

Midwifery Care in the Postpartum Period with After Pains Discomfort at the Maternity Hospital: Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dengan Ketidaknyamanan After Pains di Rumah Sakit Bersalin

Ainur Rofi'ah Tiara Wijaya

Sri Mukhodim Faridah Hanum

Yanik Purwanti

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

The puerperium period begins after giving birth and ends when the uterus returns to its pre-pregnancy condition, in which six weeks the process occurs. After pains are the sensation of heartburn and produce pain that lasts during the puerperium due to periodic contractions and relaxation of the uterus which usually lasts two to four days. The results showed that the incidence of after pains was 50% in the 26-30 year age group and 40% in the third parity group. The purpose of this study was to determine postpartum care with discomfort after pain. Case study method using descriptive method. The case study was carried out at PMB Dadang Ratih Jambangan Sidoarjo which was conducted on December 30, 2019. Midwifery care was carried out by history taking, physical examination, diagnostic analysis, management and evaluation. The care provided went well without a hitch and there were no complications. The development of the research obtained is based on the accumulation of data from anamnesis to evaluation.

Pendahuluan

Masa nifas atau masa puerperium adalah dimulai setelah melahirkan dan berakhir ketika organ rahim kembali ke keadaan sebelum kehamilan, yang berlangsung selama 6 minggu [1]. Masa nifas disebut juga masa pascapartum, yaitu masa atau masa ketika plasenta keluar dari rahim setelah bayi lahir, hingga enam minggu berikutnya, disertai dengan pemulihan organ yang berhubungan dengan rahim [2]. Masa nifas merupakan masa yang memerlukan perhatian khusus, karena proses involusi rahim sangat penting dan harus dilakukan dengan baik [3]

Dalam masa nifas terdapat beberapa perubahan fisiologis yang terjadi seperti perubahan sistem reproduksi, perubahan sistem pencernaan, perubahan sistem perkemihan, perubahan sistem muskulokeletal, perubahan sistem endokrin, perubahan tanda-tanda vital, perubahan sistem kardiovaskular, perubahan sistem hematologi. Pada sistem reproduksi, terjadi perubahan pada uterus, rasa sakit yang disebut after pains (meriang atau mules-mules), lochea, vagina dan perineum [4].

After pains yaitu sensasi mulas dan menghasilkan nyeri yang berlangsung selama masa nifas karena kontraksi dan relaksasi rahim secara berkala yang biasanya berlangsung 2-4 hari [5]. Umumnya nyeri ini terjadi pada ibu menyusui dan paritas tinggi. Karena pada paritas tinggi relaksasi intermitten disebabkan karena penurunan tonus otot uterus secara bersamaan. Sedangkan pada ibu menyusui, faktor hisapan bayi menstimulasi produksi oksitosin oleh hipofise posterior. Jika rahim berkontraksi dengan baik dan kandung kemih kosong maka nyeri akan hilang

atau berkurang [6]. Nyeri dapat diredakan melalui metode farmakologis dan nonfarmakologis, serta pengobatan farmakologis dengan obat yang dapat mengurangi efek analgesik. Dari hasil penelitian tentang mengatasi nyeri, 69% perempuan akan menggunakan analgesik dan kompres es saat mengonsumsi analgesik reduksi 75%. Dapat digunakan dengan cara teknis dalam perawatan nonfarmakologis untuk menghilangkan rasa sakit seperti relaksasi, pijat, kompresi, terapi musik, terapi kontraksi dan aromaterapi [7].

Insiden kejadian after pains di Kota Malang diperoleh dari 10 orang pada kelompok umur 26-30 tahun, yaitu sebanyak 5 orang (50%). Sedangkan berdasarkan paritas dari 10 responden terdapat 6 responden (60%) merupakan paritas kedua dan sebanyak 4 responden (40%) merupakan paritas ketiga [8].

Tersedianya informasi mengenai keluhan-keluhan fisiologis selama masa nifas dan permasalahannya, berfokus pada after pains merupakan suatu hal yang fundamental guna perkembangan layanan kesehatan bagi ibu nifas. Tujuan dari penelitian ini agar mengetahui asuhan kebidanan pada masa nifas dengan ketidaknyamanan after pains di PMB Dadang Ratih Jambangan, Candi, Sidoarjo.

Metode Penelitian

Studi kasus asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan ketidaknyamanan after pains, asuhan yang dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif yang digunakan untuk tujuan utama yaitu membuat gambaran mengenai suatu keadaan secara objektif. Pada laporan kasus yang penulis lakukan yaitu asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan after pains dari pengkajian sampai evaluasi. Subjeknya adalah Ny. F usia 32 tahun dengan usia kehamilan 38 minggu di PMB Dadang Ratih Jambangan, Sidoarjo pada tanggal 31 Desember 2019. Cara pengumpulan data dengan anamnesa, pemeriksaan, analisa data dan pendokumentasian dengan membandingkan antara data yang diperoleh dengan teori yang ada.

Hasil dan Pembahasan

Studi kasus ini dilakukan di PMB Dadang Ratih pada tanggal 30 Desember 2019

Data Subyektif

Ibu menyatakan sudah melahirkan sejak 2 jam yang lalu dan saat ini mengeluh perutnya mules sejak selesai bersalin, dirasa di perut bagian bawah, mules yang dirasa hilang timbul. Riwayat bersalin ibu yakni, ini persalinan ketiga pada usia kehamilan 38 minggu dengan persalinan normal pada 30 Desember 2019. Saat dua jam postpartum, ibu sudah bisa miring kanan, miring kiri, duduk, dan berjalan-jalan. Ibu sudah berkemih 1x dan membersihkan vulva dengan air bersih yang mengalir dan mengeringkan dengan handuk bersih. Ibu sudah meminum vitamin A dengan dosis 200.000 IU segera setelah melahirkan.

Data subyektif yang ditemukan yaitu ibu mengalami perut mulas pada masa nifasnya sesuai dengan teori [5] yang menyatakan bahwa kontraksi rahim menyebabkan after pains (mules atau meriang) atau rasa sakit yang berlangsung dua sampai empat hari setelah bersalin.

Nyeri dapat diredakan melalui metode farmakologis dan nonfarmakologis, serta pengobatan farmakologis dengan obat yang dapat mengurangi efek analgesik seperti dalam teori [7]. Dari hasil penelitian tentang mengatasi nyeri, 69% perempuan akan menggunakan analgesik dan kompres es. Dalam perawatan nonfarmakologis untuk menghilangkan rasa sakit seperti relaksasi, pijat, kompresi, terapi musik, terapi kontraksi dan aromaterapi.

Data Obyektif

Keadaan umum ibu baik dan kesadaran composmentis. Saat dilakukan pemeriksaan tekanan darah ibu 120/80 mmHg, nadi 82x/menit, suhu 36,5°C, dan pernafasan ibu 20x/menit.

Pada pemeriksaan dari head to toe, muka ibu tidak pucat dan tidak ada oedem, tidak ada pandangan mata yang kabur, sklera putih, conjungtiva merah muda, dan tidak berkeruh-kunang. Pada pemeriksaan payudara puting susu menonjol, tampak bersih, kolostrum sudah keluar, konsistensi kenyal, dan kedua payudara simetris. Pada abdomen (GIT) tidak ada nyeri epigastrium, perut ibu tidak kembung dan tidak ada skibala. Sedangkan pada abdomen obstetri TFU ibu 2 jari dibawah pusat, kontraksinya keras, dan tidak ada diastasis recti. Hasil pemeriksaan genito urinaria lochea rubra, dengan perkiraan jumlahnya \pm 150 cc, tidak ada keluhan pada perineum, tidak ada tanda infeksi, dan kandung kemih ibu kosong. Pada kedua ekstremitas tidak ada oedem, dan akralnya hangat.

Saat enam jam postpartum yaitu kunjungan pertama, Ny. F mengemukakan mules pada perutnya. Hasil pemeriksaan didapatkan tinggi fundus uteri dua jari bawah pusat, kontraksi rahim bagus, lochea yang keluar yaitu lochea rubra, kandung kemih ibu kosong, ibu diajarkan cara menyusui yang benar, dan hanya memberikan ASI selama 6 bulan serta menginformasikan pada ibu bahwa selama masa nifas kemungkinan akan terjadi tanda bahaya. Dalam kunjungan saat ini, disarankan agar ibu segera melakukan mobilisasi agar ibu bisa pulih lebih cepat. Hal ini sesuai dengan teori dalam Jurnal Artikel [9] bahwa ibu harus memenuhi kebutuhan dasar pada masa nifas seperti menyusui, tanda bahaya, dan mobilisasi dini.

Dalam hal ini tidak ditemukan masalah, sehingga ibu tidak mempunyai kebutuhan khusus untuk menyelesaikan masalah tersebut.

Analisis

Analisis yang diperoleh dari semua data yang dikumpulkan yakni nifas normal hari pertama 2 jam postpartum, k/u ibu baik dengan keluhan after pains.

Berdasarkan teori [5] salah satu faktor penyebab dari after pains adalah kontraksi rahim. Teori tersebut mendukung dugaan penulis kepada penyebab after pains yaitu ibu yang setelah melahirkan rahimnya akan berkontraksi untuk mengembalikan uterus pada ukuran seperti sebelum hamil.

Penatalaksanaan

E: ibu memahami kondisinya sekarang

E: ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali.

E: ibu mengerti dan bersedia untuk melakukan

E: kontraksi uterus baik, lochea rubra, uterus 2 jari dibawah pusat, perdarahan \pm 150 cc.

E: ibu mengerti penjelasan bidan

E: ibu bersedia untuk melakukan

E: ibu bersedia untuk melaksanakan anjuran bidan

- Menjelaskan pada ibu mengenai kondisinya saat ini dalam keadaan baik, ibu memasuki nifas hari pertama dan tidak ada komplikasi.
- Menjelaskan keluhan mules yang dirasakan oleh ibu merupakan hal yang normal dengan menjelaskan penyebab serta cara mengatasi

- Menganjurkan ibu untuk tidak menahan kencing karena dapat mempengaruhi kontraksi rahim, sehingga rahim tidak berkontraksi dengan baik, dan mengajarkan masase.
- Mengobservasi ibu meliputi kontraksi uterus, lochea, TFU dan perdarahan.
- Menjelaskan tanda bahaya masa nifas dan bayi baru lahir.
- Memberikan dukungan untuk selalu memberikan ASI eksklusif.
- Menganjurkan ibu untuk menjaga kebutuhan nutrisinya.
- Memotivasi ibu untuk menjaga kebutuhan nutrisinya.

E: ibu mengerti dan akan melakukan

Penatalaksanaan saat pengkajian satu ini, penulis memberikan pendidikan kesehatan mengenai bagaimana cara mengatasi ketidaknyamanan after pains dengan menjelaskan penyebab, dan cara mengatasi. Penulis menjelaskan bahwa setelah persalinan rahim akan berkontraksi agar rahim kembali ke keadaan seperti sebelum hamil yang dapat menyebabkan after pains, selain itu, penulis berkata bahwa memasase rahim akan mengurangi nyeri tersebut. Hal ini sesuai dengan teori yang disebutkan bahwa after pains dipicu oleh kontraksi rahim agar uterus kembali ke keadaan seperti sebelum hamil.

Kesimpulan

Dari data yang telah terkumpul, diperoleh kesimpulan Ny. F usia 32 tahun nifas normal hari pertama 2 jam postpartum, k/u ibu baik dengan keluhan after pains.

References

1. 2020, kemenkes R. (2017) Laporan Tugas Akhir, Universitas Muhamhadiyah Gersik.
2. Marmi (2015) Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
3. Maryani, D. and Himalaya, D. (2020) 'Efek Aroma Terapi Lavender Mengurangi Nyeri Nifas', *Journal Of Midwifery*, 8(1), pp. 11-16. doi: 10.37676/jm.v8i1.1028.
4. Mochtar, R. (2011) Sinopsis Obstetri Jilid I, 2011.
5. Prawirohardjo, S. (2010) Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo Jakarta.
6. Rustiningsih, L. (2010) 'Pengaruh Senam Nifas Terhadap Tingkat Afterpains Pada Ibu Postpartum Di Rsu Pku Muhammadiyah Bantul', p. 13.
7. Setyarini, D. I. (2018) 'Pengaruh Candle Therapy Terhadap Tingkat Afterpain Ibu Postpartum', *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI)*, 4(1), p. 7. doi: 10.31290/jiki.v(4)i(1)y(2018).page:7-13.
8. Suryandri, N. L. G. Y. A. (2019) 'Bab Ii Tinjauan Pustaka Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Normal Dengan Ketidaknyamanan Pasca Partum Di Ruang Dara Rsud Wangaya Denpasar', p. 17.
9. Wahyuningsih, H. P. (2018) 'Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui'.