

# Ainur Rofi'ah Tiara\_Artikel Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dengan Ketidaknyamanan After Pains.pdf

*by*

---

**Submission date:** 02-May-2021 08:06AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1575516548

**File name:** Ainur Rofi'ah Tiara\_Artikel Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dengan Ketidaknyamanan After Pains.pdf (549.6K)

**Word count:** 1629

**Character count:** 9941

## Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dengan Ketidaknyamanan *After Pains* di PMB Dadang Ratih, Jambangan, Candi, Sidoarjo

Ainur Rofi'ah Tiara Wijaya<sup>1)</sup>, Sri Mukhodim Faridah Hanum<sup>1)</sup> Yanik Purwanti<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: srimukhodimfaridahhanum@umsida.ac.id

**Abstract.** *The puerperium period begins after childbirth and ends at the return of the uterine organs in such conditions shortly before pregnancy, where six weeks of the process occurs. After pains is a sensation of heartburn and produces pain that lasts during the puerperium period due to contractions and relaxation of the uterus periodically which usually lasts two to four days. The results showed a 50% incidence of after pains in the 26-30 age group and 40% in the third parity. The purpose of this study is to find out the upbringing of puerperium with discomfort after pains. Method of case study using descriptive method. The case study was conducted at PMB Dadang Ratih Jambangan Sidoarjo conducted on December 30, 2019. Midwifery care is performed with anamnesis, physical examination, diagnostic analysis, management and evaluation. The care provided goes well without hindrance and no complications. The development of research obtained based on the accumulation of data from anamnesis to evaluation.*

**Keywords -** *puerperium; contraction; after pains*

**Abstrak.** *Masa nifas yaitu bermula setelah melahirkan dan diakhiri saat kembalinya organ rahim pada kondisi seperti sesaat sebelum hamil, dimana enam minggu proses tersebut terjadi. After pains adalah sensasi mulas dan menghasilkan nyeri yang berlangsung selama masa nifas karena kontraksi dan relaksasi rahim secara berkala yang biasanya berlangsung dua sampai empat hari. Hasil penelitian menunjukkan insiden kejadian after pains sebanyak 50% pada kelompok usia 26-30 tahun dan 40% pada paritas ketiga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui asuhan masa nifas dengan ketidaknyamanan after pains. Metode studi kasus dengan menggunakan metode deskriptif. Studi kasus dilaksanakan di PMB Dadang Ratih Jambangan Sidoarjo yang dilakukan pada tanggal 30 Desember 2019. Asuhan kebidanan dilakukan dengan anamnesis, pemeriksaan fisik, analisis diagnosa, penatalaksanaan serta evaluasi. Asuhan yang diberikan berlangsung baik tanpa halangan dan tidak ada komplikasi. Perkembangan penelitian yang didapatkan berdasarkan akumulasi data dari anamnesis sampai evaluasi.*

**Kata Kunci –** *nifas; kontraksi; after pains*

### I. 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. 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. Masa nifas merupakan masa yang memerlukan perhatian khusus, karena proses involusi rahim sangat penting dan harus dilakukan dengan baik.

Dalam masa nifas terdapat beberapa perubahan fisiologis yang terjadi seperti perubahan sistem reproduksi, perubahan sistem pencernaan, perubahan sistem perkemihan, perubahan sistem muskuloletal, 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.

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. 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. 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.

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.

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.

## II. METODE

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.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

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

### A. 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 yang menyatakan bahwa kontraksi rahim menyebabkan after pains (mules atau meriang) atau rasa sakit yang berlangsung dua sampai empat hari setelah bersalin dalam ().

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. Dalam perawatan nonfarmakologis untuk menghilangkan rasa sakit seperti relaksasi, pijat, kompresi, terapi musik, terapi kontraksi dan aromaterapi ().

### B. 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 () bahwa ibu harus memenuhi kebutuhan dasar pada masa nifas seperti menyusui, tanda bahaya, dan mobilisasi ini.

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

### C. 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 () 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.

### D. Penatalaksanaan

1. Menjelaskan pada ibu mengenai kondisinya saat ini dalam keadaan baik, ibu memasuki nifas hari pertama dan tidak ada komplikasi.

- E: ibu memahami kondisinya sekarang
2. Menjelaskan keluhan mules yang dirasakan oleh ibu merupakan hal yang normal dengan menjelaskan penyebab serta cara mengatasi  
E: ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali.
  3. Menganjurkan ibu untuk tidak menahan kencing karena dapat mempengaruhi kontraksi rahim, sehingga rahim tidak berkontraksi dengan baik, dan mengajarkan masase.  
E: ibu mengerti dan bersedia untuk melakukan
  4. Mengobservasi ibu meliputi kontraksi uterus, lochea, TFU dan perdarahan.  
E: kontraksi uterus baik, lochea rubra, uterus 2 jari dibawah pusat, perdarahan  $\pm$  150 cc.
  5. Menjelaskan tanda bahaya masa nifas dan bayi baru lahir.  
E: ibu mengerti penjelasan bidan
  6. Memberikan dukungan untuk selalu memberikan ASI eksklusif.  
E: ibu bersedia untuk melakukan
  7. Menganjurkan ibu untuk menjaga kebutuhan nutrisinya.  
E: ibu bersedia untuk melaksanakan anjuran bidan
  8. Memotivasi ibu untuk menjaga kebutuhan nutrisinya.  
E: ibu mengerti dan akan melakukan <sup>1</sup>  
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.

#### IV. 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.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Ny. F dan <sup>1</sup> keluarga yang telah bersedia menjadi pasien untuk penulis dan pada pihak PMB Dadang Ratih yang sudah memberi kesempatan kepada penulis agar melaksanakan asuhan kebidanan pada studi kasus ini.

#### REFERENSI

# Ainur Rofi'ah Tiara\_Artikel Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dengan Ketidaknyamanan After Pains.pdf

## ORIGINALITY REPORT

10%

SIMILARITY INDEX

10%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://jurnal.ensiklopediaku.org">jurnal.ensiklopediaku.org</a> Internet Source	5%
2	<a href="http://repository.poltekeskupang.ac.id">repository.poltekeskupang.ac.id</a> Internet Source	2%
3	<a href="http://www.coursehero.com">www.coursehero.com</a> Internet Source	2%
4	<a href="http://maphiablack.blogspot.com">maphiablack.blogspot.com</a> Internet Source	2%

Exclude quotes On

Exclude matches < 2%

Exclude bibliography On