

2. Pemeriksaan Fisik

- a. Wajah : Tidak *oedema* dan tidak pucat
- b. Konjungtiva : Merah Muda
- c. Sclera : putih
- d. Payudara
 - 1) Pembesaran : ya, simetris kanan dan kiri
 - 2) Puting susu : menonjol
 - 3) Benjolan : tidak ada
 - 4) Pengeluaran : *colostrum*
- e. Palpasi : kontraksi baik, TFU 2 jari di bawah pusat.
- f. Kandung kemih : kosong
- g. Anogenital
 - 1) Pengeluaran pervaginam : *lochea rubra*
 - 2) Perineum : baik, tidak ada laserasi dan hecting
- h. Ekstremitas : -baik, tidak terdapat *oedema*
 -tidak terdapat kemerahan
 -tidak terdapat varises
 -reflek patella (+)
- i. Anus : tidak ada hemoroid

Analisa Data (A)

Diagnosa : P2A1 2 jam *Postpartum*

Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Mengajarkan ibu untuk mobilisasi dini dengan cara ringan seperti miring ke kanan atau ke kiri, menggerakkan kaki, duduk di tepi ranjang dan berjalan di sebelah tempat tidur.
2. Menjelaskan pada ibu tentang rasa mulas yang dirasakannya adalah hal yang normal dikarenakan proses pengembalian Rahim kebentuk semula.
3. Mengajarkan ibu dan mendampingi ibu senam nifas 2 jam postpartum dengan melakukan gerakan relaksasi awal.

4. Memastikan ibu untuk mendapat cukup cairan dengan menganjurkan ibu minum 8 gelas sehari.

2. 6 Jam Postpartum

Anamnesa Oleh : Destiana arabel
 Hari/Tanggal : Sabtu, 08 April 2023
 Waktu : 09.35 WIB

Subjektif (S)

Keluhan : Ibu mengatakan perut masih terasa mulas, sudah BAK

Objektif (O)

1. Pemeriksaan Umum

Keadaan Umum : Baik
 Keasadaran : *composmentis*
 Keadaan emosional : Stabil
 TTV : TD : 120/75 mmHg RR : 22 x/m
 N : 81 x/m S : 36,5°C

2. Pemeriksaan Fisik

1. Wajah : tidak *oedema* dan tidak pucat
2. Konjungtiva : merah Muda
3. Sclera : putih
4. Payudara
 - Pembesaran : ya, simetris kanan dan kiri
 - Puting susu : menonjol
 - Benjolan : tidak ada
 - Pengeluaran : *colostrum*
5. Palpasi : kontraksi baik, TFU 2 jari di bawah Pusat
6. Kandung kemih : kosong
7. Anogenital
 - Pengeluaran pervaginam : *lochea rubra*
 - Perineum : baik, tidak ada laserasi dan hecting

8. Ekstremitas : -baik, tidak terdapat *oedema*
 -tidak terdapat kemerahan
 -tidak terdapat varises
 -reflek patella (+)
9. Anus : tidak ada hemoroid

Analisa Data (A)

Diagnosa : P2A1 6 jam *Postpartum*

Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Menjelaskan pada ibu tentang hasil pemeriksaan dengan semua hasil normal.
2. Menilai adanya tanda-tanda demam, infeksi dan perdarahan.
3. Mengajarkan ibu dan mendampingi ibu senam nifas 6 jam postpartum diawali dengan relaksasi awal selama 10 menit.
4. Memastikan ibu untuk mendapat cukup cairan dengan menganjurkan ibu minum 8-10 gelas sehari.
5. Menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan berserat seperti sayur-sayuran hijau dan buah-buahan.
6. Mengajarkan ibu cara menyusui yang benar.
7. Memberitahu ibu untuk memberikan ASI secara bergantian di kedua payudara.

3. Hari Pertama *Postpartum*

Anamnesa Oleh : Destiana Arabel

Hari/Tanggal : Minggu, 09 April 2023

Waktu : 07.00 WIB

Subjektif (S)

Keluhan : Ibu mengatakan belum BAB, ASI yang keluar belum lancar

Objektif (O)

1. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : baik

Kesadaran : *composmentis*
 Keadaan emosional : stabil
 TTV : TD : 115/75 mmHg RR : 20 x/m
 N : 83 x/m T : 36,6°C

2. Pemeriksaan Fisik

- a. Wajah : tidak *oedema* dan tidak pucat
- b. Konjungtiva : merah muda
- c. Sclera : putih
- d. Payudara
 - Pembesaran : ya, simetris kanan dan kiri
 - Puting susu : menonjol
 - Pengeluaran : ASI
 - Pembesaran : normal
 - Rasa nyeri : tidak ada
- e. Palpasi : Kontraksi baik, TFU 2 jari di bawah pusat.
- f. Kandung kemih : kosong
- g. Anogenital
 - Pengeluaran pervaginam : *lochea rubra*
 - Perineum : baik
- h. Ekstremitas
 - : -baik, tidak terdapat *oedema*
 - tidak terdapat kemerahan
 - tidak terdapat varises
 - reflek patella (+)
- i. Anus : tidak ada hemoroid

Analisa Data (A)

Diagnosa : P2A1 1 hari *Postpartum*
 Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Menjelaskan kepada ibu hasil pemeriksaan meliputi tanda-tanda vital TD : 115/75 mmHg, N : 83 x/m, R : 20 x/m, T : 36.6°C, pembesaran payudara normal kanan kiri dan kolostrum telah keluar, TFU: 2 jari di bawah pusat, pengeluaran pervaginam : *lochea rubra*.

7. Anogenital

Pengeluaran pervaginam : *lochea rubra*

Perineum : baik

8. Ekstremitas

: -baik, tidak terdapat *oedema*

-tidak terdapat kemerahan

-tidak terdapat varises

-reflek patella (+)

9. Anus

: tidak ada hemoroid

Analisa Data (A)

Diagnosa : P2A1 2 hari *Postpartum*

Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Memberikan penjelasan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan bahwa ibu dalam keadaan baik TD : 120/80 mmHg, N : 84 x/m, R : 22 x/m, T : 36,0°C, pengeluaran *lochea rubra*, TFU : 2 jari di bawah pusat.
2. Mengajarkan dan mendampingi ibu senam nifas hari kedua diawali dengan relaksasi awal dilanjutkan dengan melakukan gerakan senam nifas otaria hari kedua dan diakhiri dengan relaksasi akhir.
3. Menganjurkan ibu untuk minum setidaknya 1-2 liter setiap hari atau 8-10 gelas, hal ini berguna untuk memperlancar sirkulasi tubuh, memperlancar ASI dan mencegah terjadinya sembelit.
4. Memberitahu ibu untuk istirahat yang cukup.
5. Menjelaskan pada ibu tentang pentingnya menjaga kebersihan diri, terutama rutin untuk mengganti pembalut, rutin untuk mandi, menjaga kebersihan diri terutama kulit, rambut dan kuku, rutin mencuci tangan setelah beraktivitas terutama sebelum dan sesudah kontak dengan bayi.

5. 3 Hari *Postpartum*

Anamnesa Oleh : Destiana Arabel

Hari/Tanggal : Selasa, 11 April 2023

Waktu : 06.00 WIB

Subjektif (S)

Keluhan : Ibu mengatakan tidak ada keluhan, dan ASI sudah mulai lancar

Objektif (O)

1. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : baik
 Kesadaran : *composmentis*
 Keadaan emosional : stabil
 TTV : TD : 110/75 mmHg RR : 23 x/m
 N : 82 x/m T : 36,6°C

2. Pemeriksaan Fisik

a. Wajah : tidak *oedema* dan tidak pucat
 b. Konjungtiva : Merah muda
 c. Sclera : Putih
 d. Payudara
 Pembesaran : ya, simetris kanan dan kiri
 Puting susu : menonjol
 Pengeluaran : ASI
 Pembengkakan : tidak terjadi pembengkakan
 e. Palpasi : Kontraksi baik, TFU Pertengahan pusat symphysis.
 f. Kandung kemih : kosong
 g. Anogenital
 Pengeluaran pervaginam : *lochea rubra*
 Perineum : baik
 h. Ekstremitas : -baik, tidak terdapat *oedema*
 -tidak terdapat kemerahan
 -tidak terdapat varises
 -reflek patella (+)
 i. Anus : tidak ada hemoroid

Analisa Data (A)

Diagnosa : P2A1 3 hari *Postpartum*

Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Memberikan penjelasan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan bahwa ibu dalam keadaan baik TD : 110/70 mmHg, N : 82 x/m, R : 20 x/m, T : 36,6°C, pengeluaran *lochea rubra*, TFU : Pertengahan pusat symphysis.
2. Mengajarkan dan mendampingi ibu senam nifas hari ketiga diawali dengan relaksasi awal dilanjutkan dengan melakukan gerakan senam nifas otaria hari ketiga dan diakhiri dengan relaksasi akhir.
3. Menganjurkan ibu untuk tetap mendapatkan istirahat yang cukup.

6. 4 Hari Postpartum

Anamnesa Oleh : Destiana Arabel
 Hari/Tanggal : Rabu, 12 April 2023
 Waktu : 07.00 WIB

Subjektif (S)

Keluhan : Ibu mengatakan tidak ada keluhan

Objektif (O)

1. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : baik
 Kesadaran : *composmentis*
 Keadaan emosional : stabil
 TTV : TD : 115/70 mmHg RR : 25 x/m
 N : 80 x/m S : 36,4°C

2. Pemeriksaan Fisik

- a. Wajah : tidak *oedema* dan tidak pucat
- b. Konjungtiva : merah muda
- c. Sclera : putih
- d. Payudara
- e. Pembesaran : ya, simetris kanan dan kiri
- f. Puting susu : menonjol
- g. Pengeluaran : ASI
- h. Pembengkakan : Tidak ada
- i. Palpasi : Kontraksi baik, TFU Pertengahan pusat symphysis

- j. Kandung kemih : kosong
- k. Anogenital
Pengeluaran pervaginam : *lochea rubra*
- l. Perineum : baik
- m. Ektremitas : -baik, tidak terdapat *oedema*
-tidak terdapat kemerahan
-tidak terdapat varises
-reflek patella (+)
- n. Anus : tidak ada hemoroid

Analisa Data (A)

Diagnosa : P2A1 4 hari *Postpartum*

Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Memberikan penjelasan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan bahwa ibu dalam keadaan baik TD : 115/70 mmHg, N : 80 x/m, R : 25 x/m, T : 36,4°C, pengeluaran *lochea rubra*, TFU : Pertengahan pusat symphysis.
2. Mengajarkan dan mendampingi ibu senam nifas hari keempat diawali dengan relaksasi awal dilanjutkan dengan melakukan gerakan senam nifas otaria hari keempat dan diakhiri dengan relaksasi akhir.
3. Tetap sarankan ibu untuk makan buah dan sayur serta istirahat yang cukup.

7. 5 Hari *Postpartum*

Anamnesa Oleh : Destiana Arabel

Hari/Tanggal : Kamis. 13 April 2023

Waktu : 08.00 WIB

Subjektif (S)

Keluhan : Ibu mengatakan tidak ada keluhan

Objektif (O)

1. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : baik
 Kesadaran : *composmentis*
 Keadaan emosional : stabil

TTV : TD : 110/80 mmHg RR : 23 x/m
 N : 83 x/m S : 36,6°C

2. Pemeriksaan Fisik

- a. Wajah : tidak *oedema* dan tidak pucat
- b. Konjungtiva : merah muda
- c. Sclera : putih
- d. Payudara
 - Pembesaran : ya, simetris kanan dan kiri
 - Puting susu : menonjol
 - Pengeluaran : ASI
 - Pembengkakan : tidak ada
 - Palpasi : Kontraksi baik, TFU 2 jari di atas simpisis
- e. Kandung kemih : kosong
- f. Anogenital
 - Pengeluaran pervaginam : *lochea sanguinolenta*
 - Perineum : baik
- g. Ekstremitas : -baik, tidak terdapat *oedema*
 -tidak terdapat kemerahan
 -tidak terdapat varises
 -reflek patella (+)
- h. Anus : tidak ada hemoroid

Analisa Data (A)

Diagnosa : P2A1 5 hari *Postpartum*
 Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Memberikan penjelasan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan bahwa ibu dalam keadaan baik TD : 110/80 mmHg, N : 83 x/m, R : 23 x/m, T : 36,6°C, pengeluaran *lochea sanguinolenta*, TFU : 2 jari di atas simpisis.

2. Mengajarkan dan mendampingi ibu senam nifas hari kelima diawali dengan relaksasi awal dilanjutkan dengan melakukan gerakan senam nifas otaria hari kelima dan diakhiri dengan relaksasi akhir.
3. Mengajarkan ibu untuk banyak makan sayur dan buah.
4. Mengajarkan ibu untuk minum setidaknya 1-2 liter setiap hari atau 8-10 gelas, hal ini berguna untuk memperlancar ASI dan mencegah terjadinya sembelit.
5. Memberitahu ibu untuk istirahat yang cukup.
6. Memberitahu ibu untuk tetap selalu menjaga kebersihan.

8. 6 Hari *Postpartum*

Anamnesa Oleh : Destiana Arabel
 Hari/Tanggal : Jumat, 14 April 2023
 Waktu : 06.30 WIB

Subjektif (S)

Keluhan : Ibu mengatakan tidak ada keluhan

Objektif (O)

1. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : baik
 Kesadaran : *composmentis*
 Keadaan emosional : stabil
 TTV : TD : 125/70 mmHg RR : 25 x/m
 N : 83 x/m S : 36,5°C

2. Pemeriksaan Fisik

a. Wajah : tidak *oedema* dan tidak pucat
 b. Konjungtiva : merah muda
 c. Sclera : putih
 d. Payudara
 Pembesaran : ya, simetris kanan dan kiri
 Puting susu : menonjol
 Pengeluaran : ASI
 Pembengkakan : tidak terjadi pembengkakan

- e. Palpasi : Kontraksi baik, TFU 2 jari diatas symphysis.
- f. Kandung kemih : kosong
- g. Anogenital
 Pengeluaran pervaginam : *lochea sanguinolenta*
 Perineum : baik
- h. Ekstremitas : -baik, tidak terdapat *oedema*
 -tidak terdapat kemerahan
 -tidak terdapat varises
 -reflek patella (+)
- i. Anus : tidak ada hemoroid

Analisa Data (A)

- Diagnosa : P2A1 6 hari *Postpartum*
 Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Memberikan penjelasan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan bahwa ibu dalam keadaan baik TD : 125/70 mmHg, N : 83 x/m, R : 25 x/m, T : 36,5°C, pengeluaran *lochea sanguinolenta*, TFU : 2 jari diatas symphysis.
2. Mengajarkan ibu dan mendampingi ibu melakukan senam nifas hari keenam diawali dengan relaksasi awal dilanjutkan dengan melakukan gerakan senam nifas otaria hari keenam dan diakhiri dengan relaksasi akhir.
3. Menganjurkan ibu untuk banyak makan buah dan sayur, serta istirahat yang cukup.
4. Memberitahu ibu untuk tetap selalu menjaga kebersihan.

C. 7 Hari *Postpartum*

- Anamnesa Oleh : Destiana Arabel
 Hari/Tanggal : Sabtu, 15 April 2023
 Waktu : 07.00 WIB

Analisa Data (A)

Diagnosa : P2A1 7 hari *Postpartum*
 Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Memberikan penjelasan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan bahwa ibu dalam keadaan baik TD : 110/80 mmHg, N : 82 x/m, R : 20 x/m, T : 36,3°C, pengeluaran *lochea sanguinolenta*, TFU : tidak teraba.
2. Mengajarkan dan mendampingi melakukan ibu senam nifas hari ketujuh
3. Menganjurkan ibu untuk banyak makan buah dan sayur, serta istirahat yang cukup.
4. Memberitahu ibu untuk tetap selalu menjaga kebersihan.
5. Menganjurkan ibu untuk selalu cuci tangan.
6. Mengevaluasi senam nifas yang telah diajarkan dari hari pertama sampai hari ketujuh.
7. Ibu senang dengan kondisi tubuhnya yang semakin pulih.
8. Tetap menjelaskan pada ibu untuk sering menyusui bayinya minimal 2-3 jam sekali.
9. Meminta ibu untuk segera mendatangi tenaga Kesehatan terdekat bila terjadi tanda bahaya masa nifas.

10. 10 hari *Postpartum*

Anamnesa Oleh : Destiana Arabel
 Hari/Tanggal : 22 April 2023
 Waktu : 06.00 WIB

Subjektif (S)

Keluhan utama : Ibu mengatakan bahwa keadaannya sudah pulih kembali, tidak ada keluhan dan mengatakan sudah bisa mengurus bayinya seperti memandikannya sendiri.

Objektif (O)

1. Pemeriksaan Umum

Keadaan Umum	: baik	
Keadaan emosional	: stabil	
TTV	: TD : 120/80 mmHg	RR : 22 x/m
	N : 83 x/m	T : 36°C

2. Pemeriksaan Fisik

a. Kepala

Rambut	: bersih tidak berketombe
Warna	: hitam
Kekuatan akar	: kuat, tidak rontok

b. Muka : tidak ada *oedema*

Kelopak mata : simetris

Konjungtiva : merah muda

Sclera : putih

c. Leher : Normal, tidak ada pembengkakan

d. Dada

Payudara : simetris, kanan dan kiri

Pembesaran : normal

Putting susu : menonjol

Pengeluaran : ASI

Rasa nyeri : tidak ada

e. Abdomen

Kontraksi uterus : baik

TFU : tidak teraba

Benjolan : tidak ada

Kandung kemih : kosong

f. Ekstremitas : -baik, tidak terdapat *oedema*

-tidak terdapat kemerahan

-tidak terdapat varises

-reflek patella (+)

- g. Anogenital
Perineum : Tidak terdapat laserasi
Pengeluaran : *lochea serosa*

Analisa (A)

- Diagnosa : Ibu P2A1 dengan *post partum* 14 hari normal
Masalah : Tidak ada masalah

Penatalaksanaan (P)

1. Menjelaskan hasil pemeriksaan TTV pada ibu TD : 120/80 mmHg, N : 83x/m, R : 22 x/m, T : 36°C saat ini keadaannya normal dan baik, pemulihan ibu setelah melahirkan sangat baik.
2. Mengingatkan kepada ibu untuk sering menyusui bayinya minimal 2-3 jam sekali agar bayi tidak mengalami dehidrasi atau sesuai kebutuhan bayi dan memberikan ASI secara bergantian di kedua payudara.
3. Melakukan senam nifas otaria mengulang dari gerakan hari pertama sampai gerakan hari ketujuh
4. Menganjurkan ibu untuk tetap memberikan ASI eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan.
5. Mengingatkan ibu untuk mengkonsumsi makanan sesuai kebutuhan seperti makanan yang bergizi tinggi, tinggi kalori, tinggi protein, dan banyak mengandung cairan karena kalori bagus untuk proses metabolisme tubuh, kerja organ tubuh, proses pembentukan ASI seperti sayur-sayuran hijau yaitu daun katu, bayam, serta buah-buahan dan ikan segar.
6. Memberitahu ibu untuk istirahat yang cukup, dengan cara ketika bayi tidur ibu ikut tidur.
7. Menganjurkan kepada ibu agar ibu tetap menjaga personal hygiene dirinya dan bayinya.
8. Memberitahu ibu dan keluarga jika ada masalah pada ibu atau bayi agar segera di tempat Kesehatan terdekat.