

BAB III

METODE STUDI KASUS

A. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Lokasi pemberian asuhan kepada ibu nifas bertempat di PMB Siti Jamila S.ST Lampung Selatan dan waktu pelaksanaan di mulai pada 19 -26 Maret 2025.

B. Subjek Laporan Kasus

Subjek asuhan adalah ibu nifas hari ke 1 sampai hari ke 7 dengan kriteria sebagai berikut:

1. Primipara
2. Nifas Fisiologis
3. Ibu bersedia diberikan asuhan sejak nifas hari pertama

C. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data saat melakukan studi kasus. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Format pendokumentasian asuhan kebidanan nifas yang digunakan untuk melakukan pengkajian.
- b. Buku KIA (Kesehatan Ibu Anak) sebagai sumber dokumen untuk peneliti dalam pengumpulan data serta dokumen hasil asuhan untuk ibu nifas.
- c. Lembar observasi penurunan tinggi fundus uteri

D. Teknik / Cara pengumpulan data

Dalam penyusunan kasus ini penulis menggunakan jenis data primer dan data sekunder.

a. Data Primer

Data primer diperoleh dari hasil wawancara, observasi langsung, dan pemeriksaan fisik terhadap Ny. D P1A0

i. Anamnesa

Anamnesa tujuannya untuk mendapatkan data atau informasi tentang keluhan yang sedang dialami atau diderita oleh pasien.

ii. Pemeriksaan fisik

Pemeriksaan fisik digunakan untuk mengetahui keadaan fisik pasien sistematis dengan cara:

b. Inspeksi

Proses observasi dilakukan sistematik menggunakan indera penglihatan, penciuman dan pendengaran sebagai suatu alat untuk mengumpulkan data. Pada ibu hamil impeksi dilakukan berurutan dari kepala sampai kaki dan vagina.

i. Palpasi

Palpasi Teknik yang menggunakan indera peraba, tangan, jari adalah suatu instrumen yang sensitif yang digunakan untuk mengumpulkan data.

ii. Perkusi

Pemeriksaan dengan jalan mengetuk untuk membandingkan kiri kanan pada setiap pemeriksaan tubuh dengan tujuan menghasilkan suara, bertujuan untuk mengidentifikasi lokal, ukuran, bentuk dan konsistensi

iii. Auskultasi

Semua bentuk informasi yang berhubungan dengan dokumen, baik dokumen resmi dan tidak resmi. Contoh dokumen resmi ialah laporan, catatan-catatan didalam kartu kelimik. Sedangkan yang tidak resmi adalah seperti biografi dan catatan harian.

iv. Studi dokumentasi

Dokumentasi adalah semua bentuk informasi yang berhubungan dengan dokumen, baik dokumen resmi maupun dokumen tidak resmi, dokumen resmi dibawah tanggung jawab instansi resmi, misalnya laporan, catatan-catatan di dalam kartu klinik, sedangkan tidak resmi adalah segala bentuk dokumen di bawah tanggung jawab instansi tidak resmi seperti biografi, catatan harian. (Notoatmojo, 2021)

E. Bahan Dan Alat

Dalam melakukan studi kasus dengan judul penerapan senam nifas otaria untuk mempercepat involusi uterus pada Ny.D P1A0 di Lampung Selatan Tahun 2025 menggunakan alat sebagai berikut :

a. Pengkajian data atau observasi

- i. Pena dan pensil
- ii. Buku tulis
- iii. Buku KIA ibu

b. Senam nifas Otaria

- i. Bantal
- ii. Matras
- iii. Ruangan yang nyaman
- iv. Video

c. Involusi uteri

- i. Lembar observasi
- ii. Alat tulis
- iii. Akan dilakukan pemeriksaan palpasi

F. Jadwal Kegiatan (Matriks Kegiatan)

Tabel 2. Perencanaan Jadwal Kegiatan

NO	WAKTU	PERENCANAAN
1.	24 jam setelah persalinan	<ul style="list-style-type: none"> 1. Melakukan informed consent 2. Melakukan pemeriksaan puerperium kepada ibu 3. Mengukur TFU 4. Menjelaskan kepada ibu bahwa rasa mulas yang di alaminya hal yang normal karena proses pengembalian uterus ke bentuk semula 5. Mengajarkan ibu cara melakukan vulva hygiene yakni membasuh bagian kemaluan menggunakan air hangat dan selalu menjaga agar tetap bersih dan kering serta sering mengganti pakaian dalam 6. Mengajarkan ibu untuk melakukan mobilisasi dini 7. Menjelaskan keuntungan dan kerugian melakukan senam nifas otaria 8. Mengajarkan senam nifas tahappertama (Relaksasi awal) 9. Ibu mengulangi kembali
2.	2 hari setelah Persalinan	<p>Melakukan pemeriksaan puerperium kepada ibu Pastikan involusi uterus berjalan dengan normal. Memeriksa penurunan TFU Melakukan latihan senam hari kedua Melakukan relaksasi akhir Ibu dapat mengulangi Menganjurkan ibu untuk menyusui bayinya</p>
3.	3 hari setelah persalinan	<p>Melakukan informed consent Melakukan Latihan senam hari ketiga Menjelaskan kepada ibu bahwa rasa mulas yang di alaminya hal yang normal karena proses pengembalian uterus ke bentuk semula Menganjurkan ibu untuk beristirahat yang Cukup Menjelaskan tanda bahaya masa nifas Meminta ibu untuk melakukan kontrol ulang</p>

4.	4 hari setelah persalinan	<p>Pastikan involusi uterus berjalan dengan normal Melakukan Latihan senam hari ke empat Memeriksa penurunan TFU Memeriksa pengeluaran lochea Melakukan Latihan senam hari ke empat Ibu dapat mengulangi Menganjurkan ibu banyak makan makanan tinggi serat serta sayur dan buah-buahan</p>
5.	5 hari setelah persalinan	<p>Pastikan involusi uterus berjalan dengan normal. Pastikan tidak ada tanda bahaya masa nifas Memeriksa penurunan TFU Periksa pengeluaran lochea Melakukan Latihan senam hari kelima Ibu dapat mengulangi Menganjurkan ibu untuk menyusui bayinya secara eksklusif Menganjurkan ibu untuk tetap istirahat yang cukup</p>
6.	6 hari setelah persalinan	<p>Pastikan involusi uterus berjalan dengan normal. Pastikan tidak ada tanda bahaya masa nifas. Melakukan Latihan senam hari kelima Ibu dapat mengulangi Tetap menganjurkan ibu makan makanan yang bergizi serta tinggi protein Menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi air putih minimal 8 gelas per hari</p>
7.	7 hari setelah persalinan	<p>Memeriksa penurunan TFU Melakukan Latihan senam hari ketujuh Ibu dapat mengulangi Memberitahu ibu untuk selalu menjaga kebersihan Mengevaluasi senam nifas yang telah diajarkan dari hari pertama sampai hari ketujuh Tetap menjelaskan kepada ibu untuk sering menyusui bayinya 2-3 jam sekali Meminta ibu untuk mendatangi tenaga kesehatan terdekat bila terjadi tanda bahaya masa nifas</p>
8.	Observasi	<p>Menjelaskan hasil pemeriksaan TTV pada ibu saat ini keadaannya normal dan baik, pemulihan ibu setelah melahirkan sangat baik Menganjurkan ibu untuk tetap memberikan ASI ekslusif sampai bayi berusia 6 bulan Mengukur penurunan TFU, bahwasannya TFU sudah tidak teraba pada hari ke-8 oleh karena itu intervensi penerapan senam otaria pada Ny.DAS terbukti efektif untuk mempercepat involusi uterus</p>