

Yefi Marliandiani
Nyna Puspita Ningrum



Buku Ajar
Asuhan Kebidanan
pada Masa Nifas
dan Menyusui



**Penerbit
Salemba Medika**



Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui

Yefi Marliandiani, S.S.T., M.Kes., Nyna Puspita Ningrum, S.S.T.

Kepala Penerbitan dan Produksi: Catur Sasongko

Supervisor Editor: Aklia Suslia

Copy Editor: Tri Utami

Tata Letak: Basit Abdullah

Desain Sampul: Ferdy Firnaldy



Hak Cipta © 2015 Penerbit Salemba Medika

Jln. Raya Lenteng Agung No. 101

Jagakarsa Jakarta Selatan 12610

Telp. : (021) 781 8616

Faks. : (021) 781 8486

Website : <http://www.penerbitsalemba.com>

E-mail : info@penerbitsalemba.com

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun, baik secara elektronis maupun mekanis, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan menggunakan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penerbit.

UNDANG-UNDANG NOMOR 19 TAHUN 2002 TENTANG HAK CIPTA

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu Ciptaan atau memberi izin untuk itu, dipidana dengan pidana penjara paling lama 7 (**tujuh**) tahun dan/atau denda paling banyak **Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah)**.
2. Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu Ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud di atas, dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (**lima**) tahun dan/atau denda paling banyak **Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)**.

Pengetahuan medis senantiasa berubah. Oleh karena itu, standar tindakan pencegahan serta perubahan dalam perawatan dan terapi wajib diikuti seiring dengan penelitian dan pengalaman klinis baru yang memperluas pengetahuan. Pembaca disarankan untuk memeriksa informasi terbaru yang disediakan oleh produsen masing-masing obat (yang akan diberikan) untuk memverifikasi dosis, metode, dan interval pemberian yang direkomendasikan serta kontraindikasinya. Merupakan tanggung jawab dari praktisi dengan memperhatikan pengalaman dan pengetahuan pasien untuk menentukan dosis dan perawatan terbaik bagi masing-masing pasien. Penerbit maupun penulis tidak bertanggung jawab atas kecelakaan dan/atau kerugian yang dialami seseorang atau sesuatu yang diakibatkan oleh penerbitan buku ini.

Marliandiani, Yefi
Ningrum, Nyna Puspita

Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui/
Yefi Marliandiani, Nyna Puspita Ningrum

—Jakarta: Salemba Medika, 2015

1 jil., 146 hlm., 17 × 24 cm

ISBN 978-602-1163-45-0

1. Kebidanan

1. Judul

2. Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui

II. Yefi Marliandiani, Nyna Puspita Ningrum



Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt., atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan buku ini.

Penulisan buku yang berjudul **Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui** adaptasi kurikulum berbasis kompetensi 2011. Dalam penyusunan buku ini penulis berusaha untuk menyajikan secara ringkas dan mudah mengenai bidang pelayanan kebidanan, khususnya dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas. Buku ini diharapkan dapat membantu menjawab tantangan *MDGs* yang diupayakan untuk dicapai pada tahun 2015, di antaranya adalah meningkatkan kesehatan ibu yakni mengurangi dua pertiga rasio kematian ibu dan mengurangi dua pertiga tingkat kematian anak-anak usia di bawah lima tahun dengan promosi pemberian ASI secara eksklusif.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa buku ini masih memiliki banyak kekurangan, untuk itu penulis berharap kritik dan saran demi perbaikan di masa mendatang.

Semoga buku ini dapat menambah kaidah wacana dalam asuhan pada ibu nifas dan bermanfaat bagi semua yang membacanya.

Surabaya, Juni 2015

Penulis



Daftar Isi

TENTANG PENULIS	III
KATA PENGANTAR	V
UCAPAN TERIMA KASIH	VII
DAFTAR ISI	IX

BAB 1 KONSEP DASAR NIFAS 1

PENGERTIAN MASA NIFAS	2
ASUHAN PADA MASA NIFAS	2
PERAN DAN TANGGUNG JAWAB BIDAN DALAM MASA NIFAS	2
TAHAPAN PEMULIHAN MASA NIFAS	3
KEBIJAKAN PROGRAM NASIONAL MASA NIFAS	3
SOAL LATIHAN KONSEP DASAR MASA NIFAS	5

BAB 2 PERUBAHAN FISIOLOGIS PADA MASA NIFAS 9

PERUBAHAN SISTEM REPRODUKSI	10
PERUBAHAN SISTEM PENCERNAAN	13
PERUBAHAN SISTEM PERKEMIHAN	14
PERUBAHAN SISTEM MUSKULOSKELETAL	14
PERUBAHAN TANDA-TANDA VITAL	15
PERUBAHAN SISTEM KARDIOVASKULAR	15
PERUBAHAN SISTEM HEMATOLOGI	16
PERUBAHAN SISTEM ENDOKRIN	17
SOAL LATIHAN PERUBAHAN FISILOGI PADA MASA NIFAS	17

BAB 3 PERUBAHAN PSIKOLOGIS PADA MASA NIFAS 21

PERUBAHAN PSIKOLOGIS PADA MASA NIFAS	22
POSTPARTUM BLUES	24
KESEDIHAN DAN DUKA CITA	27
SOAL LATIHAN PERUBAHAN PSIKOLOGIS IBU PADA MASA NIFAS	28

BAB 4 FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI MASA NIFAS DAN MENYUSUI 33

KONDISI FISIK DAN PSIKOLOGIS IBU	34
FAKTOR LINGKUNGAN DAN SOSIAL BUDAYA	35
FAKTOR EKONOMI	35
SOAL LATIHAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MASA NIFAS DAN MENYUSUI	35



BAB 5 KEBUTUHAN DASAR IBU PADA MASA NIFAS 37

KEBUTUHAN GIZI	38
AMBULANSI DINI (EARLY AMBULATION)	38
ELIMINASI: BUANG AIR KECIL DAN BESAR	39
KEBERSIHAN DIRI	40
ISTIRAHAT	40
SEKSUAL	41
LATIHAN/SENAM NIFAS	41
SOAL LATIHAN KEBUTUHAN DASAR IBU PADA MASA NIFAS	46

BAB 6 PROSES LAKTASI DAN MENYUSUI 49

ANATOMI DAN FISILOGI PAYUDARA	50
DUKUNGAN BIDAN DALAM PEMBERIAN ASI	53
MANFAAT PEMBERIAN ASI	58
KOMPOSISI GIZI DALAM ASI	59
UPAYA MEMPERBANYAK ASI	62
TANDA BAYI CUKUP ASI	62
ASI EKSKLUSIF	62
CARA MERAWAT PAYUDARA	66
CARA MENYUSUI YANG BENAR	67
CARA MEMBUAT BAYI BESERDAWA	70
MASALAH-MASALAH DALAM PEMBERIAN ASI	71
SOAL LATIHAN PROSES LAKTASI DAN MENYUSUI	81

BAB 7 RESPONS ORANG TUA TERHADAP BAYI BARU LAHIR (BBL) 85

BONDING ATTACHMENT	86
RESPONS AYAH DAN KELUARGA	87
SIBLING RIVALRY	89
SOAL LATIHAN RESPONS ORANG TUA TERHADAP BBL	92

BAB 8 DETEKSI DINI KOMPLIKASI PADA MASA NIFAS DAN PENANGANANNYA 95

PENGERTIAN	96
TUJUAN DETEKSI DINI KOMPLIKASI PADA MASA NIFAS	96
PENDARAHAN PERVAGINAM	96
INFEKSI PADA MASA NIFAS	101
SAKIT KEPALA, NYERI EPIGASTRIK, DAN PENGLIHATAN	105
PEMBENGGAKAN DI WAJAH ATAU EKSTREMITAS	106
DEMAM, MUNTAH, RASA SAKIT WAKTU BERKEMIH	107



PAYUDARA BERUBAH MENJADI MERAH, PANAS, DAN SAKIT	108
KEHILANGAN NAFSU MAKAN UNTUK JANGKA WAKTU YANG LAMA	110
RASA SAKIT, MERAH, DAN PEMBENGKAKAN KAKI	111
MERASA SEDIH ATAU TIDAK MAMPU UNTUK MERAWAT BAYI DAN DIRI SENDIRI	113
SOAL LATIHAN DETEKSI DINI KOMPLIKASI PADA MASA NIFAS DAN PENANGANANNYA	114

LAMPIRAN L-1

DAFTAR PUSTAKA D-1


INDEKS I-1

BAB 1

KONSEP

DASAR

NIFAS



BAB 1

KONSEP DASAR NIFAS

Masa nifas dan menyusui merupakan masa yang krusial bagi seorang ibu. Itu dikarenakan banyaknya adaptasi yang harus dilakukan. Terjadi beberapa perubahan yang tidak bisa dibilang mudah. Selain perubahan peran, ibu juga harus mengalami perubahan fisik dan fisiologis yang juga mengakibatkan perubahan psikologis. Beratnya masa ini membuat banyak Ibu yang gagal dalam melewatinya. Oleh karenanya ibu membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekat, terutama dukungan ayah.

Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui mengupas tentang peran bidan dalam membantu ibu dalam menjalani masa nifas dan menyusui dengan berbagai kendalanya. Buku ini merupakan buku yang ditujukan pada mahasiswa kebidanan dan telah disusun berdasarkan adaptasi kurikulum berbasis kompetensi 2011. Buku ini disajikan secara ringkas dengan dilengkapi soal-soal latihan pada setiap babnya sehingga diharapkan mahasiswa akan lebih mudah memahami asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui.

Selanjutnya, buku ini juga diharapkan dapat membantu menjawab tantangan MDG's yang diupayakan untuk dicapai pada tahun 2015, di antaranya meningkatkan kesehatan ibu dengan mengurangi dua pertiga rasio kematian ibu dan mengurangi dua pertiga tingkat kematian anak-anak usia di bawah lima tahun melalui promosi pemberian ASI secara eksklusif.

Materi yang dibahas dalam buku ini mencakup:

- Bab 1** Konsep Dasar Nifas
- Bab 2** Perubahan Fisiologis pada Masa Nifas
- Bab 3** Perubahan Psikologis pada Masa Nifas
- Bab 4** Faktor-Faktor yang Memengaruhi Masa Nifas dan Menyusui
- Bab 5** Kebutuhan Dasar Ibu pada Masa Nifas
- Bab 6** Proses Laktasi dan Menyusui
- Bab 7** Respons Orang Tua terhadap Bayi Baru Lahir (BBL)
- Bab 8** Deteksi Dini Komplikasi pada Masa Nifas dan Penanganannya



**Penerbit
Salemba Medika**

ISBN: 978-602-1163-45-0



9 786021 116345 0