

BAB III

ASUHAN KEBIDANAN NIFAS FISILOGIS PADA Ny.Y

A. Kunjungan Awal

Tempat pengkajian : Klinik Mitra Keluarga Medika

Tanggal pengkajian : 19 Januari 2021

Jam pengkajian : 08.00 WIB

Pengkaji : Siti Uswathun Hasanah

1. Data Subyektif

a. Identitas / Biodata

Nama : Ny.Y

Nama Suami : Tn.A

Umur : 28 tahun

Umur : 36 tahun

Agama : Islam

Agama : Islam

Pendidikan: SMA

Pendidikan : Perguruan tinggi

Pekerjaan : IRT

Pekerjaan : Wiraswasta

Alamat : Kagungan dalam

Alamat : Kagungan dalam

Gol.darah : B+

b. Anamnesa Pada Tanggal 19 Januari 2021 Pukul 01.00 WIB

1) Keluhan Utama

Ibu mengatakan masih merasa mulas pada perutnya

2) Riwayat perkawinan

Perkawinan ke-1

Usia saat kawin : 20 tahun

Lama perkawinan : 8 tahun

3) Riwayat persalinan

Riwayat ibu bersalin spontan pervaginam pada tanggal 19 Januari 2021 di Klinik Mitra Keluarga Medika

Lama persalinan	Jumlah Perdarahan
Kala I : 2 jam	Kala I : 0 cc
Kala II : 25 menit	Kala II : 50 cc
Kala III : 10 menit	Kala III : 150 cc
Kala IV : 2 jam	Kala IV : 50 cc

4) Riwayat ANC

TM I : 2x ANC
 Keluhan : mual tanpa disertai muntah

TM 2 : 2x ANC
 Keluhan : tidak ada keluhan

TM 3 : 3x ANC
 Keluhan : sering BAK

5) Riwayat Penyakit/Operasi yang lalu

Tidak memiliki penyakit serius, dan tidak memiliki riwayat operasi.

6) Riwayat yang berhubungan dengan masalah kespro

Tidak memiliki gangguan kespro

7) Riwayat Penyakit keluarga

Tidak memiliki penyakit keturunan

8) Pola kebutuhan dasar nifas

Nutrisi : sudah makan 1 piring nasi, 1 mangkok sayur, lauk ikan gabus, 1 buah pisang ambon,

minum \pm 5 gelas air mineral, dan 1 gelas teh hangat

Eliminasi : sudah BAK 2x namun belum BAB

Istirahat : sudah dapat istirahat dan tidur beberapa jam

Mobilisasi : sudah dapat miring kanan, kiri, duduk, berjalan ke kamar mandi

Personal Hygiene : ibu mandi sehari 2x hanya di elap elap saja

9) Riwayat Menyusui

Ibu mengatakan setelah bayi lahir lalu dilakukan IMD selama 1 jam, bayi dapat menemukan puting ibu sendiri tanpa bantuan. Bayi sudah menyusu sebanyak 3 kali selama \pm 15 menit.

10) Keadaan Psikososial

Ibu mengatakan senang atas kelahiran anak keduanya.

2. Data Obyektif

a. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : Baik

TD : 120/70mmHg

N : 82 x/menit

P : 20 x/menit

S : 36,5°C

BB : 60 kg

TB : 160 cm

IMT : 37,5 kg/m²

LILA : 30 cm

b. Pemeriksaan fisik

Kepala dan wajah : simetris, tidak ada benjolan

Leher : tidak ada pembesaran kelenjar tyroid

Payudara : simetris, tidak terdapat benjolan, puting susu menonjol, colostrum sudah keluar sedikit, keadaan payudara bersih

Abdomen : konteraksi uterus baik, TFU 2 jari dibawah pusat, konsistensi keras

Genital : terdapat luka laserasi derajat 2 (sudah dijahit), tidak ada oedema, pengeluaran darah \pm 240 ml

Ekstremitas : tidak terdapat oedema atau varises

3. Analisis Data

a. Diagnosa : P₂A₀ usia 28 tahun 6 jam post partum normal

b. Masalah : Tidak ada masalah

c. Kolaborasi: Tidak ada

4. Penatalaksanaan

Tabel 5
Lembar Implementasi Kunjungan Awal

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu Tgl/Jam	Tindakan	Paraf	Waktu Tgl/Jam	Evaluasi Tindakan	Paraf
Jelaskan hasil pemeriksaan kepada ibu	Selasa, 19-01-2021 Pukul 12.00 WIB	Menjelaskan kepada ibu dan keluarga bahwa kondisi ibu baik. a. TD : 120/70 mmhg b. N : 82x/m c. RR : 20x/m d. S : 36,5 °C e. TFU : 2 jari dibawah pusat	Siti	Selasa, 19-01-2021 Pukul 12.10 WIB	Ibu mengetahui kondisi dan hasil pemeriksaannya	Siti
Kaji involusi uterus dan jelaskan pada ibu mengenai involusi uterus	12.10 WIB	Mengkaji involusi uterus, di dapatkan uterus berkontraksi dengan baik. Menjelaskan kepada ibu bahwa keluhan rasa mulas yang ibu alami merupakan hal yang normal, karena rahim yang keras dan mulas berarti rahim sedang berkontraksi yang dapat mencegah terjadinya perdarahan pada masa nifas	Siti	13.00 WIB	Ibu mengetahui bahwa rasa mulas yang ibu rasakan merupakan hal normal	Siti
Estimasi perdarahan	13.01 WIB	Menilai perdarahan		13.15 WIB	Warna darah merah, tidak ada perdarahan berlebih.	

			Siti			Siti
Edukasi tentang pemberian ASI	13.31 WIB	Menganjurkan ibu untuk memberikan ASI awal pada bayi, dan juga memberikan ASI secara eksklusif. Yaitu pemberian ASI dari 0-6 bulan tanpa ada makanan pendamping ASI. Memberitahu kepada ibu jadwal pemberian ASI yaitu ASI diberikan setiap 2 jam sekali atau setiap bayi menangis	Siti	14.30 WIB	Ibu telah memberikan ASI awal pada bayi	Siti
Lakukan perawatan perineum	14.31 WIB	Melakukan perawatan luka perineum pada daerah genitalia dan sekitarnya dengan cara membersihkan terlebih dahulu daerah luka kemudian menggunakan air hangat atau air bersih dan kassa steril	Siti	15.00 WIB	Perineum telah dibersihkan menggunakan air bersih dan juga menggunakan kassa steril	Siti
Edukasi tanda bahaya pada masa nifas	15.01 WIB	Memberitahu kepada ibu tanda-tanda bahaya pada masa nifas seperti pengeluaran lochea berbau, demam, nyeri perut berat, kelelahan atau sesak, bengkak pada tangan, wajah dan tungkai, sakit kepala hebat, pandangan kabur, nyeri pada payudara. Apabila ditemukan tanda bahaya seperti yang dijelaskan, segera ke petugas kesehatan	Siti	16.00 WIB	Ibu mengetahui tanda bahaya masa nifas, dan bersedia ke petugas kesehatan	Siti
Pemberian tablet Fe	16.01 WIB	Memberikan ibu 10 tablet Fe untuk mencegah anemia pada masa nifas. Menganjurkan ibu untuk meminum tablet Fe 1 tablet/hari.	Siti	21.00 WIB	Ibu telah meminum 1 tablet Fe (inbion: Fe 250 mg, Magnesium Sulfate	Siti

					200 mcg, copper sulfate 200 mcg, vit.C 50 mg, Folic Acid 1 mg, vit.B12 7,5 mcg, surbitol 25 mg)	
--	--	--	--	--	---	--

B. CATATAN PERKEMBANGAN I

Tempat Pengkajian : Klinik Mitra Keluarga Medika

Tanggal Pengkajian : 20 Januari 2021

Jam Pengkajian : 10.00 WIB

Pengkaji : Siti Uswathun Hasanah

1. Data Subyektif

Ibu sudah BAK dan bayi menyusu walau ASI masih sedikit.

2. Data Obyektif

- a. Keadaan umum ibu baik
- b. Kesadaran composmentis
- c. Tanda-tanda vital
- d. TD : 110/ 70 mmHg
N : 80x/menit
S : 36,3^oC
RR : 20x/menit
- e. Abdomen TFU 2 jari di bawah pusat
- f. Genetalia tampak pengeluaran lochia rubra

3. Assesment

- a. Diagnosa : P₂ A₀ post partum 1 hari normal
- b. Masalah : Tidak ada masalah
- c. Kolaborasi : Tidak ada

4. Penatalaksanaan

Tabel 6
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan I

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu Tgl/Jam	Tindakan	Paraf	Waktu Tgl/Jam	Evaluasi Tindakan	Paraf
Jelaskan hasil pemeriksaan kepada ibu	Rabu, 20 Januari 2021 Pukul 10.00 WIB	Menjelaskan kepada ibu dan keluarga bahwa kondisi ibu baik. a. TD : 110/70 mmhg b. N : 80x/m c. RR : 20x/m d. S : 36,3 °C e. TFU : 2 jari dibawah pusat f. Kontraksi uterus : Baik	Siti	Rabu, 20 Januari 2021 Pukul 10.15 WIB	Ibu mengetahui kondisi dan hasil pemeriksaannya	Siti
Kaji kembali involusi uterus	10.16 WIB	Mengkaji kembali involusi uterus di dapati uterus berkontraksi dengan baik	Siti	10.30 WIB	Ibu mengetahui involusi uteri berjalan normal	Siti
Periksa kembali perdarahan	10.31 WIB	Memeriksa kembali perdarahan di dapati perdarahan berwarna merah kehitaman dan pengeluaran yang tidak berlebihan.	Siti	11.00 WIB	Ibu mengetahui hasil pemeriksaan	Siti
Beikan Vitamin A yang kedua pada ibu	11.01 WIB	Memberikan Vitamin A yang kedua pada ibu untuk memperoleh kualitas ASI sehingga dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan mempercepat proses	Siti	11.30 WIB	Ibu telah mengonsumsi Vitamin A (200.000 unit) yang di berikan	Siti

		pemulihan saat melahirkan				
Ingatkan ibu kembali tentang pemberian ASI	11.31 WIB	Mengingatkan kembali pada ibu tentang pemberian ASI yaitu ASI diberikan setiap 2 jam sekali atau setiap bayi menangis	Siti	13.00 WIB	Ibu telah menyusui anaknya	Siti
Lakukan perawatan luka perineum	13.01 WIB	Melakukan perawatan luka perineum pada daerah genetalia dan sekitarnya dengan cara membersihkan terlebih dahulu daerah luka kemudian menggunakan air hangat atau air bersih dan kassa steril	Siti	15.00 WIB	Perineum telah dibersihkan menggunakan air bersih dan juga menggunakan kassa steril	Siti
Sepakati kunjungan ulang	15.01 WIB	Mendiskusikan waktu kunjungan ulang	Siti	15.10 WIB	Ibu sepakat melakukan kunjungan ulang pada tanggal 22 januari 2021	Siti

C. CATATAN PERKEMBANGAN II

Tempat Pengkajian : Klinik Mitra Keluarga Medika

Tanggal Pengkajian : 22 Januari 2021

Jam Pengkajian : 10.00 WIB

Pengkaji : Siti Uswathun Hasanah

1. Data Subyektif

Sudah BAB dan ASI lancar

2. Data Obyektif

a. Keadaan umum ibu baik

b. Kesadaran composmentis

c. Tanda-tanda vital

TD : 120/ 70 mmHg

N : 82x/menit

S : 36,4^oC

RR : 20x/menit

d. Abdomen TFU teraba 2 jari di bawah pusat, tidak ada nyeri tekan pada bagian bawah perut

e. Genetalia tampak Pengeluaran lokia sanguilenta

3. Assesment

a. Diagnosa : P₂ A₀ post partum 3 hari normal

b. Masalah : Tidak ada masalah

c. Kolaborasi : Tidak ada

4. Penatalaksanaan

Tabel 7
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan II

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu Tgl/Jam	Tindakan	Paraf	Waktu Tgl/Jam	Evaluasi Tindakan	Paraf
Jelaskan hasil pemeriksaan kepada ibu	Jum'at, 22 januari 2021 Pukul 10.00 WIB	Menjelaskan kepada ibu dan keluarga bahwa kondisi ibu baik. a. TD: 120/70 mmhg b. N : 82x/m c. RR: 20x/m d. S : 36,4 °C	Siti	Jum'at, 22 januari 2021 Pukul 10.15 WIB	Ibu mengetahui kondisi dan hasil pemeriksaannya	Siti
Kaji involusi uterus	10.16 WIB	Mengkaji involusi uterus, didapati uterus berkontraksi dengan baik, tinggi fundus uteri 2 jari di bawah pusat, dan tidak ada perdarahan abnormal.	Siti	10.30 WIB	Ibu mengetahui involusi uterusnya berjalan dengan baik	Siti
Pastikan bayi sudah bisa menyusu tanpa kesulitan	10.31 WIB	Memastikan bahwa bayi sudah bisa menyusu tanpa adanya kesulitan dalam menyusu, lalu mengajarkan ibu tentang teknik menyusui yang benar yaitu dagu bayi menempel pada payudara ibu, mulut bayi terbuka lebar dan sampai menutupi areola mammae. Seluruh badan bayi tersanggah dengan baik dan berada dalam satu garis lurus.	Siti	11.30 WIB	Bayi dapat menyusu tanpa kesulitan, dan ibu dapat menerapkan teknik menyusui yang benar	Siti
Edukasi ibu tentang asuhan	11.31 WIB	Menedukasi ibu tentang asuhan pada bayi berupa perawatan tali pusat yaitu dengan menjaga tali		12.00 WIB	Ibu mengerti dan akan melakukan	

pada bayi		pusat tetap kering dan membungkus tali pusat dengan kassa steril	Siti		perawatan tali pusat	Siti
Nilai tanda-tanda infeksi	12.01 WIB	Melakukan penilaian pada ibu tentang adanya tanda-tanda demam, infeksi, atau perdarahan abnormal	Siti	12.30 WIB	Tidak ditemukan adanya tanda-tanda infeksi	Siti
Anjurkan ibu untuk tetap makan makanan yang bergizi	12.31 WIB	Menganjurkan ibu untuk tetap makan dengan makanan yang tinggi protein seperti ikan khususnya ikan gabus, daging, dan telur. Yang tinggi kalori seperti bayam, buncis, kacang-kacangan dan sayur hijau lainnya. Serta menganjurkan ibu untuk banyak mengonsumsi air mineral minimal 2 liter sehari atau 8-10 gelas/hari	Siti	13.30 WIB	Ibu telah makan siang 1 piring nasi dengan lauk ayam kampung, sayur bayam, dan 1 buah apel.	Siti
Anjurkan ibu untuk istirahat yang cukup	13.31 WIB	Menganjurkan ibu untuk istirahat disaat bayi sedang tidur	Siti	14.00 WIB	Ibu bersedia mengikuti anjuran yang diberikan	Siti
Lakukan perawatan luka perineum	14.01 WIB	Melakukan perawatan luka perineum pada daerah genitalia dan sekitarnya dengan cara membersihkan terlebih dahulu daerah luka kemudian menggunakan air hangat atau air bersih dan kassa steril	Siti	15.00 WIB	Perawatan luka telah dilakukan tampak jahitan rapat	Siti
Sepakati kunjungan ulang	15.01 WIB	Mendiskusikan waktu kunjungan ulang		15.15 WIB	Ibu sepakat untuk melakukan kunjungan ulang pada tanggal 25	

			Siti		januari 2021	Siti
--	--	--	------	--	--------------	------

D. CATATAN PERKEMBANGAN III

Tempat Pengkajian : Klinik Mitra Keluarga Medika

Tanggal Pengkajian : 25 Januari 2021

Jam Pengkajian : 10.00 WIB

Pengkaji : Siti Uswathun Hasanah

Kunjungan ibu postpartum hari ke-6

1. Data Subyektif

Ibu sudah melakukan aktivitas seperti biasanya secara perlahan

2. Data Obyektif

- a. Keadaan umum ibu baik
- b. Kesadaran composmentis
- c. Tanda-tanda vital

TD : 110/ 70 mmHg

N : 82x/menit

S : 36,5^oC

RR : 20x/menit

TFU : teraba setengah pusat symphysis

- d. Genetalia tampak pengeluaran lochia serosa

3. Assesment

- a. Diagnosa : P₂ A₀ post partum 6 hari normal
- b. Masalah : Tidak ada masalah
- c. Kolaborasi : Tidak ada

4. Penaktalaksanaan

Tabel 8
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan III

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu Tgl/Jam	Tindakan	Paraf	Waktu Tgl/Jam	Evaluasi Tindakan	Paraf
Jelaskan hasil pemeriksaan kepada ibu	Senin, 25-01-2021 Pukul 10.00 WIB	Menjelaskan kepada ibu dan keluarga bahwa kondisi ibu baik. a. TD : 110/70 mmhg b. N : 82x/m c. RR : 20x/m d. S : 36,5 °C e. TFU : pertengahan simpisis dengan pusat f. Kontraksi uterus: Baik	Siti	Senin, 25-01-2021 Pukul 10.15 WIB	Ibu mengetahui kondisi dan hasil pemeriksaannya.	Siti
Ingatkan ibu kembali tentang perawatan tali pusat pada bayi	10.16 WIB	Mengingatkan kembali pada ibu mengenai perawatan tali pusat yaitu dengan menjaga tali pusat tetap kering dan membungkus tali pusat dengan kassa steril	Siti	10.30 WIB	Ibu mengerti dan akan melakukan perawatan tali pusat	Siti
Mengingatkan ibu kembali untuk tetap makan makanan yang bergizi	10.31 WIB	Mengingatkan ibu kembali untuk tetap makan dengan makanan yang tinggi protein seperti ikan khususnya ikan gabus, daging, dan telur. Yang tinggi kalori seperti bayam, buncis,	Siti	11.00 WIB	Ibu sudah makan pagi 1 piring nasi dengan lauk ikan gabus dan sayur buncis	Siti

		<p>kacang-kacangan dan sayur hijau lainnya.</p> <p>Serta menganjurkan ibu untuk banyak mengonsumsi air mineral minimal 8-10 gelas/hari</p>				
Anjurkan ibu untuk senam kegels	11.01 WIB	<p>Menganjurkan ibu untuk latihan kegels yaitu latihan otot dasar panggul sebagai berikut :</p> <p>a. Latihan penguatan otot perut Latihan panggul:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Tidur berbaring diatas punggung dengan kedua lutut di bengkokkan. 2) Kencangkan otot perut dan otot bokong 3) Angkat panggul keatas 4) Tekan punggung dasar Kasur, sambil ambil nafas 5) Relaks dan keluarkan nafas ulangi sampai 3-5 kali. <p>b. Latihan pernafasan perut</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Tidur terlentang diatas permukaan yang nyaman, dengan kedua lutut di bengkokkan dengan diganjal bantal kecil. 2) Relaks senyaman mungkin, jatuhkan badan ke permukaan Kasur 	Siti	11.30 WIB	Ibu melakukan senam kegels	Siti

		<p>3) Letakkan kedua tangan pada perut, tutup mata dan mulai perhatikan irama nafas. Rasakan kedua tangan naik ketika mengeluarkan nafas.</p> <p>4) Ambil nafas, perut dan tangan naik keatas, tegangkan otot perut keluar. Tahan, sampai hitungan ke 5.</p> <p>5) Keluarkan nafas, perut dan tangan turun kebawah, otot perut naik kedalam, tahan sampai hitungan ke</p> <p>6) Ulangi sampai 3-5 kali.</p>				
Lakukan perawatan luka perineum	11.31 WIB	Melakukan perawatan luka perineum pada daerah genetalia dan sekitarnya dengan cara membersihkan terlebih dahulu daerah luka kemudian menggunakan air hangat atau air bersih dan kassa steril	Siti	15.00 WIB	Perineum telah dibersihkan menggunakan air bersih dan juga kassa steril, nampak jahitan rapat dan kering	Siti
Sepakati kunjungan ulang	15.01 WIB	Mendiskusikan waktu kunjungan ulang	Siti	15.10 WIB	Ibu sepakat melakukan kunjungan ulang pada tanggal 2 februari 2021	Siti

E. CATATAN PERKEMBANGAN IV

Tempat Pengkajian : Klinik Mitra Keluarga Medika

Tanggal Pengkajian : 2 Februari 2021

Jam Pengkajian : 10.00 WIB

Pengkaji : Siti Uswathun Hasanah

Kunjungan ibu postpartum hari ke 14

1. Data Subyektif

ASI sudah keluar/lancar

2. Data Obyektif

a. Keadaan umum ibu baik

b. Kesadaran composmentis

c. Tanda-tanda vital

TD : 120/ 80 mmHg

N : 80x/menit

S : 36,4^oC

RR : 20x/menit

d. Abdomen TFU tidak teraba diatas simfisis

e. Pengeluaran lokia alba

3. Assesment

a. Diagnosa : P₂ A₀ post partum 14 hari normal

b. Masalah : Tidak ada masalah

c. Kolaborasi : Tidak ada

4. Penatalaksanaan

Tabel 9
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan IV

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu Tgl/Jam	Tindakan	Paraf	Waktu Tgl/Jam	Evaluasi Tindakan	Paraf
Jelaskan hasil pemeriksaan kepada ibu	Rabu, 02-02-2021 Pukul 10.00 WIB	Menjelaskan kepada ibu dan keluarga bahwa kondisi ibu baik. a. TD : 120/80 mmhg b. N : 80x/m c. RR : 20x/m d. S : 36,4°C e. TFU : tidak teraba diatas simfisis f. Kontraksi uterus: Baik	Siti	Rabu, 02-02-2021 Pukul 10.15 WIB	Ibu mengetahui kondisi dan hasil pemeriksaannya	Siti
Anjurkan ibu untuk tetap makan makanan yang bergizi	10.16 WIB	Menganjurkan ibu untuk tetap makan dengan makanan yang tinggi protein seperti ikan khususnya ikan gabus, daging, dan telur. Yang tinggi kalori seperti bayam, buncis, kacang-kacangan dan sayur hijau lainnya. Serta menganjurkan ibu untuk banyak mengonsumsi air mineral minimal 8-10 gelas/hari	Siti	10.30 WIB	Ibu sudah makan pagi dengan 1 piring nasi dengan lauk 2 telur rebus dan 1 mangkuk sayur kangkung	Siti
Anjurkan dan ajarkan perawatan	10.31 WIB	Menganjurkan dan mengajarkan ibu tentang		11.15 WIB	Perawatan payudara telah	

payudara		<p>perawatan payudara.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pencegahan infeksi sebelum tindakan Kedua tangan di cuci di kran atau air mengalir sebelum melakukan tindakan dan di keringkan. 2. Perawatan payudara <ol style="list-style-type: none"> a. Berikan kompres baby oil selama 2-5 menit. b. Bersihkan puting susu dari kotoran secara perlahan-lahan. c. Oleskan minyak baby oil pada kedua tangan pemeriksa. d. Tempatkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara Lakukan pengurutan dimulai kearah keatas, lalu telapak tangan kiri kearah sisi kiri dan telapak kanan kearah sisi kanan. Lakukan terus pengurutan keatas, kesamping, dan kebawah ulangi masing-masing 20-30 gerakan untuk tiap-tiap payudara. e. Sangga payudara dengan tangan kiri kemudian tangan kanan dengan 	Siti		dilakukan	Siti
----------	--	---	------	--	-----------	------

		<p>menggunakan 3 jari di rapatkan melakukan pengurutan dengan gerakan secara memutar/ sirkuler dari pangkal payudara menuju areola pada payudara kanan dan kiri.</p> <p>f. Sangga payudara dengan tangan kanan kemudian tangan kiri dengan 4 jari dirapatkan dengan menggunakan jari kelingking menekan dengan kuat kedepan menuju areola pada payudara kanan dan kiri.</p> <p>g. Kompres payudara kanan dan kiri dengan kompres dingin secara bergantian sebanyak 5 langkah di akhiri dengan kompres hangat. (kompres hangat selama 2 menit, kompres dingin selama 1 menit).</p> <p>h. Keringkan payudara dengan handuk yang bersih dan kering.</p> <p>i. Setelah tindakan selesai, cuci tangan kembali.</p>				
Edukasi tentang perawatan perineum	11.16 WIB	<p>Mengedukasi tentang :</p> <p>a. Perawatan ibu perawatan luka perineum</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Jaga kebersihan area genitalia 2) Selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah membersihkan vulva 3) Bersihkan vulva dengan cara memebersihkan perineum terlebih 	Siti	12.00 WIB	Ibu telah melakukan perawatan perineum di rumah	Siti

		<p>dahulu, baru kemudian keingkan menggunakan kain bersih atau tisu. Bersihkan vulva setiap kali BAK atau BAB untuk menghindari infeksi pada luka jahitan.</p> <p>4) Tidak menyentuh area luka, untuk menghindari terjadinya infeksi.</p> <p>b. Personal hygiene hal tersebut membantu mengurangi terjadinya infeksi dan meningkatkan perasaan nyaman pada diri.</p> <p>1) Mengganti pembalut minimal 4-6 jam dalam sehari atau 2 kali sehari minimal.</p> <p>2) Mandi 2x sehari</p> <p>3) Mengganti pakaian dalam jika basah atau sesering mungkin</p>				
Anjurkan kembali pada ibu untuk melakukan senam kegels	12.01 WIB	<p>Menganjurkan ibu untuk latihan kegels yaitu latihan otot dasar panggul sebagai berikut :</p> <p>a. Latihan penguatan otot perut Latihan panggul:</p> <p>1) Tidur berbaring diatas punggung dengan kedua lutut di bengkokkan.</p> <p>2) Kencangkan otot perut dan otot bokong</p> <p>3) Angkat panggul keatas</p> <p>4) Tekan punggung dasar Kasur, sambil ambil nafas</p>	Siti	12.30 WIB	Ibu telah melakukan senam kegel	Siti

		<p>5) Relaks dan keluarkan nafas ulangi sampai 3-5 kali.</p> <p>b. Latihan pernafasan perut</p> <p>1) Tidur terlentang diatas permukaan yang nyaman, dengan kedua lutut di bengkokkan dengan diganjai bantal kecil.</p> <p>2) Relaks senyaman mungkin, jatuhkan badan ke permukaan Kasur</p> <p>3) Letakkan kedua tangan pada perut, tutup mata dan mulai perhatikan irama nafas. Rasakan kedua tangan naik ketika mengeluarkan nafas.</p> <p>4) Ambil nafas, perut dan tangan naik keatas, tegangkan otot perut keluar. Tahan, sampai hitungan ke 5.</p> <p>5) Keluarkan nafas, perut dan tangan turun kebawah, otot perut naik kedalam, tahan sampai hitungan ke</p> <p>6) Ulangi sampai 3-5 kali.</p>				
Anjurkan ibu untuk menggunakan KB	12.31 WIB	Menganjurkan ibu untuk menggunakan KB dan memberikan konseling macam-macam alat kontrasepsi yang sesuai kepada kondisi ibu, serta menjelaskan keuntungan dan efek samping dari tiap-tiap alat kontrasepsi tersebut.	Siti	13.00 WIB	Ibu sudah mengerti dengan penjelasan macam-macam KB tersebut dan mengatakan ingin berdiskusi terlebih dahulu dengan suaminya	Siti

Sepakati kunjungan ulang	13.01 WIB	Mendiskusikan waktu kunjungan ulang	Siti	13.30 WIB	Ibu sepakat melakukan kunjungan ulang pada tanggal 2 maret 2021	Siti
--------------------------	-----------	-------------------------------------	------	-----------	---	------

F. CATATAN PERKEMBANGAN V

Tempat Pengkajian : Klinik Mitra Keluarga Medika

Tanggal Pengkajian : 2 Maret 2021

Jam Pengkajian : 10.00 WIB

Pengkaji : Siti Uswathun Hasanah

Kunjungan ibu postpartum minggu ke-6

1. Data Subyektif

ASI sudah keluar/lancar

2. Data Obyektif

- a. Keadaan umum ibu baik
- b. Kesadaran composmentis
- c. Tanda-tanda vital

TD : 120/ 80 mmHg

N : 80x/menit

S : 36,5°C

RR : 20x/menit

- d. Abdomen TFU normal
- e. Pengeluaran lokia alba

3. Assesment

- a. Diagnosa : P₂ A₀ post partum 42 hari normal
- b. Masalah : Tidak ada masalah
- c. Kolaborasi : Tidak ada

4. Penaktalaksanaan

Tabel 10
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan V

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu Tgl/Jam	Tindakan	Paraf	Waktu Tgl/Jam	Evaluasi Tindakan	Paraf
Jelaskan hasil pemeriksaan kepada ibu	Selasa, 02-03- 2021 Pukul 10.00 WIB	Menjelaskan kepada ibu dan keluarga bahwa kondisi ibu baik. a. TD : 120/80mmhg b. N : 80x/m c. RR : 20x/m d. S : 36,5 °C	Siti	Selasa, 02-03- 2021 Pukul 10.15 WIB	Ibu mengetahui kondisi dan hasil pemeriksaannya	Siti
Anjurkan ibu untuk menggunakan KB	10.16 WIB	Menganjurkan ibu untuk menggunakan KB dan memberikan konseling macam-macam alat kontrasepsi yang sesuai kepada kondisi ibu, serta menjelaskan keuntungan dan efek samping dari tiap-tiap alat kontrasepsi tersebut.	Siti	10.45 WIB	Ibu berencana ingin menggunakan KB suntik 3 bulan	Siti
Anjurkan ibu untuk membawa bayinya untuk ke posyandu	10.46 WIB	Menganjurkan ibu membawa bayinya ke posyandu untuk melakukan penimbangan dan imunisasi lalu menuliskan jadwal imunisasi di buku KIA	Siti	11.00 WIB	Ibu berencana untuk membawa bayinya ke posyandu pada tanggal 21 maret 2021	Siti
Anjurkan ibu untuk	11.01	Menganjurkan ibu untuk memakan makanan yang		11.15	Ibu sudah makan	

memakan makanan yang bergizi	WIB	bergizi dan asupan nutrisi yang cukup seperti daging, telur, kacang-kacangan, sayur, dan susu. Dan juga meminum air mineral yang cukup	Siti	WIB	daging, sayur bayam, susu, dan juga minum air mineral 8-10 gelas/hari	Siti
------------------------------	-----	--	------	-----	---	------