

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR**  
**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN METRO**

Laporan Tugas Akhir, 26 Januari 2021

Nanda Dhiya Kusuma : 1815471048

Asuhan Kebidanan pada Ibu Postpartum dengan Konstipasi di Tempat Praktik Mandiri Bidan Arlina Tatyjaya Kotabumi Lampung Utara

xiv + 49 halaman + 5 tabel + 4 lampiran

**RINGKASAN**

Asuhan kebidanan postpartum terhadap Ny. J dimulai sejak tanggal 27 Januari – 22 Februari 2021. Pengkajian pada Ny. J dilakukan dengan hasil ibu nifas hari ke-3 dengan keluhan belum BAB setelah melahirkan. Berdasarkan pengkajian yang telah dilakukan maka ditetapkan diagnose ibu mengalami konstipasi atau sembelit. Setelah menetapkan diagnose lalu dibuat perencanaan mengajarkan senam nifas, konsumsi makanan tinggi serat, serta memberitahu ibu untuk menjaga personal hygiene dan istirahat yang cukup.

Pelaksanaan asuhan kebidanan pada Ny. J pada saat kunjungan pertama menjelaskan bahwa konstipasi yang ibu alami adalah hal yang fisiologis, menjelaskan pentingnya makan makanan berserat seperti jagung, alpukat, brokoli, bayam dan kebutuhan cairan untuk ibu nifas, menjelaskan perawatan bayi dan mengajarkan senam nifas. Pada kunjungan kedua menilai adanya tanda-tanda demam dan infeksi pada ibu, menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup lalu mengajarkan senam nifas lanjutan. Saat kunjungan ketiga tetapkan menilai adanya tanda-tanda demam dan infeksi pada ibu, menganjurkan ibu untuk menjaga personal hygiene dan mengevaluasi gerakan senam nifas ibu. Pada kunjungan keempat tetap menilai adanya tanda-tanda demam dan infeksi pada ibu dan konseling KB.

Evaluasi terhadap Asuhan yang telah diberikan yaitu kunjungan pertama ibu merasa cemas karena ibu belum BAB setelah 3 hari melahirkan dan ibu bersedia untuk diajarkan senam nifas bersamaan dengan pemeriksaan. Pada kunjungan kedua ibu tidak ditemukan tanda-tanda demam dan infeksi pada ibu, ibu sudah BAB dan tetap diajarkan senam nifas lanjutan bersamaan dengan pemeriksaan. Pada kunjungan ketiga ibu bisa melakukan gerakan senam nifas sendiri tidak bersamaan dengan pemeriksaan. Pada kunjungan keempat setelah dilakukan konseling KB, ibu dan suami sepakat memilih KB suntik 3 bulan.

Simpulan asuhan kebidanan yang dilakukan, konstipasi pada Ny. J sudah teratasi pada hari ke 6 setelah persalinan atau pada hari ke 3 setelah diberi asuhan senam nifas. Asuhan kebidanan ini sangat bermanfaat untuk mengatasi konstipasi pada ibu postpartum. Sehingga, upaya yang disarankan selanjutnya ibu melakukan senam nifas dan makan-makanan yang bergizi dan tinggi serat seperti jagung, alpukat, brokoli dan bayam.

Kata kunci : Konstipasi, Senam Nifas  
Daftar Bacaan : 14 (2010-2021)