

Management of Postpartum Mothers with After Pain at the Clinic: Tatalaksana Ibu Nifas Dengan After Pain di Klinik

*Intan Nurfiyana
Cholifah Cholifah
Hesti Widowati*

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Post partum is a period of 1-2 months after the delivery of the placenta until the uterus returns to normal. Post partum will issue lochea which comes out along with the birth of the placenta. Patients will experience complaints that will be felt in the postpartum, namely complaints of heartburn which helps the uterus to return to its shape normal. And these complaints will interfere with the patient's daily activities, namely irregular sleep patterns, feeling tired, feeling anxious. This discomfort was experienced by Mrs. A 21 years old, with 37 weeks of age complaining of stomach cramps or after pain, an assessment of these complaints has been made. And the results of the study, evaluation, and progress notes. Data has been collected by assessment, physical examination, diagnosis, and documentation by comparing the results of the data with the theory. And these complaints are normal complaints that are felt by every post partum mother. Contractions will cause different pains, namely mild, moderate, even severe pain

Pendahuluan

Masa Nifas adalah periode 40 hari -42 hari yang berlangsung setelah lahirnya plasenta sampai kembali keadaan rahim kembali normal. Pada masa nifas tersebut akan mengalami adanya perubahan pada rahim, vagina, dan serviks akan kembali mengecil atau bentuk yang semula. dan pada masa nifas akan mengeluarkan darah yang disebut lochea. pada lochea tersebut akan keluar setelah lahirnya plasenta sampai selesai masa nifas[1]. Nifas terdapat berbagai keluhan yang ketidaknyaman yang akan dirasakan pada masa nifas yaitu rasa vagina yang tidak nyaman, penurunan berat badan, adanya perubahan emosi, payudara terasa sakit, kesulitan buang air kecil atau BAB, rambut rontok, nyeri luka jahitan dan perut terasa mulas (After Pain).[2] After Pain adalah perut terasa mulas setelah melahirkan dan menimbulkan nyeri yang berkepanjangan saat menyusui bayinya. Dan keluhan tersebut akan dirasakan dengan berbagai macam rasa nyeri dengan pasien merasa lelah, cemas, merasa tergantung dengan pola tidur yang tidak beraturan dan nyeri tersebut akan meningkatkan risiko pada ibu nifas[3]. After pain tersebut disebabkan karena adanya kontraksi pada uterus yang berlangsung 2-6 jam bahkan sampai 4 hari. Berdasarkan dari hasil penelitian (adams, White, dan Beckeet (2010) memberi kesimpulan bahwa pijatan pada uterus dapat menghilangkan nyeri dengan rata-rata 5,18 (pada skala nyeri 0-1 VAS) menjadi 2,33 dengan nilai $p < 0,001$. Dari hasil penelitian 65 sampel dan 26 sampel.

Tersedianya informasi mengenai keluhan - keluhan fisiologis selama nifas dan permasalahannya, khususnya After Pain. Pada masa nifas merupakan hal yang penting untuk melakukan perkembangan pelayanan kesehatan bagi ibu nifas. Tujuan melakukan penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran keluhan After Pain pada ibu Nifas di BPM Nuril Masrukah Candi Sidoarjo.

Metode Penelitian

Hasil Study Kasus Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas dengan keluhan ketidaknyamanan after pain, dengan asuhan yang dilakukan menggunakan Metode yang digunakan adalah deskriptif yang digunakan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif. Pada laporan kasus penulis lakukan yaitu asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan after pain dari hasil pengkajian sampai hasil evaluasi subyeknya adalah : Ny. A usia 21 tahun dengan usia kehamilan 37 minggu di BPM Nuril Masrukah, Candi Sidoarjo pada tanggal Januari 2020, cara pengumpulan data dengan anamnesia, pemeriksaan, analisis, data dan pendokumentasian dengan membandingkan antara data yang didapatkan dengan teori yang sesuai.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penalaksanaan pemeriksaan pada ibu nifas di BPM Nuril Masrukah pada tanggal 09 Januari 2020.

Data Subjectif

Ibu mengatakan sudah melahirkan sejak 6 jam yang lalu, dan saat ini ibu mengeluh perut terasa mules. Ibu mengatasi dengan cara relaksasi yaitu menarik nafas dalam dan mengusap perut. Mulas dirasakan pada perut bagian bawah, mulas di rasa hilang timbul, namun tidak mengganggu rasa nyaman. Riwayat antenatal yaitu kehamilan yang pertama dengan usia kehamilan 37 minggu dengan keluhan yang dialami saat hamil yaitu diare, gatal-gatal pada bagian paha, dan sering kencing. Dan dilakukan persalinan pada tanggal 12 Januari 2020 dengan cara spontan B dan tidak ada kelainan saat persalinan, untuk lama persalinan pada kala I yaitu pada pukul 03.45- 05.20, kala II 05.20 - 06.40, kala III 06.40 - 06.50, kala IV 07.50 - 09.35, dilakukan episiotomi derajat 2 pada perineum, dan pecahnya ketuban pada tanggal 12 Januari 2020 jam 05.45 WIB, warna ketuban jernih, jumlah air ketuban yaitu cukup, untuk keadaan plasenta lahir pada tanggal 12 Januari 2020 jam 06.50 WIB, dengan kelengkapan kontiledon lengkap, dan selaput ketuban bisa disatukan. Jumlah perdarahan atau darah yang keluar \pm 300 cc, untuk keadaan janin baik, jenis kelamin perempuan. Selama masa nifas berlangsung kebutuhan yang sudah dipenuhi oleh ibu yaitu kebutuhan ambulasi, kebutuhan nutrisi, kebutuhan eliminasi, kebutuhan istirahat/tidur, personal hygiene, vulva hygiene dan perawatan perineum dan kebutuhan vitamin dan obat-obatan. Pengetahuan dan kemampuan ibu nifas yang sudah dipenuhi yaitu hubungan seksual. Keadaan psikososial ibu nifas yaitu komunikasi non verbal :ibu nifas saat dianamnesia ibu menjawab pertanyaan dari bidan dan wajah ibu berseri-seri dan senang ketika melihat bayinya, untuk komunikasi verbal :anak yang dilahirkan adalah anak yang direncanakan dan ibu berencana memberikan asi eksklusif

Data Subjektif yang ditemukan pada kasus ini adalah ibu mengatakan perut terasa mules yang dimulai setelah lahirnya plasenta sampai kembali semulanya rahim seperti sebelum hamil. Akibat keluhan ibu mengalami after pain atau mulas pada perut bawah yaitu karena adanya kontraksi pada rahim yang terjadi karena pembuluh darah pada rahim dicengkram oleh rahim. Nyeri nifas tersebut akan terjadi dengan berbagai macam sebab, antara lain kontraksi pada rahim, mengalami payudara terasa bengkak, adanya luka pada perineum. Dan nyeri dapat dirasakan oleh ibu nyeri ringan dan nyeri terdapat berbagai sumber penyebab nyeri, cara ibu mengatasi keluhan tersebut, dari faktor keadaan dan lingkungan disekitar ibu.

Data Obyektif

Hasil dari data objektif yang ditemukan pada kajian pada ibu nifas 1 ini yaitu Keadaan umum ibu baik dengan kesadaran composmentis. Hasil dari pemeriksaan fisik diantaranya : tanda - tanda vital : tekanan darah 130/80 mmHg, nadi 84 x/menit, suhu 36,5 °C, pernafasan 20 x/menit, pada bagian muka normal (tidak pucat dan tidak oedem). pada bagian mata tidak ada keluhan normal dengan warna conjungtiva merah muda, sclera putih, dan palpebra tidak oedem. pada bagian payudara tidak ada keluhan, normal dengan puting susu menonjol keluar asi/kolostrum, konsistensinya kenyal, keadaan payudara simetris dengan warna sama dengan kulit disekitarnya dan areola berwarna kehitaman. Pada bagian abdomen (GIT) teraba kembung, TFU teraba 1 jari

dibawah pusat, kontraksi terasa keras, dan tidak ada diastasi rekti. Pada bagian genito urinaria atau daerah genitalia pada lochea rubra dengan warna darah merah segar setelah 24 jam pp, jumlah lochea sekitar ± 300 cc, dan keadaan luka perineum basah dan jahitan rapi, kandung kemih teraba kosong, pada bagian ekstremitas atas dan bawah tidak ada keluhan dan teraba hangat, untuk pemeriksaan penunjang tidak dilakukan. pada kasus ini after pain ini tidak ditemukan adanya komplikasi, sehingga ibu nifas ini tidak memerlukan cara mengenangi yang khusus untuk yang menangani masalah tersebut.

Diagnosa

Hasil dari diagnosa pada ibu nifas 1 ini yaitu P10001 Nifas normal hari pertama 2 jam PP, keadaan pasien saat ini baik, keluhan yang dirasakan oleh ibu yaitu mulas atau after pain, keluhan yang harus terpenuhi oleh ibu antara lain kebutuhan nutrisi, kebutuhan istirahat dan tidur, cara meneteki bayinya dengan benar, vulva hygiene, dan perawatan perineum, kebutuhan eliminasi.

Penalaksanaan

Dari hasil penatalaksanaan pemeriksaan pada ibu nifas dan mengeluh after pain. Keadaan pasien saat ini baik dan keluhan yang dirasakan oleh ibu nifas tersebut yaitu keluhan normal yang dirasakan oleh ibu nifas pada umumnya. Ketidaknyamanan yang akan dirasakan ketika pasien menyusui bayinya dan akan mengalami kontraksi pada rahim, proses mengembalikan rahim seperti semula saat sebelum hamil,[4] dan cara mengatasi keluhan ini ibu bisa lakukan dengan cara mengusap-usap perut, mengosongkan kandung kemih, istirahat 2 jam dan tidur 8 jam[5], menggunakan aromaterapi seperti aromaterapi lavender, minyak kayu putih,. [6]. Menganjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya dan tidak boleh terek makan seperti mengonsumsi makanan yang bergizi, minum 8 kali/perhari. Mengajari ibu perawatan tali pusat yaitu dengan cara membersihkan dengan alkohol dan digantikan dengan kassa steril[7]. Mengajari ibu memandikan bayi dengan cara mengisi air panas dicampur dengan air dingin 1/3 bak. Lalu lepas baju bayi dan termometer suhu bayi. Ambil waslap dibasahi dengan air hangat lalu usap dibadan bayi, setelah itu waslap diberi sabun lalu usapkan ke badan bayi. Lalu masukkan bayi ke dalam bak dengan pelan-pelan sambil diusap. Dan memberitahu ibu tentang kapan boleh hamil lagi yaitu sampai umur 3-4 tahun lagi. Dan memberitahu ibu untuk pemeriksaan ulang atau kunjungan ulang 2-6 hari lagi atau sewaktu-waktu ada keluhan lain[8]. Mengajari ibu tentang cara meneteki bayinya yaitu di keluarkan asi sedikit dengan cara memencet areola lalu oleskan sedikit asi disekita areola. Lalu meneteki bayi dengan perut ibu menempel ke perut bayi lalu bagu bayi ditempelkan sejajar dengan areola.mengingatkan kepada pasien untuk tetap mengingat tentang tanda bahaya nifas dan bayi yaitu pasien merasa mata berkunang-kunang, pusing yang tidak bisa diatasi, perdarahan banyak dari biasanya [9]

Penalaksanaan pada kasus tersebut, penulis memberikan pendidikan tentang kesehatan yang bagaimana cara menangani keluhan yang dirasakan oleh ibu nifas. Hal ini yang telah dijelaskan sesuai dengan teori bahwa keluhan mulas ibu atau after pain bisa diatasi dengan cara meneteki bayinya, dikompres dengan air hangat, dan juga tetap mengosongkan kandung kemihnya.[10]

Kesimpulan

Dari data yang penulis dapat, dan didapatkan dengan kesimpulan yang penulis dapat dari pasien yang bernama Nyonya. A usia 21 tahun, P10001, dengan ketidaknyamanan fisiologis ibu nifas yaitu after pain atau mulas pada bagian perut bawah di BPM Nuril Masrukah

References

1. [1] S. Prawiroharjo, "Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal," in Pelayanan Kesehatan Materanal dan Neonatal, 2013.

2. [2] Y. Widyastuti, Suherni, and E. Marianingsih, "Pengaruh Senam Nifas Terhadap Kecepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri (TFU) Pada primipara Post Partum," *J. Kebidanan dan Keperawatan*, 2013.
3. [3] N. Sri Atik, N. Y. R L Wandal, S. Panti Wilasa Semarang, and A. Mardi Rahayu Kudus, "HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU NIFAS DENGAN PERILAKU KUNJUNGAN NIFAS DI PUSKESMAS KALIWUNGU," *J. Ilm. Kesehat. Ar-Rum Salatiga*, 2020.
4. [4] Manuaba, Ermawati, and L. Evareny, "Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB. Jakarta : EGC," *J. Kesehat. Andalas*, 2014.
5. [5] R. Fatmawati and N. Hidayah, "Gambaran Pola Tidur Ibu Nifas," *J. Infokes*, 2019.
6. [6] D. Maryani and D. Himalaya, "EFEK AROMA TERAPI LAVENDER MENGURANGI NYERI NIFAS," *J. Midwifery*, 2020, doi: 10.37676/jm.v8i1.1028.
7. [7] A. D. Erawati, D. Puspitasari, and O. Cahyaningsih, "Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Tali Pusat di Wilayah Puskesmas Ambarawa Kabupaten Semarang," *J. Ilmu Kesehat. Masy.*, 2020, doi: 10.33221/jikm.v9i01.476.
8. [8] S. Roichana and Y. A. Pratiwi, "Hubungan Senam Nifas, Mobilisasi Dini, dan Tradisi Masa Nifas terhadap Proses Involusi pada Ibu Post Partum," *J. Ilm. Kebidanan Indones.*, 2019, doi: 10.33221/jiki.v7i04.444.
9. [9] H. Muthoharoh, "STUDI PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG TANDA BAHAYA SELAMA MASA NIFAS (Di Desa Pomahan Janggan, Kecamatan Turi, Kabupaten Lamongan 2015)," *J. KEBIDANAN*, 2016, doi: 10.30736/midpro.v8i1.6.
10. [10] Ambarwati, "Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas," *Foreign Aff.*, 2010.