaman mungkin, lebih baik jika ibu duduk bersandar ke depan sambil memeluk bantal, berikan pijatan pada kedua sisi tulang belakang dengan menggunakan kepalan tangan, Pijat kuat dengan gerakan melingkar, menganjurkan ibu untuk melakukan ambulasi yaitu dilakukan dengan bertahap, dimulai dari gerakan miring ke kanan

dan ke kiri, menggerakkan telapak kaki ke atas ke bawah, dan latihan duduk di tempat tidurnya agar mengurangi nyeri dan dapat memperlancar peredaran darah, melakukan *personal hygiene* dan perawatan luka perineum yaitu menganjurkan ibu mandi 2x sehari, selain itu menganjurkan ibu mengganti pembalutnya minimal 3x dalam sehari atau jika sudah tidak merasa nyaman, mengganti pakaian minimal sehari 2 kali dan menganjurkan ibu untuk menjaga kebersihan payudaranya, memberikan konseling pada ibu tentang istirahat selama masa nifas yaitu minimal tidur 6-8 jam per hari melalui istirahat siang dan malam, karena kurangnya istirahat atau tidur pada ibu akan mengakibatkan berkurangnya suplai ASI, memperlambat proses involusi uterus, dan menyebabkan ketidakmampuan merawat bayi serta depresi, memberikan konseling tentang perawatan bayi sehari-hari, merawat tali pusar agar tetap kering, memandikan bayi 1 kali per hari, menjemur bayi saat matahari pagi memiliki banyak manfaat untuk bayi baru lahir, menjaga kehangatan tubuh bayi, mengganti popok setelah setiap buang air besar atau popok basah, taruh bayi dan lepaskan popok kotor, memberikan ASI eksklusif sampai usia bayi 6 bulan, selanjutnya berikan MPASI, menidurkan bayi setelah di beri ASI, menganjurkan kepada ibu untuk segera ke pelayanan kesehatan bila merasa ada tanda-tanda bahaya masa nifas atau bila ibu memiliki keluhan lainnya.

Kunjungan II

Asuhan kebidanan pada masa nifas pada kunjungan kedua, pada hasil pemeriksaan didapatkan bahwa keadaan ibu sulit BAB dikarenakan ibu mengalami wasir, ASI ibu sudah mulai lancar dan bayi ibu juga dalam keadaan sehat, melakukan pemeriksaan kepada ibu dan memberitahu ibu hasil pemeriksaan, bahwa ibu dalam keadaan baik pada saat palpasi payudara teraba penuh, produksi ASI meningkat dan pengeluaran ASI sudah lancar.

Memastikan involusi uteri ibu berjalan normal memberitahu ibu wasir yang ibu alami di sebabkan karna pada saat ibu mengedan pembuluh darah di sekitar dubur mendapat tekanan yang kuat, tekanan inilah yang kemudian menghambat aliran darah, sehingga akhirnya menimbulkan pembengkakan dan terjadinya wasir membuat ibu sulit untuk BAB, memberitahu ibu cara mengatasi wasir yang ibu alami seperti hindari duduk atau berdiri terlalu lama agar kebersihan area sekitar dubur ibu, menerapkan pola makan sehat agar terhindar dari *konstipasi* seperti makan makanan tinggi serat yaitu pepaya, mangga, alpukat, buah naga, dan sayur-sayuran agar mempercepat penyembuhan wasir ibu dan saat buang air besar

ibu tidak kesulitan atau terjadi konstipasi dan minum air dalam jumlah yang cukup, angan menunda BAB, gunakan obat *ambeien* sesuai dengan anjuran dokter, mengevaluasi pijat oksitosin yang sudah dilakukan keluarga kepada ibu apakah berhasil dan ada perkembangan terhadap asi ibu, memberikan konseling tentang *personal hygiene* yaitu menganjurkan ibu mandi 2x sehari, selain itu menganjurkan ibu mengganti pembalutnya minimal 3x dalam sehari atau jika sudah tidak merasa nyaman, mengganti pakaian minimal sehari 2 kali dan menganjurkan ibu untuk menjaga kebersihan payudaranya, memberitahu kepada ibu untuk makan 3x sehari dengan menu yang mengandung gizi seimbang yaitu karbohidrat, protein, vitamin, seperti sayur rebus brokoli kentang, telur, buah pepaya, dan air minum minimal 6-8 gelas/hari, menyarankan tidak ada makanan pantangan bagi ibu nifas karena ibu nifas sangat membutuhkan kalori dan nutrisi yang cukup untuk menambah tenaga serta produksi ASI ibu, menganjurkan kepada ibu untuk tetap menjaga kebersihan diri terutama daerah perineum dengan mengajarkan ibu untuk melakukan perawatan perineum dengan membasuh area genitalia dengan air bersih serta mengganti doek sesering mungkin. Memberikan KIE tentang perawatan bayi sehari-hari, memandikan bayi 1 kali per hari, menjemur bayi saat matahari pagi memiliki banyak manfaat untuk bayi baru lahir, mengganti popok setelah setiap buang air besar atau popok basah, memberikan konseling pada ibu tentang istirahat selama masa nifas yaitu minimal tidur 6-8 jam per hari melalui istirahat siang dan malam, karena kurangnya istirahat atau tidur pada ibu akan mengakibatkan berkurangnya suplai ASI, memperlambat proses involusi uterus, dan menyebabkan ketidakmampuan merawat bayi serta depresi, menganjurkan kepada ibu untuk segera ke pelayanan kesehatan bila merasa ada tanda-tanda bahaya masa nifas atau bila ibu memiliki keluhan lainnya.

Kunjungan III

Asuhan kebidanan masa nifas pada kunjungan ketiga, hasil pemeriksaan didapatkan bahwa keadaan ibu dan Bayi dalam kondisi sehat BAB ibu sudah lancar dan ibu sudah mulai melakukan aktivitas ringan dirumah produksi dan pengeluaran ASI sudah meningkat. Pemberian asuhan dengan memberitahukan kepada ibu hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan. Memberikan konseling tentang perawatan seperti melakukan pemijatan payudara untuk melancarkan produksi ASI, pemberian asuhan dengan memberitahukan kepada ibu hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan, memberikan konseling tentang perawatan seperti

melakukan pemijatan payudara untuk melancarkan produksi ASI dan melakukan senam nifas. Mengajarkan ibu senam nifas yang bertujuan untuk mempercepat proses involusi dan pemulihan fungsi alat kandungan, membantu memulihkan kekuatan dan kekencangan otot-otot panggul, perut, dan perineum terutama otot yang berkaitan dengan kehamilan. Senam nifas merupakan rangkaian gerakan sistematis. Latihan jasmani yang dilakukan pada masa nifas untuk memulihkan kondisi ibu yang dilakukan secara bertahap, menganjurkan ibu untuk tetap menerapkan pola makan sehat agar terhindar dari *konstipasi* seperti mengosumsi makanan tinggi serat yaitu pepaya, mangga, alpukat, buah naga, dan sayur-sayuran agar mempercepat penyembuhan wasir ibu dan saat buang air besar ibu tidak kesulitan atau terjadi konstipasi dan minum air dalam jumlah yang cukup, Menganjurkan kepada ibu untuk tetap menjaga kebersihan diri terutama daerah perineum meski ibu merasa bahwa bekas jahitan sudah mulai kering, dengan mengajarkan ibu untuk melakukan perawatan perineum dengan membasuh area genitalia serta mengganti doek sesering mungkin, menganjurkan ibu untuk memberikan ASI eksklusif sampai usia bayi 6 bulan, karna manfaat asi eksklusif akan meningkatkan kekebalan tubuh bayi, hal ini karena ASI kaya akan kandungan asam amino esensial dan senyawa anti-radang, menganjurkan kepada ibu untuk segera ke pelayanan kesehatan bila merasa ada tanda-tanda bahaya masa nifas atau bila ibu memiliki keluhan lainnya.

Kunjungan IV

Asuhan kebidanan masa nifas pada kunjungan keempat keadaan ibu semakin membaik, serta ibu bersedia memberikan ASI eksklusif.

Mengevaluasi senam nifas yang sudah ibu lakukan menganjurkan ibu untuk memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan, karena ASI mengandung semua kebutuhan yang diperlukan bayi, dapat memberikan perlindungan terhadap infeksi, dan menganjurkan ibu untuk menyusui sesering mungkin, memberikan konseling tentang personal hygiene yaitu menganjurkan ibu untuk menggosok gigi dan kebersihan mulut, keramas untuk menjaga kebersihan rambut, kebersihan pakaian, kebersihan kaki, kuku, telinga dengan mandi 2x sehari, selain itu menganjurkan ibu mengganti pembalutnya minimal 3x dalam sehari atau jika sudah tidak merasa nyaman, dan menganjurkan ibu untuk menjaga kebersihan payudaranya, menganjurkan kepada ibu untuk makan makanan yang bergizi seimbang yaitu karbohidrat, protein, vitamin dan memperbanyak konsumsi makanan yang mengandung protein untuk mempercepat penyembuhan luka bekas jahitan. Pemenuhan nutrisi bergizi seimbang mampu menambah tenaga

ibu serta pemenuhan nutrisi untuk produksi ASI, dan air minum minimal 6-8 gelas/hari dan menyarankan tidak ada makanan pantangan bagi ibu nifas karena ibu nifas sangat membutuhkan kalori dan nutrisi yang cukup, Memberikan konseling pada ibu tentang istirahat selama masa nifas yaitu minimal tidur 6-8 jam per hari melalui istirahat siang dan malam, karena kurangnya istirahat atau tidur pada ibu akan mengakibatkan berkurangnya suplai ASI, memperlambat proses involusi uterus, dan menyebabkan ketidakmampuan merawat bayi serta depresi, dan menganjurkan ibu untuk tetap menyusui bayinya sesering mungkin agar ASI menjadi semakin lancar dan bayi tidak mudah rewel, memberikan konseling tentang berbagai macam metode KB yang akan ibu pilih setelah masa nifas, dengan menggunakan alat ataupun tanpa alat, cara kerjanya, keuntungan dan kerugiannya masing-masing KB. Macam-macam KB yaitu MAL (Metode Amenore Laktasi) kondom, pil KB, terdapat 2 macam, yaitu pil Kombinasi, mini Pil KB Suntik, terdapat 2 macam, yaitu KB Suntik 1 bulan, KB Suntik 3 Bulan, implan / Susuk KB, IUD (*Intra Uterine Device*) / Spiral, menganjurkan kepada ibu untuk segera ke pelayanan kesehatan bila merasa ada tanda-tanda bahaya masa nifas atau bila ibu memiliki keluhan lainnya, menganjurkan ibu mandi setelah masa nifas.

3.2 Pembahasan

Kunjungan I

Pemberian asuhan pada kunjungan pertama dengan memberitahukan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan bahwa ibu mengalami masalah produksi ASI dan mules pada perut ibu.

ASI menyediakan semua energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk bulan 6 bulan pertama kehidupan yang mengandung banyak antibody, aman dan bersih. Menyusui adalah cara yang sangat baik dalam menyediakan makanan ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat (WHO, 2022).

Mobilisasi dini juga dapat mengurangi nyeri, dapat memperlancar peredaran darah, meningkatkan pengaturan metabolisme tubuh, kerja organ-organ cepat pulih, termasuk membuat proses involusi uteri makin efektif. Mobilisasi atau pergerakan sesegera mungkin bisa mencegah aliran darah terhambat, mobilisasi ini dilakukan setelah 2 jam postpartum. Setelah melakukan mobilisasi maka pengeluaran lochea akan lancar, sehingga dapat mengurangi resiko dan komplikasi masa nifas (Ratih & Herlina, 2020).

Pemberian asuhan dengan memberitahukan kepada

ibu tentang hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan bahwa ibu mengalami masalah produksi ASI Ibu. Asuhan yang dilakukan pada ibu yaitu pijat oksitosin dan perawatan payudara pada Ibu dan menganjurkan ibu makan-makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI seperti kacang-kacangan, buah-buahan yang mengandung vitamin C dan anti oksidan seperti jeruk alpukat, dan sayur-sayuran berwarna hijau seperti bayam, selada, brokoli, daun katuk, , Ibu telah melakukan ambulasi dini masa nifas. Berdasarkan data subjektif dan data objektif ibu mengalami masalah produksi ASI dan perut ibu terasa mules pada masa nifas di kunjungan pertama, dan masalah tersebut sudah teratasi selama asuhan nifas (I. N. Saputri et al., 2019).

Kunjungan II

Pada kunjungan kedua setelah dilakukan pengkajian data didapatkan bahwa ibu sulit BAB yang dikarenakan ibu mengalami wasir yang di sebabkan karna pada saat ibu mengedan pembuluh darah di sekitar dubur mendapat tekanan yang kuat, tekanan inilah yang kemudian menghambat aliran darah, sehingga akhirnya menimbulkan pembengkakan dan terjadinya wasir membuat ibu sulit untuk BAB (Kurniati et al., 2015).

Asuhan yang dilakukan di kunjungan kedua penulis menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung serat seperti buah dan sayur-sayuran, minum air dalam jumlah yang cukup dan menganjurkan ibu untuk tidak menahan dan menunda BAB.

Pada kunjungan kedua Ibu menunjukkan keberhasilan dari asuhan sebelumnya dimana didapatkan bahwa pada kunjungan ini ibu dan bayi sudah dalam keadaan yang sehat dan tanpa ada masalah dengan ASI yang mana ASI ibu sudah mulai lancar.

Kunjungan III

Pada kunjungan ketiga menunjukkan keberhasilan dari asuhan sebelumnya dimana didapatkan bahwa pada kunjungan ini ibu keadaanya semakin membaik dan BAB ibu sudah lancar dan wasir yang ibu alami sudah tidak ada keluhan, bayi nya masih tetap menyusui dan tidak rewel.

Asuhan yang dilakukan di kunjungan kedua penulis menganjurkan ibu untuk melakukan senam nifas seharusnya di lakukan pada kunjungan kedua tetapi dikarenakan ibu mengalami wasir jadi ibu tidak bisa melakukan gerakan senam nifas, maka dikarenakan itu penulis mengajarkan ibu senam nifas pada kunjungan ketiga saat wasir ibu sudah pulih. Senam nifas bertujuan untuk mempercepat proses involusi dan pemulihan

fungsi alat kandungan, membantu memulihkan kekuatan dan kekencangan otot-otot panggul, perut, dan perineum terutama otot yang berkaitan dengan kehamilan. Senam nifas latihan jasmani yang dilakukan setelah melahirkan (Rahayu & Solekah, 2020).

Kunjungan IV

Pada kunjungan keempat menunjukkan keberhasilan dari asuhan yang sudah dilakukan dan diterapkan ibu dimana didapatkan bahwa pada kunjungan ini ibu dan bayi sudah dalam keadaan yang sehat dan tanpa ada masalah dengan ASI serta eliminasi pada ibu. Asuhan yang dilakukan sebelumnya berdampak kepada perilaku ibu dalam hal peningkatan produksi ASI dimana ibu sudah melakukan pijat oksitosin dan sudah mengkonsumsi makanan yang mampu meningkatkan produksi ASI, dan ibu juga mengosumsi makanan yang banyak mengandung serat sehingga berdampak kepada pencernaan ibu menjadi lancar, ibu juga lebih semangat setelah melakukan senam nifa. Keluarga sangat berperan aktif dalam membantu ibu untuk melakukan perawatan pada masa nifas

4. Pembahasan

Pembahasan hasil penelitian harus merujuk pada hasil-hasil penelitian sebelumnya yang telah terbit dalam jurnal ilmiah. Jurnal Kesehatan Almuslim mengacu pada sumber-sumber yang kredibel, yaitu yang ditulis oleh ahli di bidangnya dan melalui proses review atau editing sebelum diterbitkan. Berikut ini diberikan beberapa contoh penulisan referensi dalam tubuh artikel.

Contoh yang pertama adalah penulisan sumber referensi di dalam teks. Penulisan dapat seperti ini (Kemenkes RI, 2015), atau jika ada dua penulis maka ditulis seperti ini (Tabachnick & Fidell, 2007). Jika ada lebih dari dua penulis maka dapat ditulis seperti (Thomas, et al., 2003).

Penting untuk dicatat bahwa semua penyebutan nama adalah mengikuti aturan bahwa nama terakhir yang dituli, tidak memandang suku bangsa asal nama tersebut. Sebagai contoh Burhan Nurgiyantoro dan Anwar Efendi adalah nama Indonesia, ditulis (Nurgiyantoro & Efendi, 2013).

Daftar pustaka ditulis pada bagian akhir artikel dengan jenis dan ukuran huruf sama dengan tubuh artikel. Daftar pustaka diurutkan sesuai dengan alfabet. Semua yang dirujuk dalam artikel harus tertulis dalam daftar pustaka, dan semua yang tertulis dalam daftar pustaka harus menjadi rujukan dalam artikel dengan menuliskan apa yang dirujuk di dalam artikel.

Tim redaktur Jurnal Kesehatan Almuslim menyarankan kepada penulis untuk menggunakan

perangkat lunak yang membantu penulisan artikel dengan mudah, terlebih lagi untuk membantu penulisan sumber referensi. Hal-hal seperti ini bersifat mekanis dan dapat menyita waktu untuk memikirkan hal-hal yang lebih substansial dari isi penelitian. Namun demikian, menggunakan format standar penulisan dapat memudahkan pembaca untuk memahami isi artikel sehingga dapat menindaklanjuti hasil penelitian yang disampaikan dalam artikel.

4. Simpulan dan Saran

4.1 Simpulan

Asuhan kebidanan pada masa nifas dilakukan sebanyak 4 kali berjalan dengan baik. Kunjungan dilakukan dengan cara *home visit* yang dimulai dari kunjungan pertama *postpartum*, kunjungan kedua *postpartum*, kunjungan ketiga *postpartum* dan kunjungan keempat *postpartum* dengan tujuan untuk menilai status ibu dan bayi baru lahir, mencegah dan mendeteksi, serta menangani masalah-masalah yang terjadi. Selama memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas, involusi berjalan dengan normal, Adapun kesimpulan yang didapat dari pelaksanaan asuhan kebidanan nifas pada Ibu I di Desa Timbang Langsa, Kecamatan Langsa Baroe bahwa asuhan yang dilakukan sesuai dengan kebutuhan ibu dimana masalah dapat teratasi dengan baik dengan hasil terjadi peningkatan produksi dan pengeluaran ASI serta pencernaan ibu sudah lancar ditandai dengan ibu BAB 1 kali sehari.

4.2 Saran

- a. Instansi Pendidikan
Diharapkan kepada Prodi Kebidanan Kota Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh dapat menjadi masukkan sebagai langkah-langkah untuk mendoorng motivasi pembuatan Laporan Tugas Akhir selanjutnya.
- b. Bagi Tenaga Kesehatan
Bidan harus mampu menerapkan dan memberikan pelayanan yang menyeluruh kepada semua klien tanpa membedakan satu sama lain dan lebih meningkatkan keterampilan serta pengetahuan dalam asuhan kebidanan nifas, untuk bisa lebih terampil dalam memberikan asuhan kebidanan terhadap semua klien dengan kondisi apapun.
- c. Bagi Mahasiswa
Diharapkan dapat meningkatkan pengalaman, wawasan dan pengetahuan dalam memberikan asuhan kebidanan nifas normal serta mahasiswa mampu menerapkan ilmu yang di dapat selama berkuliah di Prodi Kebidanan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh sehingga dapat melakukan asuhan kebidanan nifas normal yang baik dan benar.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Aceh, Kepala Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh, Ketua Prodi dan Sekretaris Prodi Kebidanan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh, ayahanda dan ibunda tercinta beserta keluarga dan teman-teman seangkatan.

Daftar Pustaka

- Brier, J., & lia dwi jayanti. (2020). *Pengaruh Tentang Tanda Bahaya Masa Nifas Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu*. 21(1), 19. <http://journal.umsurabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. (2021). Profil Kesehatan Aceh tahun 2021. *Aceh, Dinas Kesehatan*, 1–193.
- Fitriahadi, E., & Utami, I. (2018). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Beserta Daftar Tilik. *Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, 1–158.
- Ibrahim, F. (2021). Penerapan Pijat Oksitosin Dan Marmet Untuk Meningkatkan Produksi ASI Ibu Nifas. *Journal Midwifery Jurusan Kebidanan Politeknik*.
- Ilmu, J., & Journal, K. (2020). *Al-Insyirah Midwifery*. 9, 108–113.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Buku KIA 2020. In *Buku Kesehatan Ibu dan Anak Kementerian Kesehatan RI* (pp. 1–53). <https://gizi.kemkes.go.id/katalog/buku-kia.pdf>
- Kustini, K. (2018). Perbedaan Penurunan Tfu Pada Ibu Nifas Fisiologis Dan Ibu Nifas Post Sc Di Ruang Melati Rsud Dr.Soegiri Kabupaten Lamongan. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 11. <https://doi.org/10.30736/midpro.v10i1.61>
- Lidya. (2019). Analisis Pelaksanaan Pencegahan Komplikasi Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Paal V Kota Jambi Tahun 2018. *Scientia Journal*, 8(1), 197–204. <https://doi.org/10.35141/scj.v8i1.436>
- Lilik, N. I. S., & Budiono, I. (2021). Mutu Pelayanan Kesehatan Setelah Persalinan Yang Berhubungan Dengan Kepuasan Pelayanan Ibu Nifas. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(1), 101–113. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPH>
- Maharani. (2021). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui* (Maharani (ed.)).
- Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Ani, N., Fransisca, A., Lataminarni, S., Rani, H. W., Ruth, A., & Welmi, S. (2022). Efektifitas Pijat Oksitosin dalam Pengeluaran ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23–33. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1437>
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas: Literature Review. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.611>
- Putri, R. D., Novianti, N., & Maryani, D. (2021). Ketidaknyamanan Pada Ibu Hamil, Bersalin, Dan Nifas. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 38–43. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i1.1346>
- Rahayu, S., & Solekah, U. (2020). Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Mariana Kabupaten Banyuasin Tahun 2020. *Jurnal Kebidanan*, 12(02), 157. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v12i02.388>
- Rahmanindar, N., & Rizqoh, U. (2019). *Kebutuhan Nutrisi Dengan Status Gizi Ibu Nifas Di Puskesmas Jatinegara Tahun 2018*. 08, 74–79.
- Rasmi, dkk. (2018). Adaptasi Psikologis Ibu Postpartum (Fase Taking- in) Di Rumah Sakit. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 4(2). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v4i2.326>
- Ratih, R. H., & Herlina, S. (2020). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum. *Ensiklopedia of Journal*, 2(2), 165–169. <http://jurnal.ensiklopediaiku.org>
- Saputri, D. (2020). Pengaruh Senam Nifas Terhadap Proses Involusi Uteri Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 2(2), 159–163. <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i2.347>
- Saputri, E. M. (2020). Asuhan Kebidanan Ibu Nifas pada 6 jam s/d 6 hari. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 10(1), 29–37.
- Saputri, I. N., Ginting, D. Y., & Zendato, I. C. (2019). PADA IBU POSTPARTUM experimental with the One Group Pre and Post Test Design . The population in. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 2(1), 68–73.
- Sari, I. W. (2019). Gambaran Peran Bidan dalam Mendukung Capaian ASI Eksklusif di Puskesmas Padang Bulan Kota Medan. *MENARA Ilmu*, XIII(8), 30–38.
- Selvianti, D. (2019). Fisiologi kehamilan, persalinan, nifas dan BBL. *Buku Ajar Modul*, 1–7.

[http://repository.stikessaptabakti.ac.id/160/1/modul Fisiologi Kehamilan%2C lin%2C fa%2C BBL-converted.pdf](http://repository.stikessaptabakti.ac.id/160/1/modul%20Fisiologi%20Kehamilan%20lin%20fa%20BBL-converted.pdf)

Susiana, S. (2019). *Angka Kematian Ibu : Faktor Penyebab Dan Upaya Penanganannya*.

Zakiyyah, M., Ekasari, T., Silvian, M., Kebidanan, N. A., Zainul, H., & Genggong, H. (2018). Pendidikan Kesehatan Dan Pelatihan Senam Nifas. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 11–16.

Penulis :

Nolla Amanda

Merupakan mahasiswa pada Prodi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Aceh

Dewita

Merupakan dosen pada Prodi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Aceh

Lili Kartika Sari Hrp

Merupakan dosen pada Prodi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Aceh