

BAB IV

TINJAUAN KASUS

ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU NIFAS TERHADAP NY. S GIP0A0 DENGAN PEMBERIAN TELUR REBUS SEAGAI UPAYA PENYEMBUHAN JAHITAN PERINEUM DI PMB DWI MAYLA APRIANI, S.ST DESA KEDAUNG BANDAR LAMPUNG

KUNJUNGAN I, 6 Jam Postpartum

Anamnesa Oleh : Alfi Idamayanti
Hari/Tanggal : Jumat, 18 Maret 2021
Waktu : 16.25 WIB

I. SUBJEKTIF (S)

a. Identitas

Istri		Suami
Nama	: Ny. S	Tn. A
Umur	: 13 tahun	22 tahun
Agama	: Islam	Islam
Suku/Bangsa	: Sunda/Indonesia	Sunda/Indonesia
Pendidikan	: SD	SMP
Pekerjaan	: IRT	Wirausaha
Alamat	: Jl. Batu Lapis, Sumber Agung, Bandar Lampung	
No. HP	: 0822785xxxxxx	

b. Anamnesa

1. Keluhan Utama

Ibu mengeluh perutnya masih terasa mulas, merasa lemas, serta nyeri pada kemaluannya. Ibu mengatakan sudah BAK dan masih takut untuk bergerak karena terdapat jahitan perineum sejak melahirkan.

2. Riwayat Kehamilan ini

ANC : Teratur di PMB setiap bulan
Pemberian tablet Fe : 90 tablet

Keluhan selama kehamilan : Pusing, mual
 Imunisasi TT : 2 kali
 Penyakit Kehamilan : Tidak ada
 Menarche : 13 tahun
 Siklus : 28 hari
 Lamanya : 5 – 7 hari
 Banyaknya : 3-4 kali ganti pembalut , $\pm$ 80 cc

3. Riwayat Persalinan

Tanggal Persalinan : 18 Maret 2022
 Pukul : 10.30 WIB
 Tempat melahirkan : PMB Dwi Mayla Apriani, S.ST
 Penolong : Bidan
 Jenis persalinan : Spontan
 Komplikasi : Tidak ada

Lama Persalinan

Kala I	: 4	Jam	0	Menit
Kala II	: 0	Jam	25	Menit
Kala III	: 0	Jam	10	Menit
Kala IV	: 2	Jam	0	Menit
Jumlah	: 6	Jam	35	Menit

4. Jumlah Perdarahan : normal $\pm$ 150 cc

5. Bayi

Kelamin : Perempuan
 Berat badan : 2800 gr
 Panjang badan : 48 cm
 Plasenta : Diameter : $\pm$ 17 cm
 Berat : $\pm$ 500 gram
 Tebal : $\pm$ 2,5 cm

6. Tali pusat

Panjang : 50 cm
 Insersi : Sentralis

Perineum	: Terdapat jahitan perineum akibat laserasi perineum derajat 2
7. Riwayat Keadaan keluarga	
Keturunan kembar	: Tidak ada
Penyakit menular	: Tidak ada
8. Riwayat Psikologi Spiritual	
Komunikasi	: Baik
Keadaan emosional	: Kooperatif
Hubungan dengan orang lain	: Baik
Proses berfikir	: Terarah
Ibadah	: Patuh
Respon keluarga	: Senang
Dukungan keluarga	: Sangat mendukung
Pengambil keputusan dalam keluarga	: Suami
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga

II. OBJEKTIF (O)

A. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum	: Baik
Kesadaran	: <i>Composmentis</i>
Keadaan emosional	: Stabil
TTV	: TD : 110/70 mmhg P : 21x/menit
	: N : 83x/menit S : 36.7°C

B. Pemeriksaan Fisik

1. Wajah

Oedema	: Tidak dan tidak pucat
Konjungtiva	: Merah muda

2. Payudara

Pembesaran	: Ya, simetris kanan dan kiri
Puting susu	: Menonjol
Benjolan	: Tidak ada

Pengeluaran	: Kolostrum
Palpasi	: Kontraksi baik, uterus teraba bulat dan keras, TFU 2 jari bawah pusat
Kandung kemih	: Kosong
3. Anogenital	
Vulva dan vagina	: Tidak ada tanda-tanda infeksi
Pengeluaran pervaginam	: Lochea rubra
Ekstremitas	: Tidak ada oedema
Perineum	: Terdapat jahitan perineum, masih tampak kemerahan disekitar jahitan, bercak perdarahan ada, pengeluaran serum pada jahitan masih ada, belum tampak penyatuan luka, masih bengkak disekitar jahitan perineum. Dengan skala reeda didapatkan hasil 5.

III. ANALISA (A)

Diagnosa : Ibu P1A0 6 jam post partum dengan jahitan pada perineum.

Masalah : Ibu masih merasa lemas, dan merasa takut untuk bergerak dikarenakan terdapat jahitan perineum

IV. PENATALAKSANAAN (P)

1. Memberikan penjelasan kepada ibu tentang hasil pemeriksaan bahwa kondisi Ibu normal.
2. Menjelaskan pada ibu tentang rasa mulas yang dirasakannya adalah hal yang normal dikarenakan proses pengembalian rahim ke bentuk semula..
3. Melakukan pendekatan dengan pasien dan membina hubungan baik dengan pasien.
4. Memberitahu dan memberikan asuhan langsung kepada ibu tentang makanan yang dapat mempercepat proses penyembuhan jahitan perineum seperti telur rebus.

5. Memberi ibu 2 butir telur rebus untuk dimakan dan dihabiskan. Dan akan dilakukan sampai 7 hari
6. Memberitahu ibu untuk istirahat yang cukup minimal 8 jam/hari dan menganjurkan ibu untuk tidak pantang dalam makan.
7. Memberitahu ibu untuk menjaga personal hygiene, dengan membasuh kemaluan mulai dari depan ke belakang, dan sering mengganti pembalut ketika penuh.
8. Memberitahu ibu untuk mobilisasi secara bertahap seperti miring kanan dan kiri, meluruskan kaki, duduk, serta berjalan untuk ke kamar mandi
9. Menjelaskan tanda bahaya masa nifas kepada ibu seperti demam, perdarahan setelah melahirkan, depresi, sakit kepala, penglihatan kabur dll.
10. Memberitahu ibu bahwa akan ada kunjungan berlanjut kerumah ibu
11. Meminta ibu untuk segera mendatangi tenaga kesehatan terdekat bila terjadi tanda bahaya masa nifas.
12. Memberitahu ibu bahwa akan ada kunjungan berlanjut selama 7 hari kerumah ibu.

KUNJUNGAN II, 2 Hari Postpartum

Anamnesa Oleh : Alfi Idamayanti
 Hari/Tanggal : Sabtu, 19 Maret 2022
 Waktu : 09.00 WIB

I. SUBJEKTIF (S)

Keluhan utama : Ibu mengatakan masih merasa nyeri, takut untuk bergerak dan kurang nyaman karena jahitan pada perineumnya. Ibu merasa letih dan kurang tidur karena setiap malam begadang

II. OBJEKTIF (O)

A. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : Baik
 Kesadaran : *Composmentis*
 Keadaan emosional : Stabil
 TTV : TD : 120/80 mmHg R : 20 x/menit

N : 82 x/menit S : 36,2 °C

B. Pemeriksaan Fisik

1. Wajah : Tidak *oedema* dan tidak pucat
2. Konjungtiva : Merah muda
3. Payudara
 - Pembesaran : Ya, simetris kanan dan kiri
 - Puting susu : Menonjol
 - Benjolan : Tidak ada
 - Pengeluaran : ASI
4. Palpasi : Kontraksi baik, TFU 2 jari dibawah pusat
5. Kandung kemih : Kosong
6. Anogenital
 - Vulva dan vagina : Tidak ada tanda - tanda infeksi
 - Pengeluaran pervaginam : Lochea rubra
 - Perineum : Terdapat jahitan perineum, tidak ada tanda - tanda infeksi masih tampak kemerahan disekitar jahitan, bercak perdarahan ada, pengeluaran serum pada jahitan masih ada, belum tampak penyatuan luka, masih bengkak disekitar jahitan perineum. Dengan skala reeda didapatkan hasil 5.
7. Ekstremitas : Tidak ada *oedema*
8. Pola Eliminasi : BAK dan BAB tidak lancar

III. ANALISA (A)

- Diagnosa : Ibu P1A0 post partum hari ke 2 dengan jahitan perineum
- Masalah : Ibu mengatakan masih takut untuk bergerak, terutama saat BAB dan BAK, serta ibu merasa kurang istirahat.

IV. PENATALAKSANAAN (P)

1. Melakukan pemeriksaan perineum pada ibu dengan memeriksa tanda-tanda vital, jahitan perineum, kontraksi uterus, TFU dan lochea.
2. Memberitahu ibu bahwa involusi uterus berjalan dengan baik dan normal.
3. Memberi ibu telur rebus sebanyak 2 butir lalu dihabiskan untuk tetap mengonsumsi telur rebus sampai hari ke 7.
4. Menjelaskan pada ibu tentang pentingnya menjaga personal hygiene, 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. Memberitahu ibu tanda bahaya infeksi pada ibu nifas.
6. Memberitahu ibu untuk tidak menarik benang jahitan pada perineumnya.
7. Memberitahu ibu cara perawatan luka seperti rajin mengganti pembalut ketika sudah penuh, tidak menggunakan cairan sembarangan untuk membasuh vagina.
8. Memberitahu ibu untuk tidak melakukan pekerjaan yang berat.
9. Memberitahu ibu untuk bergantian mengasuh bayi pada saat malam hari
10. Memberitahu ibu untuk beristirahat ketika bayi nya tertidur agar ibu cukup istirahat
11. Memberitahu ibu untuk memeriksakan keadaan kesehatan dirinya dan bayinya di pelayanan kesehatan terdekat jika ada keluhan.
12. Memberitahu pada ibu untuk membawa bayinya ke posyandu atau puskesmas setiap bulan untuk mendapatkan imunisasi dasar dan pemantauan pertumbuhan bayi.

KUNJUNGAN III, 3 Hari Postpartum

Anamnesa Oleh : Alfi Idamayanti
 Hari/Tanggal : Minggu, 20 Maret 2022
 Waktu : 08.10 WIB

I. SUBJEKTIF (S)

Keluhan utama : Ibu mengatakan masih merasa nyeri, takut untuk bergerak dan kurang nyaman karena jahitan pada perineumnya.

II. OBJEKTIF (O)

A. Pemeriksaan Umum

Keadaan umum : Baik
 Kesadaran : *Composmentis*
 Keadaan emosional : Stabil
 TTV : TD : 100/70 mmHg R : 20 x/menit
 N : 82 x/menit S : 36,3 °C

B. Pemeriksaan Fisik

1. Wajah : Tidak *oedema* dan tidak pucat
 2. Konjungtiva : Merah muda
 3. Payudara
 Pembesaran : Ya, simetris kanan dan kiri
 Puting susu : Menonjol
 Benjolan : Tidak ada
 Pengeluaran : ASI
 4. Palpasi : Kontraksi baik, TFU 3 jari dibawah pusat
 5. Kandung kemih : Kosong
 6. Anogenital
 Vulva dan vagina : Tidak ada tanda - tanda infeksi
 Pengeluaran pervaginam : Lochea rubra
 Perineum : Terdapat jahitan perineum, tidak ada tanda-tanda infeksi, masih tampak kemerahan disekitar jahitan, bercak

perdarahan ada, pengeluaran serum pada jahitan masih ada, mulai tampak penyatuan luka, masih bengkak disekitar jahitan perineum. Dengan skala reeda didapatkan hasil 4.

7. Ekstremitas : Tidak ada *oedema*
 8. Pola Eliminasi : BAK dan BAB tidak lancar

III. ANALISA (A)

- Diagnosa : Ibu P1A0 Post partum hari ke-3 dengan jahitan perineum
 Masalah : Ibu mengatakan masih takut untuk bergerak, terutama saat BAB dan BAK, serta ibu merasa kurang istirahat.

IV. PENATALAKSANAAN (P)

1. Melakukan pemeriksaan perineum pada ibu dengan memeriksa tanda-tanda vital, jahitan perineum, kontraksi uterus, TFU dan lochea.
2. Memberitahu ibu bahwa involusi uterus berjalan dengan baik dan normal.
3. Memberi ibu telur rebus sebanyak 2 butir lalu dihabiskan untuk tetap mengonsumsi telur rebus sampai hari ke 7.
4. Memberitahu ibu untuk tetap menjaga personal hygiene, 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. Memberitahu ibu untuk makan makanan bergizi.
6. Memberitahu ibu untuk tidak berdiam diri saja, bisa melakukan aktifitas namun tidak melakukan pekerjaan yang berat.
7. Memberitahu ibu untuk bergantian mengasuh bayi pada saat malam hari
8. Memberitahu ibu untuk beristirahat ketika bayi nya tertidur agar ibu cukup istirahat
9. Memberitahu ibu untuk memeriksakan keadaan kesehatan dirinya dan bayinya di pelayanan kesehatan terdekat jika terdapat masalah.

Kunjungan IV , Post Partum Hari Ke-4

Anamnesa : Alfi Idamayanti

Tanggal : 21 Maret 2021

Pukul : 08.10 WIB

Tempat : Rumah Ny. S

I. SUBJEKTIF (S)

Ibu mengatakan sudah berani untuk bergerak dan jahitan perineum sudah mulai membaik.

II. OBJEKTIF (O)

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : *Composmentis*

Keadaan emosional : Stabil

TTV : TD : 100/70 mmHg R : 22x/menit
N : 82x/menit T : 36,5 °C

Payudara : Pembesaran : ya
Simetris : ya, kanan dan kiri
Putingsusu : menonjol
Pengeluaran ASI : ada, pengeluaran ASI
Rasa nyeritekan : tidak ada
Benjolan : tidak ada
Hiperpigmentasi : Ya, aerola mammae

TFU : 3 jari dibawah pusat

Kontraksi : Baik

Perineum : Terdapat jahitan perineum, tidak ada tanda – tanda Infeksi, masih tampak kemerahan disekitar jahitan, bercak perdarahan ada, pengeluaran serum pada jahitan masih ada, sudah tampak penyatuan luka, bengkak berkurang, . Dengan skala reeda didapatkan hasil 3.

Pengeluaran : Lochea sanguinolenta

III. ANALISA (A)

Diagnosa : Ibu P₁A₀ Post partum hari ke 4 dengan jahitan perineum

Masalah : Ibu mengatakan jahitan pada perineum mulai membaik.

IV. PENATALAKSANAAN (P)

1. Melakukan pemeriksaan perineum pada ibu dengan memeriksa tanda-tanda vital, jahitan perineum, kontraksi uterus, TFU dan lochea.
2. Memberi ibu telur rebus sebanyak 2 butir lalu dihabiskan untuk tetap mengonsumsi telur rebus sampai hari ke 7.
3. Memberitahu ibu untuk tetap menjaga personal hygiene, terutama rutin untuk mengganti pembalut, rutin untuk mandi, menjaga kebersihan diri terutama kulit, rambut dan kuku, rutin mencuci tangan setelah beraktivitas.
4. Memberitahu ibu bahwa involusi uterus baik dan TFU 3 jari bawah pusat.
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.
6. Menganjurkan ibu untuk membersihkan daerah genitalia dengan membasuh dari arah depan ke belakang dan pastikan tidak ada sisa kotoran yang tertinggal disekitar area perineum dan vagina.
7. Menganjurkan ibu untuk rutin memeriksakan keadaan kesehatan dirinya dan bayinya di pelayanan kesehatan terdekat.

Kunjungan V , Post Partum Hari Ke-5

Anamnesa : Alfi Idamayanti

Tanggal : 22 Maret 2021

Pukul : 08.10 WIB

Tempat : Rumah Ny. S

I. SUBJEKTIF (S)

Ibu mengatakan sudah berani untuk bergerak dan jahitan perineum sudah mulai membaik.

II. OBJEKTIF (O)

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : *Composmentis*

Keadaan emosional : Stabil

TTV : TD : 110/70 mmHg R : 22x/menit
N : 82x/menit T : 36,6 °C

Payudara : Pembesaran : ya

Simetris : ya, kanan dan kiri

Putingsusu : menonjol

Pengeluaran ASI : ada, pengeluaran ASI

Rasa nyeritekan : tidak ada

Benjolan : tidak ada

Hiperpigmentasi : ya, *aerola mammae*

TFU : 3 jari dibawah pusat

Kontraksi : Baik

Perineum : Terdapat jahitan perineum, tidak ada tanda – tanda Infeksi, masih tampak kemerahan disekitar jahitan, pengeluaran serum pada jahitan masih ada , sudah

tampak penyatuan luka, bengkak berkurang, bercak perdarahan tidak ada. Dengan skala reeda didapatkan hasil 2. Dan jahitan perineum nampak semakin membaik.

Pengeluaran : Lochea sanguinolenta

III. ANALISA (A)

Diagnosa : Ibu P₁A₀ Post partum hari ke 5 dengan jahitan perineum.

Masalah : Ibu mengatakan jahitan pada perineum sudah mulai membaik

IV. PENATALAKSANAAN (P)

1. Melakukan pemeriksaan perineum pada ibu dengan memeriksa tanda-tanda vital, memeriksa jahitan perineum, kontraksi uterus, TFU dan lochea.
2. Memberitahu ibu bahwa involusi uterus baik dan TFU 3 jari bawah pusat..
3. Memberi ibu telur rebus sebanyak 2 butir lalu dihabiskan untuk tetap mengonsumsi telur rebus sampai hari ke 7.
4. Memberitahu ibu untuk tetap menjaga personal hygiene, terutama rutin untuk mengganti pembalut, menjaga kebersihan jahitan perineum rutin untuk mandi, menjaga kebersihan diri terutama kulit, rambut dan kuku, rutin mencuci tangan setelah beraktivitas
5. Menganjurkan ibu untuk mengonsumsi makanan yang bergizi sesuai dengan menu makanan seimbang yang meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral.
6. Menganjurkan ibu untuk tetap mengonsumsi makanan tinggi protein seperti telur rebus sebagai percepatan penyembuhan luka perineum.
7. 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.
8. Menganjurkan ibu untuk membersihkan daerah genitalia dengan membasuh dari arah depan ke belakang dan pastikan tidak ada sisa kotoran yang tertinggal disekitar area perineum dan vagina.

9. Mengajarkan ibu untuk rutin memeriksa keadaan kesehatan dirinya dan bayinya di pelayanan kesehatan terdekat.

Kunjungan VI , Post Partum Hari Ke-6

Anamnesa : Alfi Idamayanti

Tanggal : 21 Maret 2021

Pukul : 08.20 WIB

Tempat : Rumah Ny. S

I. SUBJEKTIF (S)

Ibu mengatakan sudah berani untuk bergerak dan jahitan perineum sudah mulai membaik.

II. OBJEKTIF (O)

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : *Composmentis*

Keadaan emosional : Stabil

TTV : TD : 100/70 mmHg R : 22x/menit
N : 82x/menit T : 36,5 °C

Payudara : Pembesaran : ya

Simetris : ya, kanan dan kiri

Putingsusu : menonjol

Pengeluaran ASI : ada, pengeluaran ASI

Rasa nyeritekan : tidak ada

Benjolan : tidak ada

Hiperpigmentasi : Ya, aerola mammae

TFU : 3 jari dibawah pusat

Kontraksi : Baik

Perineum : Terdapat jahitan perineum, tidak ada tanda – tanda

Infeksi, masih tampak kemerahan disekitar jahitan, sudah tampak penyatuan luka, bengkak berkurang, pengeluaran serum pada jahitan masih ada, bercak perdarahan tidak ada. Dengan skala reeda didapatkan hasil 2. Dan jahitan perineum nampak semakin membaik.

Pengeluaran : Lochea sanguinolenta

III. ANALISA (A)

Diagnosa : Ibu P₁A₀ Post partum hari ke 6 dengan jahitan perineum

Masalah : Ibu mengatakan jahitan pada perineum sudah membaik

IV. PENATALAKSANAAN (P)

1. Melakukan pemeriksaan perineum pada ibu dengan memeriksa tanda-tanda vital, memeriksa, jahitan perineum, kontraksi uterus, TFU dan lochea. .
2. Memberi ibu telur rebus sebanyak 2 butir lalu dihabiskan untuk tetap mengonsumsi telur rebus sampai hari ke 7.
3. Memberitahu ibu untuk tetap menjaga personal hygiene, terutama rutin untuk mengganti pembalut, menjaga kebersihan jahitan perineum, rutin untuk mandi, menjaga kebersihan diri terutama kulit, rambut dan kuku, rutin mencuci tangan setelah beraktivitas dan sebelum memegang bayi.
4. Memberitahu ibu bahwa involusi uterus baik dan TFU 3 jari bawah pusat.
5. Memberitahu ibu untuk tetap mengonsumsi makan makanan bergizi.
6. Memberitahu ibu untuk tetap 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.
7. Mengajarkan ibu untuk rutin memeriksakan keadaan kesehatan dirinya dan bayinya di pelayanan kesehatan terdekat.

Kunjungan VII , Post Partum Hari Ke-7

Anamnesa : Alfi Idamayanti

Tanggal : 24 Maret 2021

Pukul : 08.10 WIB

Tempat : Rumah Ny. S

I. SUBJEKTIF (S)

Ibu mengatakan sudah berani untuk bergerak dan jahitan perineum sudah lebih membaik, ibu merasa tidak takut untuk bergerak

II. OBJEKTIF (O)

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : *Composmentis*

Keadaan emosional : Stabil

TTV : TD : 120/80 mmHg R : 22 x/menit
N : 80 x/menit T : 36,4°C

Payudara : Pembesaran : ya

Simetris : ya, kanan dan kiri

Putting susu : menonjol

Pengeluaran ASI : ada, pengeluaran ASI

Rasa nyeritekan : tidak ada

Benjolan : tidak ada

Hiperpigmentasi : ya, *aerola mammae*

TFU : Sudah tidak teraba

Kontraksi : Baik

Perineum : Terdapat jahitan perineum, tidak ada tanda – tanda Infeksi, masih tampak kemerahan disekitar jahitan, sudah tampak penyatuan luka, bengkak berkurang, pengeluaran serum pada jahitan tidak ada, bercak perdarahan tidak ada. Dengan skala

reeda didapatkan hasil 1. Dan jahitan perineum nampak lebih baik.

Pengeluaran : Lochea sanguinolenta, berwarna merah kekuningan

III. ANALISA (A)

Diagnosa : Ibu P₁A₀ Post partum hari ke 7 dengan jahitan perineum.

Masalah : Tidak ada, jahitan pada perineum sudah lebih membaik, ibu merasa tidak takut untuk bergerak.

IV. PENATALAKSANAAN (P)

1. Melakukan pemeriksaan perineum pada ibu dengan memeriksa tanda-tanda vital, jahitan perineum, kontraksi uterus, TFU dan lochea.
2. Memberitahu ibu bahwa involusi uterus berjalan dengan normal. TFU di pertengahan pusat simpisis
3. Memberi ibu telur rebus sebanyak 2 butir lalu ibu menghabiskannya.
4. Menganjurkan ibu untuk tetap menjaga personal hygiene terutama daerah jahitan perineum, 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. Menganjurkan ibu untuk tetap mengkonsumsi makanan yang kaya akan protein seperti telur rebus yang telah dikonsumsi selama 7 hari agar proses penyembuhan luka perineum hasil yang didapat maksimal.
6. Menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi sesuai dengan menu makanan seimbang yang meliputi karbohidrat, protein, vitamin dan mineral.
7. Memberitahu ibu untuk tidak melakukan pekerjaan yang berat namun bisa beraktifitas seperti biasa.
8. Menjelaskan kepada ibu untuk menyusui bayinya 2-3 jam sekali atau sesuai kebutuhan dan menyendawakan bayinya setelah selesai menyusui. Berikan ASI eksklusif selama 6 bulan.
9. Menganjurkan ibu untuk tetap istirahat yang cukup.

10. Memberitahu ibu jika ada keluhan bisa mengunjungi pelayanan kesehatan terdekat.