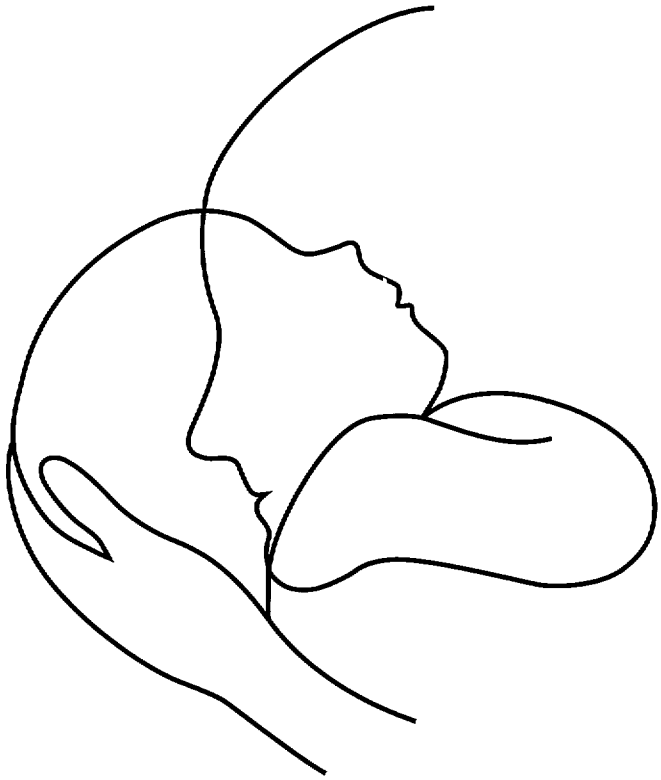
PERAWATAN IBU SEHAT DAN BAYI SEHAT

RUJUKAN UNTUK PETUGAS KESEHATAN



Edisi Pertama

Oleh

Diana Beck, Sandra Tebben Buffington, dan Jeanne McDermott
AMERICAN COLLEGE OF NURSE-MIDWIVES

Dimungkinkan melalui sub-kontrak dengan

MOTHERCARE / JSI

Dan bantuan dari

UNITED STATES AGENCY FOR INTERNATIONAL DEVELOPMENT
(USAID)

Untuk

UPAYA KESEJAHTERAAN IBU DI KALIMANTAN SELATAN, INDONESIA

No Kontrak HRN-5966-C-00-3038-00

Nop/96 /1 000

KATA PENGANTAR

Manual Perawatan Ibu Sehat dan Bayi Sehat menjelaskan perawatan kebidanan dasar yang dibutuhkan oleh semua wanita dan bayinya selama kehamilan dan persalinan serta setelah persalinan Selanjutnya, informasi untuk mengetahui faktor-faktor resiko dan pendeteksian dini adanya komplikasi pada ibu dan bayi selama masa ini disajikan dengan pendekatan penyelesaian masalah dalam empat langkah ***TANYA dan DENGAR*** (riwayat), ***LIHAT dan RABA*** (pemeriksaan fisik), ***MENGENALI MASALAH/KEBUTUHAN***, ***PENYULUHAN DAN KONSELING***, serta ***PERAWATAN*** (mengambil tindakan) Pencegahan infeksi dibahas dengan penekanan khusus pada ruang persalinan di rumah atau klinik Dijelaskan pula secara terperinci program perawatan pasca salin untuk masyarakat yang terdiri dari tindakan perawatan khusus untuk ibu dan bayinya pada empat kunjungan setelah persalinan (segera setelah persalinan sampai enam jam pertama setelah persalinan, 3 hari setelah persalinan, dua minggu setelah persalinan dan enam minggu setelah persalinan) Informasi mengenai keluarga berencana dan infeksi saluran reproduksi juga dibahas di dalam perawatan yang dijelaskan dalam manual ini

Manual ini dapat digunakan oleh bidan atau siapa saja yang dilatih untuk memberikan perawatan pada ibu dan bayinya selama kehamilan, persalinan dan pasca salin Bidan dapat menggunakan manual ini untuk mengkaji kembali informasi mengenai perawatan ibu dan bayi yang baru lahir yang sudah dimilikinya atau sebelum mengikuti pelatihan Ketrampilan Keselamatan Jiwa (Life Saving Skills) atau pelatihan kebidanan tingkat lanjut lainnya Para guru bidan juga dapat memanfaatkan manual ini baik untuk dirinya sendiri atau menggunakannya sebagai sumber dalam perencanaan program pendidikan kebidanan tingkat dasar

Pengawasan dan perawatan yang ketat oleh bidan kepada ibu dan bayi selama kehamilan dan persalinan serta pada periode pasca salin ***DAPAT MENYELAMATKAN JIWA*** Diperkirakan di seluruh dunia 585 000 wanita meninggal dunia akibat kehamilan dan persalinan setiap tahunnya Sebagian besar kematian ini disebabkan oleh perdarahan, sepsis, abortus yang tidak aman, darah tinggi selama kehamilan dan kesulitan persalinan Enam puluh persen kematian ibu terjadi setelah persalinan, dan hampir setengah dari kematian pada masa pasca salin terjadi dalam 24 jam pertama setelah persalinan Di Indonesia, lebih dari 20 000 wanita meninggal dunia akibat kehamilan atau persalinan setiap tahunnya Kematian seorang ibu juga menyebabkan hidup anak-anaknya dalam bahaya Setengah dari anak BALITA yang ibunya meninggal dunia, juga meninggal dunia

Diharapkan manual ini akan membantu bidan dan petugas kesehatan lainnya di Indonesia dalam melakukan monitoring dan memberikan perawatan untuk mencegah kematian Bidan dan petugas kesehatan lainnya dapat menggunakan manual ini untuk

---

Memberikan perawatan yang aman, baik dan ramah kepada ibu dan keluarganya, sehingga ibu dan keluarganya terdorong untuk selalu mencari perawatan

Mengikuti anjuran program perawatan pasca salin untuk melakukan monitoring yang ketat bagi ibu dan bayi dalam periode yang sering kali terabaikan ini

Menekankan penyuluhan sebagai bagian yang penting dalam perawatan untuk setiap ibu

Memberikan perlindungan yang lebih baik terhadap infeksi baik kepada pasien maupun untuk diri bidan sendiri

---

Semua komponen ini dapat membantu bidan dan petugas kesehatan lainnya dalam memberikan perawatan yang lebih baik, sekaligus juga memberikan pilihan kepada ibu dan keluarga untuk menuju kepada keadaan ibu, bayi dan keluarga yang lebih sehat

UCAPAN TERIMA KASIH

Banyak pihak telah memberikan sumbangannya pada edisi pertama manual ***Perawatan Ibu Sehat dan Bayi Sehat*** Kebutuhan, ide dan awal penyusunan manual ini dimulai di Uganda pada tahun 1991-1992, dalam Proyek Pelatihan ACNM/MotherCare mengenai Life-Saving Skills (LSS) untuk bidan Beberapa informasi dalam manual ini telah digunakan dan diuji-cobakan di Uganda, Vietnam dan Ghana

Kami ingin mengucapkan terima kasih kepada MotherCare, salah satu proyek yang mendapatkan dana dari USAID, yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi di seluruh dunia MotherCare telah menyediakan dana untuk penterjemahan naskah pertama manual, pelaksanaan tes lapangan di Kalimantan Selatan dan penerbitan edisi pertama ini Kami juga mengucapkan terima kasih kepada USAID atas bantuan ini

Terima kasih kami kepada Hesperian Foundation, untuk publikasi mereka yang berjudul A Book for Midwifes oleh Susan Klein yang sering kami gunakan untuk mendapatkan ide, petunjuk dan ilustrasi Publikasi Hesperian Foundation yang lain, yang berjudul Where There is No Doctor dan Life-Saving Skills Manual (edisi ke-3) juga digunakan sebagai sumber utama atau sebagai inspirasi untuk sejumlah ilustrasi pada manual ini

Banyak terima kasih kepada semua Pelatih LSS atas dedikasi dan bantuan mereka yang tidak ternilai Kelompok Pelatih LLS dari Uganda, Ghana dan Vietnam berperan penting dalam penyusunan materi manual terutama pada bidang-bidang pengetahuan yang sangat penting Dari proses pengajaran naskah pertama manual ***Perawatan Ibu Sehat dan Bayi Sehat*** dan dari umpan balik yang telah mereka berikan, kelompok Pelatih LLS di Indonesia berperan besar dalam perbaikan edisi pertama ini

Kami berterima kasih kepada banyak pihak, kelompok maupun perorangan atas sumbangan, saran-saran dan waktu mereka dalam mengedit manual ini, diantaranya

Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Direktorat Kesehatan Keluarga (terutama Dr Ardi kaptiningsih, kepala Sub-direktorat Obstetri dan Ginekologi yang telah membaca seluruh naskah pertama manual ini secara terperinci dan memberikan arahan mengenai program dan kebijakan di Indonesia, dan Dr Maya Hoesin dari Sub-direktorat BALITA atas masukan-masukannya mengenai perawatan bayi dan perawatan prenatal)

Yane Annas, Wakil Ketua Ikatan Bidan Indonesia (IBI) dan koordinator proyek IBI/MotherCare, atas bantuan teknisnya pada penyusunan manual dan selama pelaksanaan *Training of Trainers* LSS

Staf American College of Nurse-Midwifes, Seksi Proyek Khusus, dan rekan-rekan lainnya

Staf John Snow, Inc , MotherCare Project, di Amerika dan Indonesia

Para perterjemah dan editor Dr James Thouw, yang telah bekerja keras untuk menterjemahkan naskah pertama manual LSS untuk Departemen Kesehatan di Indonesia, Dra Octarinda dan Dra Harni, MKM atas bantuan mereka menterjemahkan dan mengedit dengan teliti dalam waktu yang sempit, dan Riznawaty Imma A Batubara SKM , MSc dan Elviyanti Martini SKM , MSc atas kesabaran dan usaha mereka untuk menterjemahkan naskah terakhir dan membuat perubahan-perubahan

Ann Phyllis Clark, BS, CNM, dan Christine S atas kerja keras mereka, dengan tetap menciptakan suasana kerja yang menyenangkan, serta menyiapkan naskah pertama dan naskah terakhir dari edisi pertama ini

Mary Kroger, MPH, CNM, atas tenaga, keahlian dan kemurahan hatinya untuk berbagi informasi mengenai menyusui, yang tersebar dalam banyak halaman di manual ini

Pak Teng Sugilar, seniman dan pakar komunikasi, untuk ilustrasi-ilustrasi yang telah diciptakan dan diadaptasinya

Terakhir, terima kasih banyak kepada semua yang terlibat, yang tidak bisa kami sebutkan satu per satu di sini, atas segala sumbangan ide dan keahlian mereka yang tercermin dalam manual ini

DAFTAR PUSTAKA

Buku-buku berikut telah dipergunakan untuk menyusun manual ***Perawatan Ibu Sehat dan Bayi Sehat***

Cox, H (1971) Midwifery manual, McGraw-Hill International Book Division, Singapore

Evian, Dr C (1971) AIDS in the Workplace in Southern Africa, Goldfields Press, South Africa

Hosken, F P (1982) The Childbirth Picture Book, Women's International Network News, Lexington, MA

King, M et al (1978) Primary Child Care, Oxford University Press on behalf of the World Health Organization, Hong Kong

Klein, S (1995) A Book for Midwives, The Hesperian Foundation, Palo Alto, CA

Marshall, M A & S T Buffington, (1991) Life-Saving Skills Manual for Midwives, American College of Nurse-Midwives, Washington, D C

Myles, M F (1981) Textbook for Midwives, Churchill Livingstone, Edinburgh

The Medex Primary Health Care Series (1983) Maternal and Child Health, Labor and Delivery, Physical Examination, Health Manpower Development Staff, John A Burns School of Medicine, University of Hawaii, Honolulu

The Uganda Council for Midwives and Nurses (1993) Midwives' Handbook and Guide to Practice 10th Revision, Kampala, Uganda

World Health Organization (1990) AIDS Prevention Guidelines for MCH/FP Programme Managers, II, AIDS and Maternal and Child Health, WHO Document MCH/GPA/90 2

World Health Organization (1994) Preventing Prolonged Labour A Practical Guide The Partograph Part II User's Manual WHO/FHE/ MSM/93 9

DAFTAR ISI

Halaman

KATA PENGANTAR

UCAPAN TERIMA KASIH

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR ISI

TOPIK 1 **Pencegahan Infeksi**

Pendahuluan dan Tujuan		1
Apa Yang Telah Saya Ketahui?		2
Latihan 1-1	Mencuci tangan	5
Latihan 1-2	Langkah-Langkah Pencegahan Infeksi	8
Latihan 1-3	Pencegahan Infeksi Pada Tempat Persalinan	15
Latihan 1-4	Bagaimana Bidan Dapat Melindungi Diri Sendiri Dari Infeksi	18
Apa Yang Telah Saya Pelajari?		22

TOPIK 2 **Antenatal**

Pendahuluan dan Tujuan		25
Apa Yang Telah Saya Ketahui?		27
Latihan 2-1	Pencatatan Riwayat Antenatal - TANYA DAN DENGAR	29
Latihan 2-2	Pemeriksaan Fisik - LIHAT DAN RABA	37
Latihan 2-3	Menentukan Kebutuhan dan Memberikan Perawatan	46
Latihan 2-4	Informasi Pencatatan Antenatal	52
Apa Yang Telah Saya Pelajari?		55

TOPIK 3 **Kala Pertama Persalinan**

Pendahuluan dan Tujuan		59
Apa Yang Telah Saya Ketahui?		61
Latihan 3-1	Kala-Kala Persalinan	63
Latihan 3-2	Perawatan Ibu Selama Persalinan	65
Latihan 3-3	Mengetahui Riwayat Kehamilan - TANYA DAN DENGAR	68
Latihan 3-4	Pemeriksaan Fisik - LIHAT DAN RABA	73
Latihan 3-5	Menggunakan Partograf Untuk Memantau Persalinan	80
Apa Yang Telah Saya Pelajari?		102

TOPIK 4 **Kala Kedua dan Ketiga Persalinan**
Pendahuluan dan Tujuan 105
Apa Yang Telah Saya ketahui? 107
Latihan 4-1 Memberikan Perawatan selama Kala II Persalinan 109
Latihan 4-2 Menangani Kala III Persalinan 125
Latihan 4-3 Pencatatan 131
Apa Yang Telah Saya Pelajari? 133

TOPIK 5 **Pasca Salin**
Pendahuluan dan Tujuan 135
Apa Yang Telah Saya Ketahui? 138
Latihan 5-1 Perubahan Pada Ibu Setelah Persalinan 140
Latihan 5-2 Perubahan Yang Harus Dilakukan Oleh Bayi Yang Baru Lahir 143
Latihan 5-3 Perawatan Pasca Salin untuk Ibu dan Bayi Segera Setelah Persalinan Sampai Enam Jam Pertama Setelah Persalinan 146
Latihan 5-4 Perawatan Pasca Salin untuk Ibu dan Bayi Tiga Hari Setelah Persalinan 162
Latihan 5-5 Perawatan Pasca Salin untuk Ibu dan Bayi Dua Minggu Setelah Persalinan 175
Latihan 5-6 Perawatan Pasca Salin untuk Ibu dan Bayi Enam Minggu Setelah Persalinan 192
Latihan 5-7 Pencatatan 193
Apa Yang Telah Saya Pelajari? 196

TOPIK 6 **Bekerja Dengan Anggota Masyarakat**
Pendahuluan dan Tujuan 199
Apa Yang Telah Saya Ketahui? 200
Latihan 6-1 Mencari Tahu Tentang Masyarakat 201
Latihan 6-2 Adakan Pertemuan di Masyarakat 205
Latihan 6-3 Ketrampilan Berkomunikasi Saat Memberikan Penyuluhan 208
Apa Yang Telah Saya Pelajari? 210

TOPIK 1
PENCEGAHAN INFEKSI

PENDAHULUAN

Seorang ibu, bayi, atau bidan dapat dengan mudah terkena kuman-kuman yang dapat menyebabkan infeksi melalui (1) kontak dengan orang lain yang tidak mencuci tangan atau sedang sakit, (2) keadaaan rumah dan lingkungan yang kotor atau (3) klinik atau rumah sakit dimana peralatan, perabotan, atau sarung tangan tidak dibersihkan secara memadai Pada topik ini, ibu bidan akan mempelajari bagaimana membantu mencegah infeksi pada ibu, bayi dan diri ibu bidan sendiri

Setelah mempelajari Topik ini, lihatlah cheklist ketrampilan ***Pencegahan Infeksi*** Checklist ini akan memberikan kerangka yang jelas, tahap demi tahap, apa yang perlu ibu bidan lakukan untuk mencegah infeksi Di dalamnya juga terdapat daftar peralatan yang ibu bidan butuhkan untuk mencegah infeksi pada waktu menangani/merawat ibu dan bayinya

TUJUAN

Pada akhir Topik ini ibu bidan akan mampu untuk

1 Memperagakan cara mencuci tangan yang aman menurut langkah-langkah dalam checklist

2 Menjelaskan pedoman pencegahan infeksi dengan penekanan khusus pada ruang bersalin, sprei, peralatan dan pasiennya

3 Menyiapkan ruang bersalin untuk persalinan yang aman dan bersih

4 Menyebutkan dan memperagakan 6 tindakan pencegahan untuk mencegah penularan infeksi dari darah atau cairan tubuh ke ibu bidan, ibu atau bayinya, serta ibu dan bayi lainnya di ruang bersalin

APA YANG TELAH SAYA KETAHUI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Jelaskan kapan dan bagaimana bidan harus mencuci tangannya

2 Cocokkan langkah pengontrolan infeksi berikut ini dengan penjelasan yang tepat

___ Dekontaminasi	1	Semua mikroorganisme (kuman penyakit) termasuk endospora akan mati dengan penggunaan autoclave Langkah ini dilakukan di rumah sakit untuk sarung tangan dan alat-alat bedah
___ Pembersihan	2	Peralatan yang kotor dan alat yang bukan sekali pakai direndam dalam larutan chlorine untuk menghilangkan darah atau bahan lainnya sehingga mengurangi resiko penularan HIV atau hepatitis
___ Desinfeksi Tingkat Tinggi	3	Peralatan dibersihkan dan disikat untuk menghilangkan darah atau kotoran-kotoran lain
___ Sterilisasi	4	Kuman penyakit seperti virus, bakteri, jamur, parasit dan beberapa endospora mati dengan perebusan selama 20 menit Cara ini dilakukan untuk sarung tangan dan alat-alat di fasilitas-fasilitas yang memiliki jumlah pasien sedikit

3 Pada klinik kecil dengan dua persalinan dalam satu minggu, langkah-langkah pencegahan infeksi apa yang dibutuhkan untuk

Sprei untuk tempat tidur persalinan

Lantai di ruang bersalin

Sarung tangan untuk pemeriksaan dalam

Jarum dan alat suntik

Gunting yang digunakan untuk memotong tali pusat

4 Jelaskan enam langkah perlindungan yang harus dilakukan oleh ibu bidan untuk melindungi diri dari infeksi ketika merawat wanita dalam persalinan

1)

2)

3)

4)

5)

6)

5 Jelaskan/peragakan bagaimana melindungi diri, ibu dan bayi dari infeksi di setiap situasi berikut

Memotong tali pusat

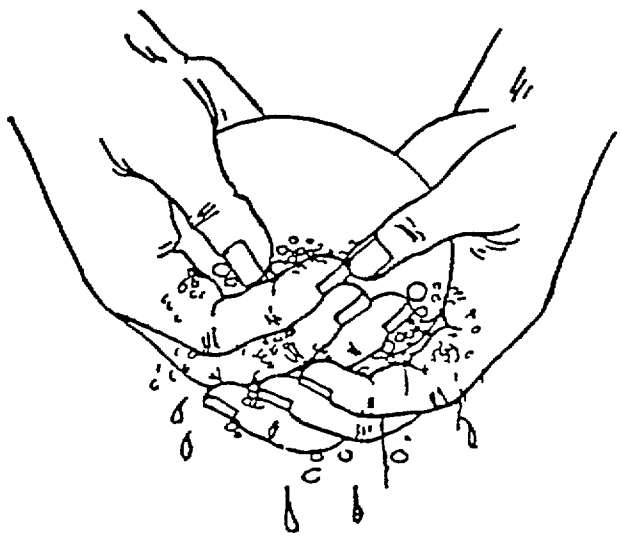
Melakukan pemeriksaan dalam pada ibu bersalin

Memeriksa plasenta setelah persalinan

Membersihkan ibu setelah persalinan

LATIHAN 1-1
MENCUCI TANGAN

Untuk mencegah infeksi pada ibu, bayi dan bidan sendiri, bidan harus memastikan bahwa tangannya selalu dalam keadaan bersih dan alat-alat yang digunakan selalu dalam keadaan bersih serta sudah di-desinfeksi



KAPAN HARUS MENCUCI TANGAN

Mencuci tangan harus menjadi suatu kebiasaan bagi bidan Ibu bidan harus mencuci tangan secara teratur pada waktu-waktu berikut

1 Ketika tiba di tempat kerja ***dan*** ketika meninggalkan tempat kerja untuk makan, menghadiri pertemuan, mengunjungi seseorang atau pulang kerja

2 Sebelum dan setelah merawat ibu atau bayi

3 Sebelum memakai dan setelah melepaskan sarung tangan

4 Apabila tangan anda terpercik darah atau cairan tubuh

5 Setelah pergi ke kamar kecil, membersihkan hidung atau batuk

CARA MENCUCI TANGAN

1 SIAPKAN SABUN, AIR BERSIH, DAN HANDUK YANG BERSIH DAN KERING

Sabun biasa sudah cukup baik untuk digunakan, walaupun pada beberapa tempat tertentu digunakan sabun disinfektan Air yang bersih dan mengalir adalah yang terbaik Bila tidak ada air mengalir, simpanlah air bersih dalam wadah yang tertutup

2 LEPASKAN SEMUA PERHIASAN

Jam tangan atau cincin dapat menyebabkan tidak seluruh telapak tangan dan lengan tercuci bersih Jam tangan atau cincin tersebut juga dapat mengandung kotoran-kotoran yang tersembunyi di tempat-tempat yang sulit dibersihkan Ibu bidan dapat menyematkan cincin atau jam tangan pada baju sehingga dapat tetap menggunakannya tetapi tidak mengganggu pekerjaan

3 BASAHI TANGAN DAN LENGAN DENGAN AIR

Bila tidak ada kran dengan air yang mengalir, mintalah seseorang untuk mengucurkan air bersih pada tangan dan lengan ibu bidan

4 CUCI TANGAN DAN LENGAN DENGAN SABUN

Sabunilah tangan dan lengan ibu bidan Cucilah tangan dengan baik, gosoklah jari-jari, telapak tangan, punggung telapak tangan, lengan dan pergelangan tangan selama paling sedikit 20 detik Pada tempat-tempat tertentu, sikat halus digunakan untuk menggosok kuku dan tangan

5 BILASLAH TANGAN DAN LENGAN DENGAN AIR BERSIH

Bila tidak ada air yang mengalir, mintalah seseorang untuk mengucurkan air bersih pada tangan dan lengan pada saat ibu bidan membilasnya

6 KERINGKAN TANGAN

Cara terbaik untuk mengeringkan tangan adalah dengan cara mengangin-anginkannya, bila waktu mencukupi Jika tidak , keringkan secara hati-hati dengan handuk yang bersih dan kering Akan lebih mudah menggunakan sarung tangan jika tangan ibu bidan dalam keadaan kering

TULIS JAWABAN UNTUK PERTANYAAN BERIKUT INI

1 Sebutkan lima situasi dimana bidan harus mencuci tangannya

1)

2)

3)

4)

5)

2 Jelaskan enam langkah dalam mencuci tangan

1)

2)

3)

4)

5)

6)

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada Latihan 1-1

LATIHAN 1-2
LANGKAH-LANGKAH PENCEGAHAN INFEKSI

Bagian ini akan menjelaskan tiga langkah yang digunakan untuk mencegah infeksi dari peralatan dan benda-benda yang digunakan dalam perawatan ibu dan bayi Langkah-langkah ini penting untuk mengurangi infeksi HIV, hepatitis dan penyakit-penyakit lainnya ***Dekontaminasi*** dan ***pembersihan*** adalah langkah-langkah pencegahan infeksi yang perlu dilakukan terhadap semua alat yang digunakan dalam perawatan ***Desinfeksi tingkat tinggi atau sterilisasi*** adalah tahap ketiga yang perlu dilakukan untuk membunuh kuman penyakit pada peralatan, jarum suntik, alat suntik dan sarung tangan yang digunakan dalam merawat ibu dan bayinya

LANGKAH-LANGKAH PENCEGAHAN INFEKSI

1 ***DEKONTAMINASI***

2 ***PEMBERSIHAN***

3 ***DESINFEKSI TINGKAT TINGGI***
atau
STERILISASI

1 ***DEKONTAMINASI*** lantai yang kotor, tempat tidur, perlengkapan, peralatan, sprei, sarung tangan, jarum suntik, alat suntik dan benda lainnya yang digunakan dalam perawatan pasien adalah langkah pertama pencegahan infeksi Tujuan dekontaminasi adalah menghilangkan darah atau zat-zat lain pada lantai, tempat tidur, perlengkapan, peralatan, sprei, sarung tangan, jarum suntik, alat suntik dan benda lain untuk mengurangi resiko penularan HIV dan hepatitis Benda-benda ini masih membutuhkan sedikitnya satu langkah lagi sebelum benda tersebut aman untuk digunakan kembali

☞ **Pakailah selalu sarung tangan selama tahap ini**

METODA *DEKONTAMINASI*

1 Buat larutan dari

100 cc Bayclin (chlorine cair) ke dalam 900 cc air

2 Taruhlah sarung tangan, peralatan, jarum suntik, alat suntik, semua benda-benda terbuat dari karet dan sprei ke dalam larutan tersebut sampai benar-benar terendam

3 Pastikan bahwa alat suntik, jarum suntik, dan tabung terbasuh dan terisi larutan tersebut dan peralatan terbuka lebar

4 Rendam selama 10 menit

2 ***PEMBERSIHAN*** adalah langkah pencegahan infeksi kedua Selalu gunakan deterjen dengan air, karena air saja tidak dapat menghilangkan darah, minyak, chlorine dan bahan-bahan lainnya Pembersihan meningkatkan kualitas langkah ketiga

☞ **Selalu gunakan sarung tangan bersih pada tahap ini**

CARA MELAKUKAN *PEMBERSIHAN*

1 **Sarung Tangan**

Cuci dengan sabun dan air, balikkan sarung tangan untuk menjamin bahwa kedua sisi bebas dari kotoran

2 **Peralatan, Jarum dan Alat Suntik**

Lepaskan bagian-bagiannya dan buka lebar-lebar untuk memastikan bahwa semua darah, kotoran dan benda-benda lainnya hilang, bahkan pada daerah sambungan dan daerah tersembunyi Sikat berguna untuk membersihkan peralatan Pastikan bahwa tabung dan jarum suntik tercuci dengan baik dengan menggunakan sabun dan air, serta kemudian dibilas

3 **Sprei**

Cuci dengan sabun dan air dan gantunglah di bawah sinar matahari agar kering Tergantung keadaan, pencucian sprei mungkin dapat diserahkan pada agen binatu

☞ **Peralatan, jarum suntik, alat suntik dan sarung tangan yang digunakan untuk memberikan perawatan masih memerlukan langkah selanjutnya sebelum peralatan tersebut aman untuk digunakan kembali**

3 ***DESINFEKSI TINGKAT TINGGI*** atau ***STERILISASI*** digunakan sebagai langkah pencegahan infeksi ketiga

DESINFEKSI TINGKAT TINGGI digunakan pada peralatan, jarum suntik, alat suntik, dan beberapa jenis sarung tangan untuk membunuh semua virus, bakteri, parasit, jamur dan beberapa endospora di klinik dan klinik bersalin dengan jumlah pasien kecil Merebus dan menguapkan adalah metoda desinfeksi tingkat tinggi yang paling sederhana dan dapat diandalkan, namun beberapa disinfektan kimia dapat pula dipergunakan Peralatan, jarum suntik, alat suntik dan sarung tangan yang di-desinfeksi dengan cara merebus, menguapkan atau desinfeksi secara kimia harus digunakan dalam satu minggu setelah proses tersebut Jika satu minggu telah lewat sejak proses desinfeksi tingkat tinggi tersebut, peralatan itu perlu di-desinfeksi kembali sebelum digunakan

Desinfeksi kimia

- Hanya digunakan bila

  Sterilisasi dan desinfeksi tingkat tinggi dengan cara merebus dan menguapkan tidak memungkinkan

  dan

  Desinfektan dan waktu perendaman yang tepat sudah diketahui (lihat ke tabel untuk "Desinfektan Kimia" pada Buku Petunjuk)

- Tidak boleh digunakan pada jarum dan alat suntik

- Dapat dinonaktifkan oleh darah dan cairan tubuh lain, sehingga mendekontaminasikan dan membersihkan peralatan terlebih dahulu sangatlah penting

- Harus disiapkan secara hati-hati

- Dapat kekurangan kekuatan desinfeksinya selama penyimpanan

☞ **Wadah untuk desinfeksi dapat disiapkan dengan cara merebusnya selama 20 menit, atau mengisinya dengan 0 5% larutan chlorine dan merendamnya juga selama 20 menit Bilaslah wadah tersebut dengan air mendidih jika menggunakan perendaman dengan larutan chlorine Angin-anginkan atau keringkan di bawah matahari dan tutupi dengan penutup yang sudah di-desinfeksi**

☞ **Sarung tangan yang telah di-desinfeksi tingkat tinggi harus diangin-anginkan agar kering dan disimpan dalam wadah tertutup yang sudah di-desinfeksi Bila menggunakan sarung tangan, ibu bidan harus mencuci tangan dahulu sebelumnya Kemudian cuci sarung tangan seperti jika sedang mencuci tangan sebelum mulai memberikan perawatan**

METODA *DESINFEKSI*

1 Pastikan segala sesuatunya sudah ***didekontaminasi*** dan ***dibersihkan***, serta peralatan sudah ***terbuka*** dan alat suntik sudah ***dilepaskan bagian-bagiannya*** Cuci semua tabung

2 Jangan menambahkan peralatan tambahan setelah menutup tempat penyimpanan

3 Tiga cara untuk desinfeksi tingkat tinggi adalah

A Perebusan

1) Rendam peralatan (dalam panci atau alat lainnya) dengan air sampai seluruh permukaan peralatan tertutup
2) Didihkan air
3) Tutup panci dan biarkan mendidih selama 20 menit
4) Pindahkan peralatan dari panci dengan gunting tang atau penjepit yang steril, dan letakkan peralatan dalam tempat steril (gunting tang atau penjepit dapat pula direbus dan diletakkan di atas peralatan lainnya agar memudahkan pemindahan)
5) Angin-anginkan
6) Bila sudah kering, simpanlah dalam tempat tertutup yang sudah di-desinfeksi

B Penguapan

1) Letakkan peralatan dalam alat penguap dengan air mendidih
2) Tutup panci dan uapkan selama 20 menit
3) Pindahkan dari alat penguap
4) Angin-anginkan
5) Bila sudah kering, simpanlah dalam tempat tertutup yang sudah di-desinfeksi

C Desinfeksi Kimiawi

1) Rendamlah peralatan atau sarung tangan dengan desinfektan tingkat tinggi hingga tertutup semua permukaan dan rendamlah sesuai waktu yang diperlukan (lihat ke tabel untuk "Desinfektan Kimia" pada Buku Petunjuk)
2) Bilaslah dengan air yang sudah mendididih
3) Angin-anginkan
4) Simpanlah dalam tempat tertutup yang sudah di-desinfeksi

☞ **Gentian violet, Eusol, Hibitane, Savlon, Dettol, Phisohex, senyawa air raksa, phenol, Lysol dan Zephiran tidak tepat digunakan untuk desinfeksi tingkat tinggi**

STERILISASI digunakan di rumah sakit dan merupakan langkah ketiga pencegahan infeksi yang lebih baik untuk peralatan operasi Sterilisasi membasmi mikroorganisma dan ***semua*** semua endospora

METODA *STERILISASI*

1 Pastikan bahwa segala sesuatunya sudah ***didekontaminasi*** dan ***dibersihkan,*** dan peralatan sudah ***terbuka*** serta alat suntik sudah ***dilepaskan bagian-bagiannya*** Siramlah semua tabung

2 Dua cara untuk mensterilkan adalah

A **Menggunakan Autoclave**

Metoda pilihan untuk peralatan medis yang bisa dipakai ulang, jarum suntik, alat suntik dan sarung tangan Nyalakan autoclave pada suhu 121° C (250° F) yang setara dengan tekanan 106 kPA (15 lb/m^2) selama minimum 20 menit (bila terbungkus, perlu 30 menit)

B **Pemanasan Kering**

Bisa juga digunakan, tetapi peralatan tersebut perlu dipanaskan pada suhu 170° C (340° F) selama 2 jam Kompor oven rumah tangga cukup memadai sebagai sterilisasi pemanas kering Pemanas kering ***tidak*** dapat digunakan untuk sarung tangan atau tabung karet

3 Penyimpanan harus dalam tempat yang kering dan bersih bila peralatan dalam keadaan terbungkus Bila tidak terbungkus selama sterilisasi, simpanlah dalam tempat steril yang tertutup rapat

TULIS JAWABAN UNTUK PERTANYAAN BERIKUT

1 Jelaskan masing-masing langkah berikut dalam pencegahan infeksi

1) Dekontaminasi

2) Pembersihan

3) Desinfeksi tingkat tinggi

4) Sterilisasi

2 Jelaskan bagaimana ibu bidan dapat menggunakan langkah-langkah pencegahan infeksi ini di tempat kerja ibu bidan

1) Dekontaminasi

2) Pembersihan

3) Desinfeksi tingkat tinggi

4) Sterilisasi

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada Latihan 1-2

LATIHAN 1-3
PENCEGAHAN INFEKSI PADA TEMPAT PERSALINAN

Seorang bidan bertanggung jawab untuk memastikan bahwa segala sesuatu yang digunakan dalam perawatan ibu dan bayi sudah dibersihkan dengan baik atau di-desinfeksi Bagian ini menggambarkan bagaimana langkah-langkah pencegahan infeksi yang digunakan pada tempat persalinan Adalah penting untuk membersihkan darah dan cairan tubuh lain di tempat persalinan dan pada peralatan-peralatan, serta untuk mempersiapkan persalinan berikutnya Ibu bidan harus menggunakan sarung tangan selama menjalankan prosedur ini Panduan pencegahan infeksi berikut menggambarkan bagaimana merawat peralatan dan tempat persalinan hingga siap untuk menolong persalinan berikutnya

Tumpahan cairan

1 ***Dekotaminasikan*** selama 10 menit sebelum dibersihkan dengan kain
2 ***Bersihkan*** seluruhnya dengan sabun dan air

Daerah persalinan meliputi tempat tidur, lantai, dan permukaan lainnya

1 ***Dekontaminasikan*** lantai, tempat tidur, meja, tiang penggantung infus, kursi, dll dengan menggunakan larutan chlorine
2 ***Bersihkan*** *dengan menyikat* dengan sabun dan air
3 Angin-anginkan

Sprei mencakup alas tempat tidur, kain dan selimut

1 ***Dekontaminasikan*** selama 10 menit (bila terkena darah atau cairan tubuh)
2 ***Bersihkan*** dengan mencucinya dengan sabun dan air (atau mencuci seperti yang dilakukan oleh agen binatu)
3 Bilas dengan air bersih
4 Keringkan di bawah matahari atau angin-anginkan
5 Bila sudah kering, simpan dalam tempat yang bersih dan kering

Sarung tangan, benda-benda yang terbuat dari karet dan plastik, termasuk penghisap lendir, tabung rectal, kateter urin dan kateter sedot, penghisap lendir

1 ***Dekontaminasikan*** selama 10 menit
2 ***Cuci*** dengan sabun dan air untuk menghilangkan semua darah, kotoran atau benda-benda lainnya
3 Bilas dengan air bersih
4 Periksa apakah ada lubang-lubang (jika berlubang buang)
5 Keringkan pada kedua sisinya
6 ***Desinfeksi tingkat tinggi atau sterilkan*** benda-benda yang digunakan dalam prosedur medis atau operasi
7 Simpan dalam tempat tertutup yang sudah di-desinfeksi

Peralatan dan perlengkapan untuk persalinan, perobek selaput ketuban, episiotomi, ekstraksi vakum

1 ***Dekontaminasikan*** selama 10 menit
2 ***Cuci*** dengan sabun dan air (untuk menghilangkan semua kotoran)
3 Bilas dengan air bersih
4 ***Gunakan desinfeksi tingkat tinggi atau sterilisasikan***
5 Keringkan sebelum disimpan dalam tempat tertutup yang steril dan sudah di desinfeksi

Jarum dan Alat suntik

1 ***Dekontaminasikan*** dengan mengisi jarum dan alat suntik (yang belum dilepas) dengan larutan
2 Rendam selama 10 menit
3 Bilas tiga kali dengan air bersih
4 Lepaskan bagian-bagian dari alat suntik tersebut
5 ***Cuci*** dengan sabun dan air
6 Bilas dengan air bersih
7 Angin-anginkan atau keringkan dengan handuk
8 ***Di-desinfeksikan tingkat tinggi atau sterilisasikan***
9 Simpan dalam tempat tertutup yang steril atau sudah di-desinfeksi

Orang (Setiap orang yang akan menolong persalinan termasuk ibu, bidan, kerabat, atau keluarga, harus)

1 Mencuci tangan setiap kali mereka menyentuh ibu atau rambut atau pakaian mereka sendiri
2 Mencuci tangan bila tangan mereka terkena darah, cairan lendir, cairan tubuh, feses atau kotoran
3 Mencuci tangan bila tangan mereka terlihat kotor, setelah pergi ke kamar mandi, setelah membersihkan hidung atau batuk, serta sebelum dan setelah makan
4 Memakai baju yang bersih

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT INI

Jelaskan bagaimana ibu bidan melakukan tindakan pencegahan infeksi untuk

Jarum dan alat suntik

Sprei

Sarung tangan yang dipakai untuk membersihkan tempat tidur

Sarung tangan yang dipakai untuk pemeriksaan dalam

Alat-alat ekstraksi vakum

Keluarga yang menolong persalinan

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada Latihan 1-3

LATIHAN 1-4
BAGAIMANA BIDAN DAPAT MELINDUNGI DIRI SENDIRI DARI INFEKSI

Bidan perlu mempertimbangkan kemungkinan seorang ibu atau bayi yang dirawatnya mempunyai penyakit menular, seperti HIV atau hepatitis Ada kalanya ibu bidan dapat melihat tanda-tanda tersebut, tetapi kadang-kadang, tanda-tanda tersebut tidak dapat terlihat Si ibu mungkin tidak tahu bahwa dirinya menderita penyakit tersebut Oleh sebab itu, ibu bidan harus berhati-hati, untuk mengurangi resiko terkena infeksi pada diri sendiri dan pada orang lain dari infeksi silang ketika merawat ibu dan bayi

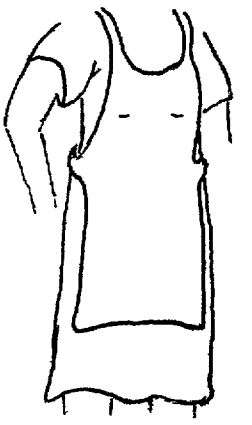
LANGKAH-LANGKAH PERLINDUNGAN

Tindakan-tindakan pencegahan berikut akan mengurangi keterpaparan dengan darah dan cairan tubuh lainnya

1 **Cuci tangan** seperti yang telah dijelaskan pada LATIHAN 1-1

2 **Kenakan pakaian pelindung**

Ibu bidan harus ***menutup pakaian*** yang dikenakan setiap kali melakukan tindakan yang dapat menyebabkan percikan darah atau cairan tubuh lainnya Celemek atau baju panjang adalah pelindung yang baik untuk itu Pastikan bahwa ibu bidan menggunakan ***celemek bersih yang berbeda untuk merawat setiap ibu*** Ibu bidan harus mengganti celemek, lalu mencuci tangan sebelum merawat ibu atau bayi lainnya



Ibu bidan harus ***mengganti atau menutup sepatu saat berada*** di ruang bersalin Bila ini tidak memungkinkan, ibu bidan dapat mengusap atau membersihkan sepatu ibu bidan dengan sabun dan air atau dengan larutan desinfektan ketika masuk ke ruangan persalinan agar kontaminasi tidak terbawa ke ruangan tersebut Waktu akan meninggalkan ruang persalinan, ibu bidan harus membersihkan atau mengganti sepatu lagi

☞ **Jangan bertelanjang kaki**

3 **Pakailah jenis sarung tangan yang tepat**

Sarung tangan yang sudah disterilkan atau di-desinfeksi tingkat tinggi

- Ketika melakukan pemeriksaan dalam, katerisasi, persalinan, dll

Sarung tangan yang bersih

- Waktu menyentuh benda apapun yang berhubungan dengan darah atau cairan tubuh (misalnya memeriksa plasenta)
- Bila ada luka di tangan untuk menghindari masuknya kuman kedalam tubuh melalui luka tersebut
- Waktu memberikan suntikan, mengambil darah atau memasang infus secara intravena
- Sewaktu membersihkan ibu selama dan sesudah melahirkan
- Sewaktu membawa bayi sebelum dimandikan

Sarung tangan untuk membersihkan peralatan

- Sewaktu mencuci perlengkapan, peralatan, perabotan dan lantai

4 **Hindari percikan** darah dan cairan ketuban dengan cara

- Merobek selaput ketuban dengan sengaja di antara kontraksi untuk menghindari memerciknya cairan ketuban
- Urut dan jepit tali pusat sebelum dipotong

☞ **Bila darah dan cairan tubuh mengenai mulut atau kulit ibu bidan, cucilah dengan air yang banyak dan sabunlah segera setelah keadaan memungkinkan serta aman bagi ibu dan bayi Bila darah atau cairan tubuh mengenai mata ibu bidan, cucilah dengan air dengan sebaik-baiknya**

5 **Hindari tertusuk jarum suntik dengan cara**

- Penanganan jarum suntik secara hati-hati
- Letakkan jarum-jarum yang sudah digunakan ditempat yang tepat
- Gunakan alat pemegang jarum ketika menjahit

☞ **Bila tertusuk jarum, cucilah luka dengan sabun dan air, tekanlah supaya luka mengeluarkan darah, dan tutup luka dengan plester tahan air**

6 **Tangani plasenta dengan hati-hati dengan cara**

Selalu menggunakan sarung tangan ketika sedang menangani plasenta

Simpan dalam kantung plastik sampai dibuang (dengan dibakar atau dikuburkan) Jika diserahkan kepada keluarga jelaskan

1) Jangan menyentuh plasenta dengan tangan telanjang
2) Plasenta dapat dikubur dengan kantung plastiknya tanpa dipindahkan terlebih dahulu
3) Jangan membuang plasenta ke sungai

Berikut ini adalah daftar alat-alat dan bahan-bahan yang dibutuhkan untuk mencegah infeksi ketika sedang merawat ibu dan bayi

PERALATAN DAN BAHAN-BAHAN UNTUK PENCEGAHAN INFEKSI

1 Sabun dan air
2 Cairan untuk dekontaminasi (chlorine bubuk atau cair seperti kaporit, bayclin dicampur 0 5% larutan)
3 Sikat untuk menyikat peralatan
4 Wadah untuk merebus dengan tutupnya
atau
alat penguap dengan tutupnya
atau
zat-zat kimia untuk desinfeksi tingkat tinggi dan wadahnya
5 Wadah untuk menyimpan peralatan dan bahan-bahan yang bersih atau sudah didisinfeksi
6 Celemek atau baju
7 Sepatu untuk daerah persalinan ATAU penutup sepatu
8 Sarung tangan untuk pemeriksaan
9 Sarung tangan untuk peralatan
10 Tempat penyimpanan jarum

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

1 Jelaskan pakaian pelindung bagi bidan

2 Mengapa seorang bidan harus mengunakan pakaian pelindung?

3 Ketika menolong persalinan, ketuban pecah secara spontan dan bidan terkena percikan cairan ketuban Apa yang harus dilakukan bidan tersebut?

4 Jelaskan bagaimana seorang bidan harus memotong tali pusat agar terhindar dari percikan darah

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada Latihan 1-4

APA YANG TELAH SAYA PELAJARI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Jelaskan kapan dan bagaimana bidan harus mencuci tangannya

2 Jelaskan langkah-langkah pencegahan infeksi berikut ini

Dekontaminasi

Pembersihan

Desinfeksi Tingkat Tinggi

Sterilisasi

3 Pada klinik kecil dengan dua persalinan dalam satu minggu, pencegahan infeksi apa yang dibutuhkan untuk

Sprei untuk tempat tidur persalinan

Lantai di ruang bersalin

Sarung tangan untuk pemeriksaan dalam

Jarum dan alat suntik

Gunting yang digunakan untuk memotong tali pusat

4 Jelaskan enam langkah perlindungan yang harus dilakukan oleh ibu bidan untuk melindungi diri dari infeksi ketika merawat wanita dalam persalinan

1)

2)

3)

4)

5)

6)

5 Jelaskan/peragakan bagaimana melindungi diri, ibu dan bayi dari infeksi, pada setiap situasi berikut

Memotong tali pusat

Melakukan pemeriksaan dalam pada ibu yang akan melahirkan

Memeriksa plasenta setelah persalinan

Membersihkan ibu setelah persalinan

Bandingkan jawaban ibu bidan dengan informasi yang ada pada Topik ini

Kaji ulang informasi yang tidak dimengerti dengan jelas

Latih keterampilan dengan menggunakan checklist ketrampilan

Peragakan ketrampilan pencegahan infeksi dengan menggunakan checklist keterampilan *Pencegahan infeksi*

Jika bidan tidak memiliki rekan sekerja, latih keterampilan ini dengan menggunakan checklist keterampilan kemudian memberikan penilaian sendiri Ulangi latihan ini sebanyak lima kali dan catat kemajuan yang dirasakan

TOPIK 2
ANTENATAL

PENDAHULUAN

Ibu bidan memberikan perawatan dan penyuluhan kepada wanita hamil dan keluarganya sehingga kehamilannya akan sesehat mungkin Dalam topik ini ibu bidan akan mempelajari dan mempraktekkan perawatan yang harus diberikan kepada ibu selama kehamilannya

Ibu bidan akan mempelajari bagaimana memperkirakan usia kehamilan dan waktu kelahiran Ibu bidan akan mempelajari bagaimana mencatat suatu riwayat kesehatan kehamilan (***TANYA* dan *DENGAR***) untuk mengetahui keadaan kesehatan si ibu secara umum, riwayat kesehatannya, riwayat kehamilan dan kelahiran sebelumnya Ibu bidan akan mempraktekkan bagaimana berbicara dengan ibu hamil, memeriksa tubuhnya (***LIHAT* dan *RABA***), dan memeriksa bayinya Informasi ini akan membantu ibu bidan dalam memberikan penyuluhan kepada ibu dan membuat rencana dengannya agar kehamilan dan kelahirannya ini bisa seaman mungkin

Ibu bidan memperoleh informasi pada setiap kunjungan untuk merencanakan perawatan dengan cara berbicara dengan ibu (***TANYA* dan *DENGAR***), dan memeriksa tubuh ibu dan bayi (***LIHAT* dan *RASA***)

Setelah membaca latihan ini, lihat pada checklist ketrampilan

1) ***Kunjungan Antenatal Pertama***

2) ***Kunjungan Antenatal Berikutnya***

Ini akan memberikan tuntunan langkah demi langkah yang jelas tentang apa yang harus dilakukan bidan dalam memberikan perawatan antenatal

Sebaiknya ibu bidan dapat mencatat apa yang dipelajari mengenai ibu dan bayi setiap kunjungan Kemudian ibu bidan dan ibu hamil dapat menggunakan informasi itu dalam merencanakan perawatannya selama kehamilan, persalinan dan kelahiran Contoh formulir pencatatan dilampirkan pada akhir topik ini Bila ibu bidan tidak mempunyai formulir pencatatan, ibu bidan dapat menyalin informasi ini pada selembar kertas atau pada buklet untuk setiap ibu hamil Daftar peralatan untuk memberikan perawatan antenatal juga dilampirkan

TUJUAN

Di akhir Topik ini ibu bidan akan mampu untuk

1 Memperagakan bagaimana mencatat riwayat antenatal (***TANYA* dan *DENGAR***), dengan menggunakan checklist ketrampilan

2 Memperagakan bagaimana melakukan pemeriksaan antenatal secara fisik (***LIHAT* dan *RASA***) dengan menggunakan lembar ketrampilan

3 Menjelaskan hasil temuan yang normal dan perubahan-perubahan dari keadaan normal yang biasa ditemui pada ibu hamil

4 Memperagakan bagaimana menggunakan informasi dari riwayat antenatal dan pemeriksaan fisik untuk merencanakan perawatan dengan ibu hamil agar ia mendapatkan kehamilan yang aman dan bayi yang sehat

5 Memperagakan bagaimana mencatat informasi dari riwayat antenatal, pemeriksaan fisik, dan rencana perawatan pada kartu antenatal (KMS Ibu Hamil)

6 Menjelaskan perlengkapan yang mungkin digunakan oleh bidan untuk pemeriksaan antenatal

APA YANG TELAH SAYA KETAHUI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Ibu Tina adalah seorang wanita hamil berumur 24 tahun yang datang kepada ibu bidan untuk mendapatkan perawatan antenatal Selama mengumpulkan riwayat antenatal (***TANYA* dan *DENGAR***) ibu bidan menanyakan kapan haid terakhirnya Mengapa informasi ini penting?

2 Ibu Tina datang kepada ibu bidan untuk mendapatkan perawatan antenatal pada tanggal 13 April Hari pertama haid terakhirnya adalah tanggal 25 Desember Kapankah perkiraan kelahirannya? Berapa minggu umur kehamilannya?

3 Jelaskan mengapa ibu bidan harus menanyakan ibu hamil pertanyaan-pertanyaan ini pada kunjungan antenatal pertama?

Siapa dia?

Apakah ia mengalami masalah dengan kehamilan atau persalinan terakhirnya?

Berapa umur kehamilannya yang sekarang ini?

Apakah ia mengalami masalah dengan kehamilan ini?

Apakah ia minum obat-obatan pada saat ini?

Apakah ia pernah mendapat suntikan tetanus?

Apakah ia mempunyai pertanyaan atau masalah lain?

4 Mengapa menurut ibu bidan memperkirakan hari persalinan ibu Tina dengan melihat saat haid terakhirnya sebelum pemeriksaan fisik antenatal akan berguna?

5 Jelaskan empat hal mengenai bayi yang perlu ibu bidan cari pada waktu melakukan pemeriksaan abdomen pada ibu Tina

1)

2)

3)

4)

6 Kehamilan ini merupakan kehamilan keempat ibu Tina dan ia memiliki tiga orang anak Bayi terakhirnya lahir pada bulan Mei tahun lalu Ibu Tina mengeluh kelelahan dan konjungtivanya terlihat pucat Apakah enam nasehat atau pesan kesehatan yang penting untuk ibu Tina?

1)

2)

3)

4)

5)

6)

7 Bagaimanakah ibu bidan dapat mengetahui bahwa ibu Tina benar-benar memahami informasi yang ibu bidan berikan?

8 Penyuluhan apa yang akan ibu bidan berikan kepada ibu Tina mengenai persiapan untuk menghadapi keadaan gawat-darurat?

LATIHAN 2-1
PENCATATAN RIWAYAT ANTENATAL TANYA DAN DENGAR

Pencatatan riwayat antenatal adalah sebuah cara bagi bidan untuk mengetahui apakah seorang ibu hamil sehat dan apakah ia punya hal-hal yang perlu diperhatikan atau mempunyai masalah Kunjungan pertama adalah suatu kesempatan bagi ibu hamil untuk membuatnya mau membicarakan tentang dirinya dengan ibu bidan Bila ia merasa malu membicarakan tentang tubuhnya atau tentang seks, hal ini mungkin membuatnya sulit untuk mengatakan pada ibu bidan tentang hal-hal yang perlu diketahui oleh ibu bidan mengenai kesehatannya Cobalah untuk membuatnya merasa nyaman dengan cara

Memberikan keleluasaan pribadi (kerahasiaan)

Mendengarkan dengan baik

Menjawab pertanyaan-pertanyaannya

Perlakukan dia dengan baik

Ibu bidan harus ***TANYA*** pertanyaan-pertanyaan berikut dan ***DENGAR*** jawaban-jawaban si ibu Jawaban-jawaban dari pertanyaan-pertanyaan ini perlu dibahas kembali pada setiap kunjungan Bila informasi ini sudah dicatat di pencatatan antenatal, ibu bidan tidak perlu menanyakan pertanyaan tersebut lagi Namun demikian, beberapa dari pertanyaan-pertanyaan ini perlu ditanyakan kembali pada setiap kunjungan Pertanyaan-pertanyaan tersebut ditandai dengan "*"

1 SIAPA DIA ?

Untuk mengetahui tentang wanita itu sendiri Tanyakan padanya nama dan alamat Berapa lama waktu perjalanan yang ditempuh untuk mengunjungi bidan? Apakah ia bekerja di luar rumah? Jika ***ya***, jenis pekerjaan apa yang dilakukannya? Apakah ia senang dengan kehamilannya ini? Berapa jumlah anaknya? Berapa jumlah anak yang diinginkan? Apakah pendidikan terakhirnya?

2 BERAPA USIANYA?

Ibu yang berusia 20-35 biasanya mempunyai paling sedikit masalah dalam melahirkan

3 BERAPA JUMLAH ANAKNYA?

Ibu yang mempunyai 1 atau 2 anak, yang anak terakhirnya lahir sekurangnya 2 tahun yang lalu, yang anak-anaknya lahir hidup dan sehat biasanya mempunyai paling sedikit masalah selama kehamilan

Tanyakan apakah ia menggunakan KB sebelumnya, apa jenisnya, dan apakah ia menyukai metode tersebut Mungkin ini merupakan waktu yang baik untuk menanyakan apakah yang akan dilakukannya untuk menjarangkan kelahiran sesudah bayi ini lahir

4 APAKAH IA MEMPUNYAI MASALAH DENGAN KEHAMILAN ATAU KELAHIRAN SEBELUMNYA?

Tanyakan pada wanita itu apakah ia pernah mengalami keguguran, aborsi, perdarahan sebelum melahirkan, atau perdarahan yang terlalu banyak sesudah melahirkan? Apakah ada masalah dengan plasenta? Apakah mengalami pembedahan cesar? Apakah ada anaknya yang meninggal? Apakah ada masalah kesehatan? Apakah mengalami tekanan darah tinggi atau diabetes? Apakah ada masalah dalam menyusui bayi sebelumnya?

☞ **Jika seorang wanita memiliki riwayat permasalahan-permasalahan ini, tentukan apakah ia memerlukan dokter untuk perawatan antenatalnya atau apakah ia harus melahirkan di rumah sakit, kemudian bicarakan dengan wanita itu dan berikan penyuluhan**

5 * BERAPA USIA KEHAMILANNYA (gestasi)? KAPAN BAYI AKAN LAHIR (perkiraan tanggal kelahiran)?

Tanyakan pada ibu kapan masa haid terakhirnya dan berapa usia kehamilan menurutnya

1) Apakah masa haidnya teratur, sekali setiap 4 minggu?
2) Apakah haid terakhirnya normal?
3) Apakah ibu ingat tanggal hari pertama haidnya yang terakhir?

Jika jawabannya ***tidak*** pada 3 pertanyaan ini, maka ibu bidan perlu menanyakan kapan ibu mulai memperhatikan gejala-gejala kehamilan dan mengukur ukuran rahimnya (lihat Latihan 2-2) untuk memperkirakan usia kehamilan dan waktu kelahiran

Jika Jawabannya ***ya*** pada 3 pertanyaan ini, Ibu bidan dapat mengetahui tanggal kelahiran dan berapa usia kehamilannya pada kunjungan ini Gunakan salah satu metoda dalam tabel di bawah ini Ingatlah bahwa kehamilan berlangsung selama 9 bulan kalender atau 10 peredaran bulan (40 minggu) sejak haid terakhir

CARA MENGETAHUI PERKIRAAN PERSALINAN DAN USIA KEHAMILAN

CARA 1 **(Perkiraan Persalinan)** **METODA KALENDER**	Catat hari pertama haid yang terakhir dan hitung 3 bulan Kemudian tambah 7 hari Contohnya, jika haid terakhir mulai tanggal 6 mei, hitung mundur 3 bulan (6 April 6 Maret 6 Februari) dan kemudian tambahkan 7 hari (6 Februari + 7 hari) 13 February adalah tanggal kelahiran
CARA 2 **(Perkiraan Persalinan)** **METODA PEREDARAN BULAN**	Jika masa haid ibu biasanya 1 bulan (4 minggu) sekali, bayi lahir tepat 10 bulan setelah hari pertama haid terakhir Jika haid terakhir mulai pada bulan purnama bayi akan lahir 10 bulan purnama berikutnya Jika haid terakhir mulai bulan sabit, bayi akan lahir 10 bulan sabit berikutnya
CARA 3 **(Gestasi dan Perkiraan Persalinan)** **METODA LINGKARAN GESTASI**	Hitunglah dengan menggunakan diagram gestasi/usia kehamilan (jika ibu bidan memilikinya)
CARA 4 **(Gestasi)**	Catat hari pertama haid terakhir dan hitung jumlah bulan yang telah lewat antara hari itu dengan kunjungan pertama Contohnya, Jika hari pertama haid terakhir adalah 6 mei dan kunjungan pertama pada 12 Juli, maka kurang lebih 2 bulan sudah lewat sejak haid terakhir Ibu ini kira-kira hamil 2 bulan

PRAKTEK I MENENTUKAN PERKIRAAN PERSALINAN

Untuk wanita di bawah ini, gunakan setidaknya dua metoda yang telah dijelaskan untuk menghitung hari perkiraan kelahiran dan gestasi Bandingkan jawaban ibu bidan dan lihat apakah jawabannya sama Ibu bidan harus mendapatkan tanggal dan usia kehamilan yang sama atau mendekati

1 Ibu Tina datang pada ibu bidan pada 11 Maret Hari pertama haid terakhir adalah 3 Oktober Kapankah tanggal kelahirannya? Berapakah usia kehamilannya?

2 Ibu Ani datang pada ibu bidan pada 14 April Hari pertama haid terakhir adalah 8 Oktober Kapankah tanggal kelahirannya? Berapakah usia kehamilannya?

3 Ibu Karti datang pada ibu bidan pada 30 Mei Hari pertama haid terakhir adalah 5 Januari Kapankah tanggal kelahirannya? Berapakah usia kehamilannya?

☞ **Pada setiap kunjungan berikutnya, Ibu bidan perlu menentukan jumlah minggu kehamilan pada kunjungan tersebut**

6 * APAKAH IA PUNYA MASALAH DENGAN KEHAMILANNYA INI?

Ibu bidan harus dapat mengetahui perbedaan antara keluhan-keluhan yang terlihat pada kehamilan normal dan keluhan-keluhan yang berarti sebuah komplikasi

IBU HAMIL YANG SEHAT SECARA UMUM MEMPUNYAI

- Cukup tenaga
- Nafsu makan baik
- Tidak mengalami sakit kepala atau perubahan penglihatan
- Tidak mual atau muntah yang parah
- Tidak ada rasa nyeri (rasa terbakar) ketika buang air kecil
- Vagina tidak gatal atau iritasi
- Tidak mengalami keputihan yang berbau
- Tidak ada kesulitan bernafas
- Tidak ada rasa sakit yang parah pada perut, punggung atau kaki
- Tidak ada perdarahan dari vagina
- Tangan dan muka tidak bengkak

KELUHAN YANG BIASA TERJADI PADA KEHAMILAN NORMAL ADALAH

1. Mual ringan pada kehamilan 3-4 bulan pertama
2. Rasa kantuk pada kehamilan 3-4 bulan pertama dan juga pada minggu terakhir kehamilan
3. Rasa sakit yang hilang dengan beristirahat, pemijatan atau olah raga
4. Nafas agak cepat pada 8-9 bulan kehamilan karena bayi mulai mendesak rongga nafas

☞ **Setiap perdarahan selama kehamilan adalah *TIDAK* normal**

7 * APAKAH ADA OBAT YANG SEDANG DIMINUM IBU SAAT INI?

Ibu bidan perlu mengetahui apakah ibu saat ini minum obat yang diberikan kepadanya (seperti pil tambah darah dan chloroquin), apakah ibu minum obat lain, dan apakah ia punya masalah dengan obat-obat tertentu

Seorang ibu hamil harus minum

a) Satu tablet tambah darah (zat besi dan asam folat) setiap harinya selama sekurangnya 90 hari

b) 300 mg chloroquin setiap minggunya (2 tablet masing-masing 150 mg), mulai pada usia kehamilan 3 bulan (hanya jika ibu tinggal di daerah malaria)

☞ **Sebaiknya ibu menghindari segala macam obat-obatan selama kehamilan kecuali diresepkan oleh bidan terlatih atau dokter Ada banyak obat yang dapat membahayakan bayi dalam kandungan.**

☞ **Jika ibu mengeluh mual, konstipasi, atau diare setelah minum tablet tambah darah, sarankan ibu untuk minum tablet tersebut dengan makanan, tapi bukan dengan susu, teh, atau kopi Ibu juga bisa meminum setengah tablet pada pagi hari dan setengah lagi pada malam hari.**

8 * APAKAH IBU SUDAH MENDAPATKAN SUNTIKAN TETANUS?

Jika sudah, kapan terakhir ibu mendapat suntikan tersebut?

Kebanyakan ibu mendapat suntikan tetanus toxoid paling tidak sekali selagi masih bayi, dua kali pada waktu di sekolah dasar, dan sekali pada waktu akan menikah Oleh sebab itu, jika suntikan terakhir dilakukan kurang dari 10 tahun yang lalu, Ibu hanya akan memerlukan satu kali tetanus ulangan selama kehamilan ini Jika si ibu tahu bahwa dia sudah mendapat imunisasi tetanus dalam sepuluh tahun terakhir, berikan sebuah suntikan ulangan pada kunjungan antenatal pertama Jika Ibu tidak tahu kapan terakhir ia mendapat suntikan Tetanus terakhir, berikan satu dosis pada kunjungan antenatal pertama dan satu dosis lagi pada paling tidak satu bulan berikutnya Tanyakan pada petugas kesehatan setempat untuk mengetahui dimana dan kapan si ibu bisa mendapatkan suntikan tersebut jika ibu bidan tidak mempunyai vaksin ini

9 * APAKAH IBU MEMPUNYAI HAL-HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN MENGENAI KEHAMILAN INI ATAU MASALAH-MASALAH LAIN?

Apakah si ibu mendapat dukungan keluarga untuk membantu menyediakan uang untuk segala keperluan kehamilan? Mempunyai rumah yang nyaman, makanan, keperluan bayi, pelayanan kesehatan, dan transportasi akan membantunya tenang dan merasa senang dengan kehamilannya Adalah baik untuk menanyakan pertanyaan ini beberapa kali selama kehamilan Jika ibu bidan mendengarkan dengan baik, ibu bidan mungkin dapat menemukan informasi ketika ibu membicarakan hal lain

Lakukanlah apa yang dapat dilakukan oleh ibu bidan untuk membantu ibu hamil agar tenang dan merasa senang dengan kehamilannya Jika keluarganya tidak dapat membantu, mungkin beberapa ibu lain yang berpengalaman di lingkungan ibu bidan dapat membantu Jika ada masalah kesehatan atau kehamilan, usahakanlah untuk membantu si ibu untuk mendapatkan perawatan yang diperlukannya Tanyakan pada ibu apakah ia tahu bagaimana ia dapat ke rumah sakit jika diperlukan, dan apakah keluarganya dapat menyisihkan sedikit uang untuk berjaga-jaga terhadap keadaan darurat

TANYAKAN PADA IBU MENGENAI TANDA-TANDA BAHAYA BERIKUT
(PADA SETIAP KUNJUNGAN)

ADA PERDARAHAN
SAKIT KEPALA
MASALAH PENGLIHATAN
PEMBENGKAKAN PADA WAJAH ATAU TANGAN
RASA SAKIT PADA PERUT (LAMBUNG)
BAYI TIDAK BANYAK BERGERAK SEPERTI BIASANYA

☞ **Ibu harus segera mendatangi bidan atau dokter apabila mempunyai tanda-tanda yang membahayakan dan harus mengetahui cara untuk mencapai rumah sakit jika diperlukan**

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

Tuliskan sembilan pertanyaan ***TANYA* dan *DENGAR*** yang harus ditanyakan kepada ibu hamil Berikan satu kalimat contoh jawaban yang mungkin diberikan oleh si ibu

1

2

3

4

5

6

7

8

9

Bandingkan jawaban ibu bidan dengan informasi pada Latihan 2-1

LATIHAN 2-2
PEMERIKSAAN FISIK
LIHAT DAN RASAKAN

Pemeriksaan fisik (***LIHAT* dan *RABA***) adalah suatu cara bagi bidan untuk mengetahui apakah si ibu dan bayi dalam keadaan sehat Dengan cara ini ibu bidan bisa melihat jika ada perubahan kondisi dari kunjungan yang satu ke kunjungan berikutnya Pada kunjungan pertama, anda sebagai bidan ***MELIHAT dan MERABA*** untuk memutuskan apakah si ibu hamil atau tidak dan berapa usia kehamilannya Pada setiap kunjungan, ibu bidan ***MELIHAT* dan *MERABA*** untuk melihat apakah si ibu dalam keadaaan sehat , apakah si bayi berkembang dengan baik, apakah ukuran rahim sesuai dengan usia kehamilan yang ibu bidan perhitungkan, dan bagaimana keadaan si bayi pada akhir masa kehamilan

Ibu mungkin malu untuk melepaskan baju di hadapan ibu bidan atau memperlihatkan sebagian dari tubuhnya Lindungi keleluasaan pribadinya dengan menutupinya dengan kain dan hanya membuka bagian tertentu yang perlu ibu bidan lihat Lakukan dengan hati-hati dan bersahabat, jelaskan ***sebelumnya*** apa yang akan ibu bidan lakukan dan mengapa hal itu perlu dilakukan

Berikut ini adalah sebuah daftar peralatan yang sangat berguna dalam memberikan perawatan antenatal Perlengkapan mungkin berbeda-beda antara bidan satu dan lainnya Satu hal yang penting diingat adalah bahwa ibu bidan dapat menggunakan suara, mata, telinga, hidung, dan tangan untuk mengetahui segala sesuatu tentang ibu hamil Perlengkapan hanyalah penunjang bagi bidan Bila perlengkapan tersedia, ini akan membantu pekerjaan ibu bidan Bila tidak tersedia, ibu bidan tetap dapat memberikan perawatan antenatal yang baik Ibu bidan harus memastikan bahwa segala sesuatunya bersih dan siap untuk memberikan perawatan antenatal

PERLENGKAPAN YANG BERGUNA DALAM MEMBERIKAN PERAWATAN ANTENATAL

1 Sabun dan air untuk mencuci tangan
2 Formulir pencatatan antenatal
3 Diagram usia kehamilan (Gestation wheel)
4 Timbangan badan dewasa
5 Pengukur tinggi badan
6 Pengukur tekanan darah
7 Stetoskop dewasa
8 Stetoskop untuk bayi (Pinnard)
9 Tablet Chloroquin
10 Tablet tambah darah
11 Alat pemeriksaan Hemoglobin
12 Tetanus toxoid
13 Perlengkapan suntik
14 Sarung tangan
15 Lembar rujukan
16 Perlengkapan pemeriksaan urin
- Asam asetat 5%
- Botol tetes kaca
- Tabung reaksi
- Pemanas bunsen

Hampir semua kegiatan dalam ***LIHAT dan RABA*** perlu dilakukan pada setiap kunjungan Hal-hal tertentu yang harus dilakukan sekali atau hanya pada waktu-waktu tertentu selama kehamilan dijelaskan di bawah ini

1 TANDA-TANDA IBU YANG SEHAT SECARA UMUM

Lihat keadaan tenaga dan kulit ibu Lihat pada waktu si ibu berjalan mendatangi ibu bidan Apakah ia berjalan seperti orang yang sehat? Apakah ia terlihat bahagia? Perhatikan bagaimana ia berjalan untuk melihat apakah ia mengalami kelainan bentuk tulang Lihat pada kulitnya sewaktu ibu bidan memeriksanya Apakah tidak ada luka? Apakah kulitnya bersih?

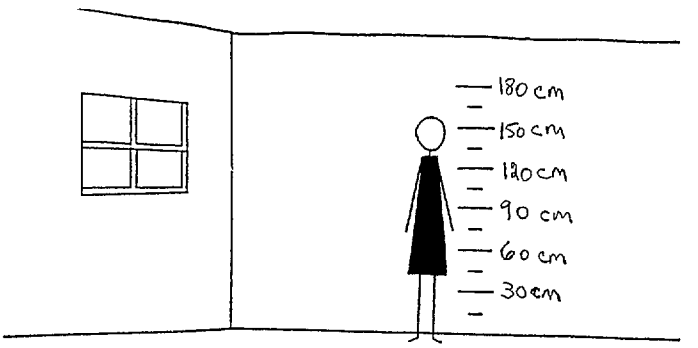
2 TIMBANGLAH IBU DAN UKUR TINGGINYA

Jika ibu bidan punya timbangan, ***timbanglah*** ibu pada setiap kunjungan Jika ibu bidan tidak punya timbangan, ***LIHATLAH*** ibu tersebut untuk mengetahui apakah si ibu kira-kira bertambah berat badannya Seorang ibu bertambah berat badannya rata-rata antara 9-12 kilogram selama kehamilan Sebagian besar berat badan bertambah pada kehamilan trimester kedua Pertambahan berat badan adalah salah satu cara untuk mengetahui apakah si ibu hamil makan dengan cukup

☞ **Bila si berat badan ibu bertambah kurang dari 5 kilogram pada kehamilan 28 minggu *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***

Tinggi badan hanya perlu diukur pada kunjungan pertama Jika tidak ada tangkai pengukur yang menempel pada timbangan, salah satu bagian dari dinding atau pintu dapat di beri tanda dalam sentimeter, atau sebuah pita ukur dapat dipaku pada dinding Jika ibu bidan tidak punya salah satu carapun untuk mengukur tinggi badan, lihat apakah si ibu lebih pendek dari pada ibu lain di daerahnya Ibu yang pendek mungkin juga punya pinggul yang sempit dan punya kesulitan dalam persalinan

☞ **Bila tinggi si ibu kurang dari 145 cm atau terlihat sangat pendek dibandingkan dengan ibu-ibu lain di daerahnya *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***



Mengukur tinggi badan dengan berdiri pada skala yang sudah ditandai pada dinding

3 **UKUR TEKANAN DARAH IBU**

Tekanan darah biasanya tetap antara 80/60 dan 140/90 Tekanan darah tidak meningkat selama kehamilan kecuali bila ada masalah Jika ibu mempunyai tekanan darah melebihi 140/90, mintalah ia berbaring miring ke kiri dan bantulah ia untuk tenang (dia dapat tidur sebentar) Setelah 20 menit beristirahat, ukurlah tekanan darahnya sekali lagi Jika tekanan darahnya belum turun, itu mungkin suatu tanda hipertensi akibat kehamilan (pre-eklamsia)

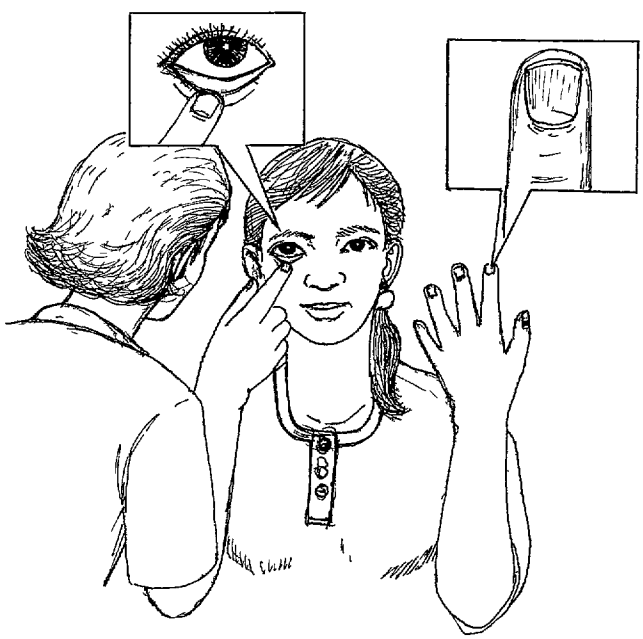
☞ **Sangatlah penting untuk mencatat semua hasil pengukuran tekanan darah**

☞ **Bila tekanan darah melebihi 140/90 atau tekanan darah tersebut tidak mengalami penurunan setelah beristirahat *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***

4 **KONJUNGTIVA DAN KUKU-KUKU JARI TANGAN**

Warna merah muda pada konjungtiva dan kuku jari adalah tanda-tanda yang sehat Warna pucat pada konjungtiva dan kuku jari mungkin adalah tanda -tanda anemia Mintalah si ibu untuk memperlihatkan kuku-kuku jari tangannya Tarik kelopak bawah mata untuk melihat konjungtiva

☞ **Bila si ibu tampak pucat *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***

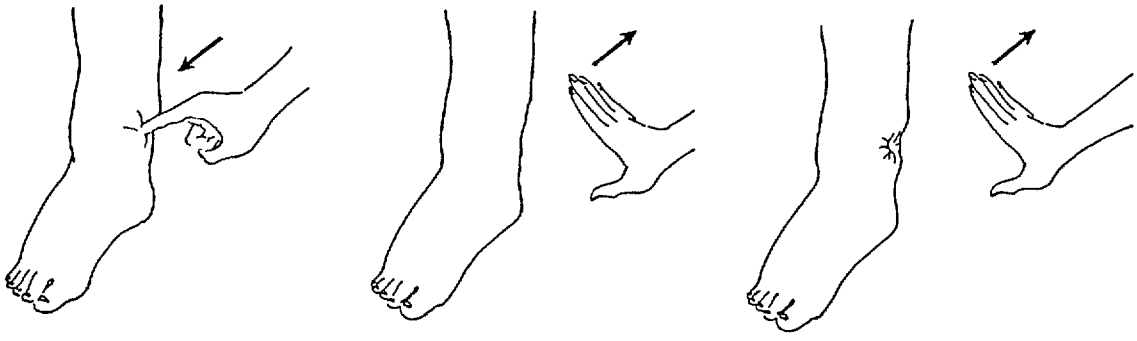


LIHAT konjungtiva dan kuku kuku jari tangan

5 ***LIHAT DAN RASAKAN* - BENGKAK PADA TANGAN, WAJAH DAN PERGELANGAN KAKI**

Pembengkakan ringan pada pergelangan kaki bukanlah masalah Perhatikan ibu dan lihatlah apakah wajah dan jari-jarinya terlihat gembung atau membengkak Tanyakan apakah dia harus melepaskan cincin atau gelangnya karena menjadi sempit Rasakan apakah ada *pitting edema* (edema yang bila ditekan menimbulkan bekas tekanan)? Pitting edema dan edema pada wajah mungkin merupakan tanda-tanda hipertensi akibat kehamilan (pre-eklamsia)

☞ **Bila si ibu menderita edema menetap pada pergelangan kaki atau wajah**
LIHAT KE BUKU PETUNJUK



Tekan pergelangan kaki dengan jari anda kemudian lepaskan

Jika kulit yg ditekan cepat kembali berarti bukan edema yg serius

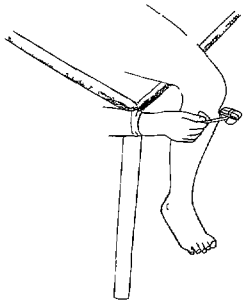
Jika bekas tekanan jari anda tetap ada itu menandakan adanya pitting edema atau edema yang serius

RASAKAN adanya edema

6 ***RASA* - MENGUJI REFLEKS LUTUT**

Lakukan tes refleks lutut Mintalah ibu untuk duduk di atas meja atau tempat tidur dan biarkan kakinya tergantung dengan bebas Beri tahu si ibu apa yang akan ibu bidan lakukan Kemudian rabalah tendon tepat dibawah tempurung lutut (patella) Ketuklah tendon tersebut dengan gerakan cepat dan mantap dengan mempergunakan palu refleks, buku-buku jari tangan, atau sisi tangan Tungkai bawah bawah akan bergerak sedikit setelah ibu bidan memukul tendon tersebut Bila tungkai begerak banyak dan sangat cepat, itu mungkin sebuah tanda hipertensi akibat kehamilan (pre/eklamsia)

☞ **Bila tungkai ibu bergerak banyak dan sangat cepat**
LIHAT KE BUKU PETUNJUK



RASA Tes refleks lutut

TANDA DAN GEJALA PRE-EKLAMSIA
JIKA ADA TANDA DAN GEJALA INI, LIHAT KE BUKU PETUNJUK

TANYA* dan *DENGAR

- Sakit kepala
- Perubahan penglihatan - Pandangan menjadi kabur atau melihat bercak di depan mata
- Sakit pada perut bagian atas

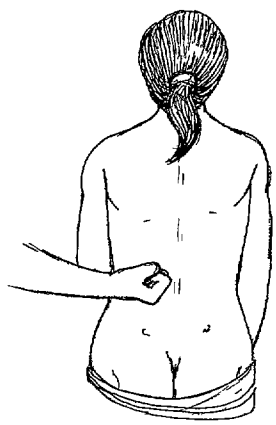
LIHAT dan RASA

- Pitting edema pada pergelangan kaki
- Edema pada wajah dan tangan
- Tekanan darah melebihi 140/90
- Tekanan darah yang tidak menurun sesudah beristirahat
- Refleks lutut - tungkai bergerak dengan gerakan yang banyak dan sangat cepat
- Protein dalam air seni

7 ***RABA* - TEPUK PUNGGUNG UNTUK NYERI DAERAH GINJAL**

Bila ibu merasa sakit ketika ibu bidan menepuk daerah ginjal (biasanya hanya pada satu sisi), ini merupakan tanda adanya infeksi ginjal

☞ **Bila si ibu merasa sakit pada daerah ginjal *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***



Tepuk punggung bagian bawah di atas kedua ginjal dengan menggunakan kepalan tangan

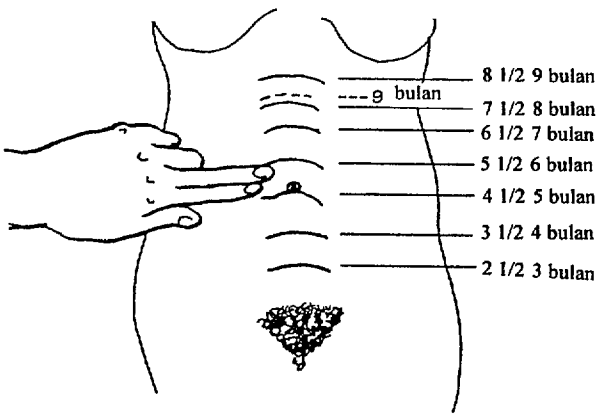
8 *LIHAT* DAN *RABA* - PAYUDARA DAN PERUT, PERHATIKAN DENYUT JANTUNG BAYI

Payudara

Pada kunjungan pertama, periksalah payudara ibu untuk mengetahui ada tidaknya benjolan-benjolan dan bicarakanlah bersamanya mengenai pentingnya menyusui eksklusif pada 6 bulan pertama

Pertumbuhan bayi

Bersamaan dengan perkembangan bayi, uterus bertambah naik dalam perut ibu Uterus berkembang kira-kira selebar dua jari dalam sebulan Dalam 12 minggu, bagian atas uterus biasanya ada tepat diatas tulang kemaluan Ketika bayi kira-kira berumur 24 minggu, bagian atas uterus biasanya berada pada pusar ibu



Rasakan perkembangan bayi

Pada kunjungan pertama, uterus diraba untuk melihat apakah ukurannya terlihat sesuai dengan minggu kehamilan yang ibu bidan perkirakan berdasarkan tanggal yang diberikan ibu hamil Bila ibu bidan tidak mempunyai informasi tentang tanggal tersebut, maka ibu bidan perlu memperkirakan minggu kehamilannya dari ukuran uterus

Pada setiap kunjungan-kunjungan berikutnya, uterus perlu diukur untuk meyakinkan bahwa uterus berkembang dengan normal - tidak terlalu kecil atau tidak terlalu besar Perkembangan uterus mungkin berbeda-beda antara satu ibu dengan ibu lainnya, tapi yang paling penting diperhatikan adalah bahwa uterus berkembang selebar dua jari setiap bulannya

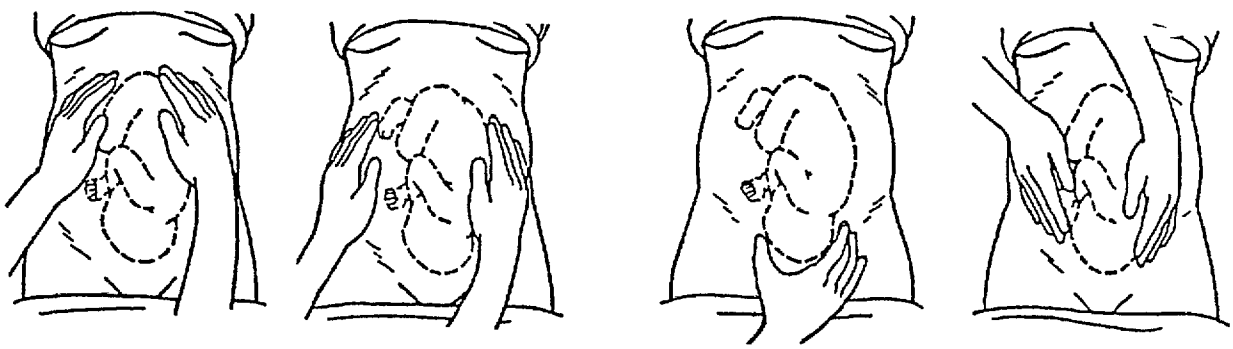
☞ **Bila perkembangan uterus kurang dari dua lebar jari setiap bulan atau lebih dari dua lebar jari setiap bulan *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***

Bagian terbawah bayi dan letak bayi

Rabalah kepala dan badan bayi Lihat dan rasakan pergerakan bayi Pada 30-32 minggu kehamilan (bulan kedelapan), sebagian besar bayi biasanya sudah berada pada posisi kepala dibawah menuju panggul ibu Kebanyakan bayi berada lebih pada salah satu sisi ibu daripada sisi ibu yang lain

☞ **Jika kepala bayi tidak berada di bawah pada minggu ke-36 (permulaan bulan ke-9) *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***

Langkah 1	Rabalah untuk mengetahui bagian mana dari bayi yang berada pada uterus bagian atas
Langkah 2	Rabalah untuk mencari bagian belakang bayi
Langkah 3	Rabalah untuk mengetahui bagian mana dari bayi yang berada pada uterus bagian bawah
Langkah 4	Rabalah penurunan bagian bawah bayi



1 2 3 4

Rabalah letak bayi

Denyut jantung bayi

Denyut jantung bayi memberi ibu bidan informasi tentang kesehatan bayi dan posisinya dalam tubuh ibu Perhatikan denyut jantung bayi pada setiap kunjungan mulai usia kehamilan 20 minggu Biasanya denyut jantung bayi antara 120-160 denyut per menit Tanyakan pada ibu seberapa aktif si bayi

☞ **Jika pada usia kehamilan 28 minggu ibu bidan tidak bisa mendengar denyut jantung bayi, atau denyut nadi lebih dari 160 atau kurang dari 120 denyutan, atau si ibu mengatakan bahwa bayinya tidak banyak bergerak atau tidak bergerak lagi *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***

9 *LIHATLAH* PADA VULVA

Cucilah tangan dan gunakan sarung tangan Mungkin akan terlihat sedikit cairan vagina yang bening atau putih (tidak berbau) Biasanya tidak ditemui gatal-gatal, tidak ada pembengkakan, luka-luka atau perdarahan ***LIHAT kulit dan RABA daerah selangkang / femoral*** Biasanya, kulit pada daerah ini halus, dan tidak ada luka atau kelenjar limpa yang teraba Setelah ibu bidan selesai, lepaskan sarung tangan dan cuci tangan lagi

☞ **Jika ada gatal, bengkak, perdarahan atau pembesaran kelenjar limpa *LIHAT KE BUKU PETUNJUK***

10 LAKUKAN TES LABORATORIUM SEPERLUNYA (Lihat Petunjuk Antenatal)

1) Hemoglobin untuk anemia - pada kunjungan pertama dan setiap 3 bulan

2) Tes urin untuk protein - bila terlihat tanda pre-eklamsia

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT INI

Jelaskan apa yang ibu bidan cari dalam 10 langkah pemeriksaan fisik antenatal

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Bandingkan jawaban ibu bidan dengan informasi pada Latihan 2-2

LATIHAN 2-3
MENENTUKAN KEBUTUHAN DAN MEMBERIKAN PERAWATAN

Setelah ibu bidan selesai memeriksa si ibu dan ia sudah berpakaian kembali, tanyakan apakah ada hal yang ingin ditanyakan, atau ada hal lain yang ingin dibicarakan lagi ***TENTUKAN KEBUTUHAN /MASALAH-MASALAH*** dengan menggunakan informasi dari dua langkah pertama ***TANYA* dan *DENGAR*** (riwayat), ***LIHAT* dan *RASA*** (pemeriksaan) Sebagai contoh, ibu bidan menemukan bahwa ibu dalam keadaan sehat dan bayi berkembang sesuai dengan perkiraan Dengan membuat keputusan itu, ibu bidan dapat merencanakan perawatan dengan si ibu dengan menggunakan petunjuk antenatal

Ibu bidan dapat memberikan nasehat dan penyuluhan kepada ibu hamil mengenai kebutuhannya dan menjawab pertanyaan-pertanyaannya mengenai kehamilan yang normal, persalinan, bayi yang baru lahir dan keluarga berencana Ibu bidan dapat memberikan obat-obatan seperti tablet tambah darah dan chloroquin serta memberikan imunisasi tetanus Ibu bidan dapat membicarakan dengan ibu hamil tentang dimana ia merencanakan untuk melahirkan dan kemana ia harus pergi bila terjadi komplikasi Ibu bidan juga dapat menjadwalkan kunjungan berikutnya

Ibu yang mendapatkan pelayanan antenatal yang baik biasanya juga akan mengalami kehamilan dan kelahiran yang lebih aman dan lebih sehat Ibu bidan dapat membantu seorang ibu untuk memiliki kehamilan yang lebih sehat dengan memberikan nasehat, penyuluhan dan perawatan yang baik pada setiap kunjungan antenatalnya

NASEHAT DAN *PENYULUHAN*

Ada baiknya untuk berbicara dengan ibu mengenai bagaimana menjaga kesehatan segera setelah ibu bidan mengetahui kehamilannya Semakin dini ibu melakukan kebiasaan-kebiasaan yang sehat, semakin sehat keadaannya dan bayinya pada waktu melahirkan Informasi tentang kehamilan dan persalinan, pentingnya melakukan perawatan diri selama kehamilan, kebaikan memberikan ASI, persiapan persalinan dan persiapan untuk bayi baru lahir sangat penting untuk ibu hamil

Membantu ibu untuk mulai memikirkan tentang keluarga berencana (KB) selama kehamilan juga penting Dengan memberikan informasi yang diperlukan tentang KB dan metoda-metoda yang dapat digunakan (Lihat Checklist Ketrampilan Penyuluhan KB) sebelum bayi lahir, ibu dan keluarganya akan memiliki cukup waktu untuk membuat keputusan penting ini

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT INI

Nasehat atau pesan-pesan apakah yang penting untuk disampaikan kepada ibu hamil ketika ibu bidan memberikan penyuluhan kepadanya?

Pada awal kehamilan

1

2

3

Selama kehamilan

1

2

3

4

5

Bandingkan jawaban dengan informasi pada halaman berikut

Di bawah ini beberapa pesan-pesan kesehatan yang mungkin ibu bidan sudah sebutkan di halaman sebelumnya Pesan-pesan ini digolongkan menurut waktu kehamilan sesuai dengan kebutuhan ibu, tetapi pesan-pesan tersebut juga dapat diberikan pada waktu-waktu lain selama kehamilan atau diberikan beberapa kali selama kehamilan Setiap kali ibu bidan menemui ibu hamil tersebut, berikan nasehat dan penyuluhan tambahan Jangan berikan semua informasi pada satu waktu

AWAL KEHAMILAN

1 Tubuh ibu mengalami ***perubahan*** selama kehamilan Rahim dan payudaranya berkembang Sebagian ibu juga mengalami rasa mual pada awal kehamilannya

2 Cara terbaik agar ibu tetap sehat adalah dengan ***makan jenis makanan yang tepat dalam jumlah yang cukup***

Makanlah 4 jenis makanan pada setiap kali makan yang mencakup makanan utama (karbohidrat), makanan pembangun (protein), makanan pelindung (vitamin & mineral), dan makanan sumber tenaga (lemak dan gula)
Makanlah makanan yang mengandung 2 mineral penting - ***kalsium*** dan ***zat besi***
Makanan yang banyak mengandung kalsium diantaranya ialah ikan-ikanan yang tulangnya dapat dimakan (seluang), makanan dari kacang kedelai dan tahu
Kalsium dapat membuat tulang-tulang dan gigi kuat Bayi yang sedang tumbuh memerlukan banyak kalsium untuk pembentukan tulang baru Contoh makanan yang banyak mengandung banyak zat besi adalah hati ayam, jeroan ikan dan sayuran hijau

3 Sebagai tambahan pada jenis makanan yang baik, semua ibu hamil juga memerlukan ***pil penambah darah*** untuk menyembuhkan atau mencegah anemia

Anemia membuat ibu merasa lelah dan tidak bisa bekerja keras Pada ibu hamil, anemia adalah masalah yang serius bagi ibu dan bayi yang dikandungnya
Pil penambah darah harus diminum setiap hari dengan air atau sepotong buah selama kehamilannya Jangan diminum dengan makanan lain, terutama susu, teh, atau kopi
Sebagian ibu mengalami efek samping seperti konstipasi (sulit buang air besar), diare, dan mual, setelah minum pil tambah darah Keluhan ini tidak serius dan biasanya akan hilang dalam beberapa hari Jika tidak hilang, suruhlah datang kembali dan menceritakannya pada bidan

4 Ibu hamil harus ***menjaga tubuhnya agar tetap bersih***, memelihara giginya, dan berolahraga setiap hari

5 Ibu hamil harus ***menghindari hal-hal tertentu*** selama kehamilan dan menyusui

- ✓ Berada dekat orang yang sedang sakit
- ✓ Minum obat-obatan Obat-obatan hanya boleh diminum bila ada alasan yang kuat dan merupakan saran medis, seperti pil tambah darah
- ✓ Asap tebal, asap rokok, atau zat kimia beracun Ibu hamil tidak boleh bekerja dengan menggunakan zat kimia atau menghirup asap atau debu kimia Ibu tidak boleh memasak atau menyimpan makanan pada wadah yang mengandung zat kimia Ibu harus menjauhi orang yang sedang merokok

SELAMA KEHAMILAN

1 Ibu hamil harus ***beristirahat sedikitnya satu jam sehari*** dengan kaki ke atas Tidur, istirahat, dan relaksasi membantu ibu hamil dan menyusui untuk tetap kuat dan tahan terhadap penyakit Cobalah untuk membantu keluarga ibu hamil untuk mengerti mengapa istirahat dan tidur yang cukup sangat penting bagi ibu hamil

2 ***Nikmatilah kehamilan*** Jika ibu mendapatkan cukup makanan yang baik, istirahat dan dukungan moril, serta jika ia tidak perlu khawatir tentang bagaimana memberi makan atau merawat bayinya, kehamilan dapat menjadi bagian dari kehidupan yang tenang dan menyenangkan

3 Ibu perlu minum sedikitnya ***90 pil tambah darah*** selama kehamilannya Ia harus terus minum pil tersebut walaupun bila mereka merasa sehat Ibu dapat meminta tambahan pil tambah darah pada bidan di desa atau membelinya di warung

4 Ibu hamil dapat ***mempersiapkan kebutuhan untuk bayi barunya*** Ia dapat menyiapkan perangkat tidur dan pakaian untuk bayinya serta membicarakan dengan keluarga mengenai bantuan yang diperlukan di rumah setelah bayi lahir

5 ***Air susu ibu adalah makanan terbaik*** bagi bayi baru lahir ASI adalah satu-satunya makanan atau cairan yang dibutuhkan oleh bayi sampai berusia 4 bulan Bayi yang ***hanya*** diberi ASI digolongkan sebagai bayi yang disusui secara eksklusif ***Menyusui secara eksklusif*** melindungi bayi dari penyakit dan infeksi, dan dapat melindungi ibu dari kehamilan sampai 6 bulan sesudah melahirkan

6 Ibu hamil dapat ***mempersiapkan persalinan*** Ia dan keluarganya dapat mengumpulkan kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan seperti sprei bersih, pembalut, sabun dan sejumlah uang Ibu hamil juga perlu mempersiapkan ***rencana transportasi keadaan darurat*** dengan keluarganya, untuk menghadapi keadaan kalau ibu atau bayi mengalami komplikasi dan perlu pergi ke rumah sakit

RENCANA TRANSPORTASI DALAM KEADAAN DARURAT HAL-HAL YANG PERLU DIPIKIRKAN

Berikut ini adalah beberapa pertanyaan yang dapat ibu bidan tanyakan kepada ibu sambil membantunya memikirkan rencana transportasi darurat jika ibu atau bayinya mengalami komplikasi selama kehamilan, persalinan atau pasca salin dan perlu pergi ke rumah sakit Tidak semua keluarga bersedia membicarakan hal ini, sehingga ibu bidan perlu memutuskan apakah pantas membicarakan hal-hal berikut ini

Dapatkah ibu mulai menabung untuk keadaan darurat sejak sekarang?

Jika ia tidak dapat menabung uang, bagaimana ia dapat memperoleh

uang jika terjadi keadaan darurat?

Alat transportasi apa yang akan digunakannya?

Dimana ia dapat memperoleh kendaraan ini pada malam hari?

Apakah pemiliknya orang yang dapat ia hubungi dengan mudah?

Seberapa jauh tempat tinggal pemilik kendaraan tersebut?

Siapa yang akan memberi tahu kepada pemilik kendaraan bahwa ibu membutuhkan bantuannya untuk ke rumah sakit?

Berapa ongkosnya pada malam hari?

Berapa biaya yang dibutuhkan di puskesmas atau di rumah sakit?

Siapa yang akan menjaga anak-anaknya yang lain?

Siapa yang akan menemaninya?

7 Ibu hamil dan suaminya harus ***merencanakan kehamilan berikutnya*** Sangat penting bagi bayi yang baru lahir untuk mendapatkan kasih sayang dan waktu bersama orang tuanya selama dua tahun Tubuh ibu ***juga*** akan dapat beristirahat dan kembali sehat Ada beberapa jenis cara KB yang dapat digunakan oleh pasangan suami-istri

8 Teruskan minum ***pil tambah darah setelah melahirkan selama 40 hari*** untuk membantu mengembalikan zat besi yang hilang melalui perdarahan pada persalinan

9 Ibu yang baru melahirkan juga harus ***menghindari hal-hal yang dapat menyebabkan infeksi saluran reproduksi*** dengan menggunakan kondom

Jelaskan dengan hati-hati kepada ibu apa yang harus dilakukan untuk merawat dirinya Bicarakanlah cara-cara yang dapat membantu untuk mengikuti anjuran ini

SEBERAPA SERING IBU BIDAN MENJADWALKAN KUNJUNGAN ANTENATAL?

Sebelum ibu hamil pulang, tentukan waktu untuk kunjungan antenatal berikutnya Pastikan bahwa ibu hamil tahu kapan dan dimana kunjungan antenatal berikutnya

Kunjungan antenatal ***Minimum*** untuk ibu hamil yang sehat

Kunjungan antenatal pertama (K1) Ketika seorang ibu tahu bahwa dirinya hamil Sebaiknya kunjungan antenatal pertama dilakukan ***sebelum*** usia kehamilan 20 minggu

Kunjungan antenatal kedua (K2) (sebelum usia kehamilan 28 minggu) Paling sedikit sekali pada kehamilan trimester kedua

Kunjungan antenatal lainnya (K4) (setelah kehamilan 28 minggu) Paling sedikit dua kali pada kehamilan trimester ketiga

☞ **Ibu hamil harus datang kepada ibu bidan kapanpun bila ia mempunyai tanda bahaya atau ia mempunyai sesuatu yang mengkhawatirkan**

LATIHAN 2-4
INFORMASI PENCATATAN ANTENATAL

Gunakan Kartu Menuju Sehat Ibu Hamil untuk mencatat informasi pada kunjungan-kunjungan antenatal ibu hamil (dapat dilihat pada dua halaman berikut) Bila ibu bidan tidak punya kartu ini, salinlah informasi berikut pada selembar kertas atau sebuah buku untuk pencatatan ibu hamil Memberikan kartu tersebut pada ibu hamil dan menjelaskan informasi yang terdapat pada kartu tersebut adalah sangat penting Bila ibu hamil mengalami masalah atau tidak dapat kembali mendatangi ibu bidan, ia selalu mempunyai informasi untuk diberikan pada petugas kesehatan yang lain

Lihatlah kartu yang menyertai latihan ini dan temukan dimana informasi ini diletakkan

CATATLAH INFORMASI INI PADA KUNJUNGAN ANTENATAL PERTAMA

- Nama
- Umur
- Alamat
- Anak-anak (gravida , jumlah anak, tanggal melahirkan anak terakhir)
- Tanggal haid terakhir
- Perkiraan tanggal kelahiran
- Masalah-masalah pada kehamilan ini
- Masalah-masalah pada kehamilan atau kelahiran sebelumnya
- Tempat melahirkan yang direncanakan
- Keinginan untuk berkeluarga berencana setelah melahirkan
- Hasil pemeriksaan fisik (termasuk adanya kelainan-kelainan abnormal)

CATATLAH INFORMASI INI PADA SETIAP KUNJUNGAN ANTENATAL

- Tanggal kunjungan
- Bulan atau minggu kehamilan
- Kesehatan ibu hamil secara umum
- Masalah-masalah non-fisik
- Berat badan
- Tekanan darah
- Denyut jantung bayi
- Posisi bayi (ketika usia kehamilan > 32 minggu)
- Ukuran rahim (berapa jari diatas atau dibawah pusar ibu, diatas symphysis atau dibawah xiphoid)
- Tanda-tanda jika ada masalah (perdarahan, sakit kepala, perubahan penglihatan,pembengkakan wajah atau tangan, rasa sakit pada abdomen atau epigastrik, bayi tidak banyak bergerak seperti biasa)
- Perubahan tempat melahirkan

CATATLAH INFORMASI INI BILA ADA

- Obat-obatan yang diberikan
- Tes-tes yang dilakukan (Hemoglobin, protein dalam urin, dll)
- Nasehat dan penyuluhan yang diberikan
- Vaksin yang diberikan

BAWALAH KARTU INI SETIAP KALI PERIKSA HAMIL

KARTU MENUJU IBU SEHAT IBU HAMIL

PERIKSAKAN KEHAMILAN SETIAP BULAN

No Register Kohort _____

NAMA IBU _____ Umur ___ thn

LINGKARAN LENGAN ATAS (LILA) _____ Cm

NAMA SUAMI _____

ALAMAT _____ RT___ /RW___

DESA _____

POSYANDU DASA WISMA _____

PUSKESMAS _____

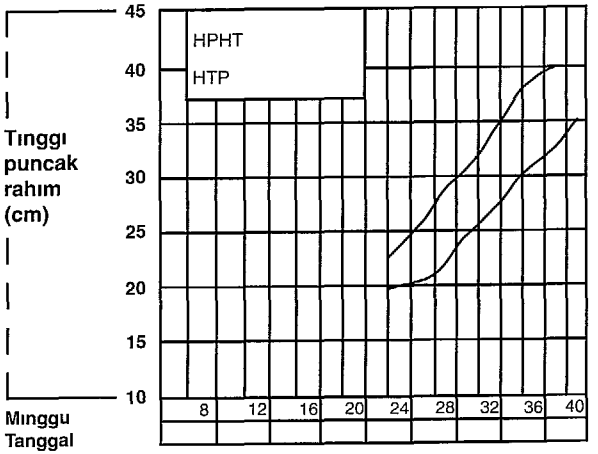
G

P

A

PEMANTAUAN KEHAMILAN

Gravidograf



Minggu Tanggal									
BB (kg)									
TD (mmHg)									
DJJ (/mt)									
LJ									
Hb (gr%)									
Penyulit									
Fe (tab)									
TT									
Protein Urin									
Kesimpulan	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R

N = Kehamilan Normal R = Kehamilan Resiko Tinggi

BILA RESIKO TINGGI SEGERA RUJUK KE DOKTER

Riwayat Penyakit yang Pernah Diderita/Hasil Pemeriksaan Fisik

CATATAN BAGI PETUGAS KESEHATAN

Tgl	Tempat Pelayanan	Keluhan	Nasehat/Tindakan

Lingkari nomor jika

PERSALINAN HARUS DITOLONG OLEH TENAGA KESEHATAN BILA IBU HAMIL MEMPUNYAI TANDA DI BAWAH INI

1 Umur kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun
2 Jarak kehamilan kurang dari 2 tahun
3 Pernah melahirkan lebih dari 4 kali
4 Mengalami kesulitan pada persalinan yang lalu
5 Tinggi badan kurang dari 145 cm
6 Lingkar lengan atas kurang dari 23 5 cm
7 Mempunyai penyakit menahun

Lingkari nomor jika

SEGERA KE RUMAH SAKIT BILA MENGHADAPI KESULITAN DALAM PERSALINAN SEPERTI DI BAWAH INI

1 Bayi tidak lahir dalam 12 jam sejak mulai mulas
2 Keluar darah dari jalan lahir sebelum anak lahir
3 Tali pusat atau tangan bayi terlihat dari jalan lahir
4 Ibu tidak kuat mengejan
5 Ibu kejang kejang
6 Air ketuban keruh dan berbau

Perencanaan Tempat Persalinan

KB

APA YANG TELAH SAYA PELAJARI?
Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Ibu Tina adalah seorang wanita hamil berumur 24 tahun yang datang kepada ibu bidan untuk mendapatkan perawatan antenatal Selama mengumpulkan riwayat antenatal (***TANYA* dan *DENGAR***), ibu bidan menanyakan kapankah haid terakhirnya Mengapa informasi ini penting?

2 Ibu Tina datang kepada ibu bidan untuk mendapatkan perawatan antenatal pada tanggal 13 April Hari pertama haid terakhirnya adalah tanggal 25 Desember Kapankah perkiraan kelahirannya? Berapa minggu umur kehamilannya?

3 Jelaskan mengapa ibu bidan harus menanyakan ibu hamil pertanyaan-pertanyaan ini pada kunjungan antenatal pertama

Siapa dia?

Apakah ia mengalami permasalahan dengan kehamilan atau persalinan terakhirnya?

Berapa umur kehamilannya?

Apakah ia mengalami permasalahan dengan kehamilan ini?

Apakah ia minum obat-obatan pada saat ini?

Apakah ia pernah mendapat suntikan tetanus?

Apakah ia memiliki pertanyaan atau masalah lain?

4 Mengapa memperkirakan hari persalinan ibu Tina dengan melihat saat haid terakhirnya sebelum pemeriksaan fisik antenatal akan berguna?

5 Jelaskan empat hal mengenai bayi yang perlu ibu bidan cari pada waktu melakukan pemeriksaan abdomen pada ibu Tina

1)

2)

3)

4)

6 Kehamilan ini merupakan kehamilan keempat ibu Tina dan ia memiliki tiga orang anak Bayi terakhirnya lahir pada bulan Mei tahun lalu Ibu Tina mengeluh kelelahan dan konjungtivanya terlihat pucat Apakah enam nasehat atau pesan kesehatan yang penting untuk ibu Tina?

1)

2)

3)

4)

5)

6)

7 Bagaimanakah ibu bidan dapat mengetahui bahwa ibu Tina benar-benar memahami informasi yang ibu bidan berikan?

8 Penyuluhan apa yang akan ibu bidan berikan kepada ibu Tina mengenai perencanaan transportasi untuk keadaan darurat jika ia atau bayinya perlu dirujuk ke rumah sakit?

9 Isilah kartu antenatal pada halaman berikutnya untuk ibu Tina dengan menggunakan informasi dari jawaban di atas

Bandingkan jawaban ibu bidan dengan jawaban yang ada pada Topik ini

Kaji ulang informasi yang tidak dimengerti dengan jelas

Latih ketrampilan dengan menggunakan checklist ketrampilan

Peragakan ketrampilan antenatal dengan menggunakan checklist ketrampilan untuk *Kunjungan Antenatal Pertama* dan *Kunjungan Antenatal Berikutnya*, dengan disaksikan dan diberi umpan balik oleh rekan sekerja

Jika bidan tidak memiliki rekan sekerja, latih ketrampilan dalam checklist dan beri penilaian sendiri Ulangi sebanyak lima kali dan catat kemajuan yang dirasakan

BAWALAH KARTU INI SETIAP KALI PERIKSA HAMIL

KARTU MENUJU IBU SEHAT IBU HAMIL

PERIKSAKAN KEHAMILAN SETIAP BULAN

No Register Kohort _____

NAMA IBU _____ Umur _____ thn

LINGKARAN LENGAN ATAS (LILA) _____ Cm

NAMA SUAMI _____

ALAMAT _____ RT ___ /RW ___

DESA _____

POSYANDU DASA WISMA _____

PUSKESMAS _____

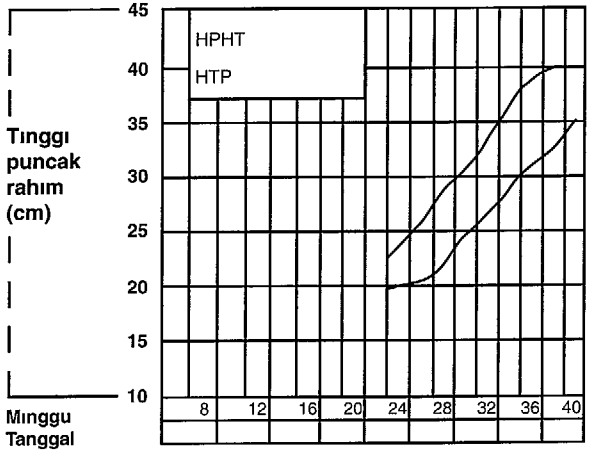
G

P

A

PEMANTAUAN KEHAMILAN

Gravidograf



Minggu Tanggal									
BB (kg)									
TD (mmHg)									
DJJ (/mt)									
LJ									
Hb (gr%)									
Penyulit									
Fe (tab)									
TT									
Protein Urin									
Kesimpulan	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R

N = Kehamilan Normal R = Kehamilan Resiko Tinggi

BILA RESIKO TINGGI SEGERA RUJUK KE DOKTER

Riwayat Penyakit yang Pernah Diderita/Hasil Pemeriksaan Fisik

CATATAN BAGI PETUGAS KESEHATAN

Tgl	Tempat Pelayanan	Keluhan	Nasehat/Tindakan

Lingkari nomor jika

PERSALINAN HARUS DITOLONG OLEH TENAGA KESEHATAN BILA IBU HAMIL MEMPUNYAI TANDA DI BAWAH INI

1 Umur kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun
2 Jarak kehamilan kurang dari 2 tahun
3 Pernah melahirkan lebih dari 4 kali
4 Mengalami kesulitan pada persalinan yang lalu
5 Tinggi badan kurang dari 145 cm
6 Lingkar lengan atas kurang dari 23 5 cm
7 Mempunyai penyakit menahun

Lingkari nomor jika

SEGERA KE RUMAH SAKIT BILA MENGHADAPI KESULITAN DALAM PERSALINAN SEPERTI DI BAWAH INI

1 Bayi tidak lahir dalam 12 jam sejak mulai mulas
2 Keluar darah dari jalan lahir sebelum anak lahir
3 Tali pusat atau tangan bayi terlihat dari jalan lahir
4 Ibu tidak kuat mengejan
5 Ibu kejang kejang
6 Air ketuban keruh dan berbau

Perencanaan Tempat Persalinan

KB

TOPIK 3
KALA I PERSALINAN

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses yang alamiah dimana terjadi pembukaan serviks serta pendorongan bayi dan plasenta dari tubuh ibu Ibu bidan merawat ibu yang sedang dalam proses persalinan dengan cara mengawasi kondisi wanita dan bayinya agar dapat mengetahui adanya komplikasi ***lebih awal*** Selain memberikan perawatan fisik, bidan juga memberikan rasa nyaman dan dukungan moril kepada ibu yang sedang bersalin

Ketika mulai merawat wanita dalam persalinan, ibu bidan harus melihat catatan antenatal ibu untuk mengetahui keadaan kehamilannya Ibu bidan juga harus menggunakan partograf untuk mengikuti perkembangan proses persalinan

Setelah membaca topik ini, lihatlah checklist ketrampilan

1) ***Penerimaan (Admission) Pada Persalinan***

2) ***Memonitor Proses Persalinan Dengan Menggunakan Partograf***

Checklist ini akan memberikan gambaran tahap demi tahap yang jelas dan perlu dilakukan oleh ibu bidan dalam pemeriksaan fisik pada saat wanita masuk dan pemeriksaan-pemeriksaan berikutnya untuk memonitor kemajuan persalinan

Sebaiknya ibu bidan mencatat semua yang diketahuinya mengenai persalinan ibu dengan menggunakan partograf Daftar peralatan yang dianjurkan untuk memonitor persalinan juga terlampir

TUJUAN

Pada akhir Topik ini ibu bidan diharapkan dapat

1 Menyebutkan dan menjelaskan ketiga kala persalinan

2 Mencatat riwayat ibu hamil yang sedang dalam persalinan

3 Menentukan frekuensi dan lamanya kontraksi, serta letak dan penurunan bayi dengan melakukan pemeriksaan abdomen ibu hamil yang sedang dalam persalinan

4 Memantau kondisi bayi dengan mendengarkan dan menghitung detak jantung bayi, serta memperhatikan banyaknya dan warna air ketuban

5 Melakukan pemeriksaan dalam pada wanita yang dalam persalinan untuk mengetahui keadaan serviks, keadaan selaput ketuban, serta penurunan, letak dan bagian terbawah bayi

6 Memantau proses persalinan, kondisi ibu dan bayi dengan menggunakan partograf (mengamati perubahan-perubahan yang tidak normal dan mengambil tindakan yang perlu dilakukan dengan menggunakan petunjuk partograf)

7 Mencatat informasi mengenai kala I persalinan dengan menggunakan partograf

8 Memberikan perawatan fisik, ketenangan dan bantuan moril kepada ibu selama persalinan

9 Memperagakan penggunaan alat-alat selama kala I persalinan

APA YANG TELAH SAYA KETAHUI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Ibu Tina datang kepada ibu bidan untuk melahirkan pada tanggal 30 September Ia mengalami kontraksi setiap 10 menit Pertanyaan-pertanyaan apa yang ingin ibu bidan tanyakan pada ibu Tina?

2 Ketika memeriksa ibu Tina, ibu bidan menemukan pembukaan sebesar 1 cm Ibu bidan kemudian menentukan bahwa ibu Tina berada pada fase laten persalinan Fase laten persalinan tidak boleh berlangsung lebih lama dari _____

3 Empat jam berikutnya, ibu Tina mengalami pembukaan sebesar 4 cm, dan ia sekarang berada dalam fase aktif persalinan Selama fase aktif persalinan, serviks harus membuka setidaknya _____ per jam dan denyut jantung janin harus berada diantara _____ dan _____ denyut per menit

4 Jelaskan bagaimana ibu bidan akan memberikan perawatan kepada ibu Tina untuk

Memenuhi kebutuhan emosionalnya

Memberikan rasa tenang padanya

Menjaga kebersihannya

Menjaga agar ia tidak kekurangan air (dehidrasi)

Membersihkan kotorannya

Menjaga agar kandung kemihnya tetap kosong

5 Informasi apa yang harus diperoleh dan seberapa sering informasi ini dikumpulkan selama proses persalinan Ibu Tina

Memonitor bayi?

Memonitor Ibu Tina?

Memonitor perkembangan persalinan?

LATIHAN 3-1
KALA-KALA PERSALINAN

KALA I PERSALINAN adalah waktu saat kontraksi biasa mulai terjadi sampai serviks benar-benar terbuka Pembukaan diukur dalam sentimeter (cm), dari 0 sampai 10 cm Kala pertama persalinan terdiri 2 fase laten dan aktif Kontraksi pada ***FASE LATEN*** menyebabkan serviks meregang dan mulai perlahan-lahan terbuka (dilatasi) dari 1 cm menjadi 2 cm Fase laten ini harus berlangsung ***tidak lebih lama dari 8 jam*** Kontraksi pada ***FASE AKTIF*** lebih keras dari pada dalam fase laten dan menyebabkan serviks membuka lebih cepat (dari pembukaan 3 sampai 10 cm) Pada fase aktif, ibu harus membuka setidaknya ***1 cm setiap jam***

Ketika pembukaan serviks telah terjadinya sepenuhnya (10 cm), **KALA II** mulai dan kontraksi membantu mendorong bayi Bayi bergerak turun ke arah jalan lahir Si Ibu biasanya mulai mengejan secara tak sadar selama kontraksi Waktu mengejan ia biasanya mengeluarkan suara lenguhan Pada saat ini, usaha mengejan ibu dapat membantu mempercepat kelahiran bayinya Ibu harus beristirahat dan hanya mengejan pada saat kontraksi Fase kedua berakhir ketika bayi lahir

KALA III PERSALINAN berlangsung saat bayi telah dilahirkan sampai plasenta dilahirkan seluruhnya

JAWAB PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

1 Dengan kata-kata sendiri, jelaskan apa yang terjadi pada fase-fase persalinan

Kala I persalinan

Kala II persalinan

Kala III persalinan

2 Jelaskan apa yang terjadi pada serviks, pada

Fase laten persalinan

Fase aktif persalinan

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada Latihan 3-1

LATIHAN 3-2
PERAWATAN IBU SELAMA PERSALINAN

Persalinan membutuhkan usaha total ibu secara fisik maupun emosional Pada latihan ini, ibu bidan akan mempelajari cara untuk membantu ibu agar merasa lebih nyaman dan bagaimana memberikan dukungan moril kepada ibu selama persalinan

Ibu bidan akan menjumpai wanita pada tahap persalinan yang berbeda-beda saat mengunjungi mereka di rumah atau saat mereka datang kepada ibu bidan Ibu bidan harus menentukan apa yang harus ibu bidan lakukan untuk mereka, sesuai dengan yang mereka butuhkan

Bantuan Moril

Kelahiran seorang bayi mempengaruhi seluruh keluarga Ijinkan bila suami atau anggota keluarga lainnya ingin terlibat dalam persalinan Biarkan mereka melihat, mendengar dan membantu apabila mereka bisa Perhatian dan pengertian ibu bidan akan pentingnya persalinan tersebut bagi keluarga akan menenteramkan mereka Ibu mungkin akan merasa menderita dan kesakitan bila ia khawatir akan persalinannya atau bila ia mempunyai masalah sebelum bertemu dengan ibu bidan Tetaplah tenang dan yakinkan ibu dan keluarganya meskipun jika yang lain merasa khawatir dan gelisah

Kenyamanan

Anjurkan ibu yang sedang dalam persalinan untuk berbaring dalam posisi yang dianggap paling nyaman Mungkin ia ingin menyapu, memasak atau mengunjungi temannya pada tahap awal persalinan Ia boleh jalan, duduk, jongkok, bersandar pada tangan dan lututnya atau tiduran Berjalan-jalan, duduk dan jongkok akan membantu bayi untuk turun ke panggul Anjurkan ibu untuk berjalan-jalan dan bergerak aktif

☞ **Anjurkan agar ibu *TIDAK* berbaring terlentang**

Cairan

Anjurkan ibu untuk minum cairan bergizi atau air selama persalinan Cairan akan memberi energi dan mencegah dehidrasi yang dapat mempengaruhi kontraksi uterus

☞ **Dehidrasi akan melelahkan ibu dan memperlambat atau membuat kontraksinya menjadi tidak teratur**

Kebersihan

Infeksi yang terjadi selama persalinan dapat menyebabkan kematian atau penyakit pada ibu atau bayi Ibu hamil harus mandi dan mengenakan pakaian bersih selama persalinan Ibu bidan harus sering mencuci tangan dan menggunakan alat-alat yang sudah disterilkan (Lihat Topik 1 Pencegahan infeksi)

Buang air besar

Ibu sebaiknya buang air besar sebelum mulai persalinan bila memungkinan Rektum yang penuh membuat wanita dalam persalinan merasa lebih tidak nyaman Kadang-kadang ibu menginginkan huknah/klisma jika ia mengalami konstipasi ketika mulai persalinan Huknah/klisma tidak lagi dianjurkan untuk setiap wanita bersalin

☞ **Jangan berikan huknah/klisma pada ibu hamil yang berada pada tahap lanjut persalinan, ibu hamil yang sudah pecah air ketubannya, bila ia mengalami perdarahan atau menderita hipertensi**

Buang air kecil

Ibu bersalin harus buang air kecil setidaknya tiap 2 jam atau lebih sering bila memungkinkan Kandung kemih yang penuh akan memperlambat penurunan bayi dan menyebabkan rasa tidak nyaman pada ibu

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

1 Jelaskan bagaimana ibu bidan merawat wanita yang sedang bersalin dalam hal-hal berikut

Dukungan moril

Memberi rasa tenang

Cairan

Kebersihan

Buang air besar

Buang air kecil

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada Latihan 3-2

LATIHAN 3-3
MENGETAHUI RIWAYAT KEHAMILAN
TANYA DAN DENGAR

Sambutlah wanita dan orang-orang yang mengantarnya Tunjukkan padanya tempat yang nyaman untuk duduk atau berbaring, tergantung pilihannya Ibu bidan perlu mengetahui riwayat ibu (***TANYA* dan *DENGAR***) secara cepat atau lambat, tergantung pada kondisi ibu dan kala persalinannya Jelaskan pada ibu bahwa ibu bidan perlu mengajukan beberapa pertanyaan mengenai persalinannya Sambil ***MENDENGARKAN*** jawaban dari ibu, catat informasi tersebut pada catatan persalinan (partograf) Partograf akan dibahas secara lebih rinci pada Latihan 3-5

TANYA-kan pertanyaan-pertanyaan berikut dan ***DENGAR*** jawabannya

1 **APAKAH IBU PERNAH MENERIMA PEMERIKSAAN ANTENATAL? OLEH SIAPA?**
Jika ibu hamil pernah memeriksakan kehamilannya pada ibu bidan, berarti ibu bidan sudah mengenalnya dan mungkin memiliki catatan kehamilannya, atau ibu hamil ***membawa catatan*** tersebut bersamanya

2 **RIWAYAT KEHAMILAN SEBELUMNYA?**
Jumlah kehamilan/bayi, umur kehamilan, lamanya persalinan, jenis persalinan, ada tidaknya masalah (selama kehamilan, persalinan atau pasca salin) Berapa bayi yang disusui, berapa lama, apakah ada masalah?

WANITA DENGAN RIWAYAT KEHAMILAN BERIKUT HARUS DIRUJUK KE RUMAH SAKIT

- Kehamilan lebih dari lima kali
- Keguguran dua kali atau lebih
- Lahir mati dan kematian neonatal
- Bedah cesar, ekstraksi vakum atau forseps
- Retensio plasenta atau perdarahan hebat
- Persalinan yang berlangsung lama
- Pre-eklamsia atau eklamsia

3 INFORMASI PRIBADI (TERUTAMA UMUR)?

Wanita yang berusia kurang dari 20 tahun mungkin mengalami masalah dalam persalinan
Wanita berusia diatas 35 tahun dan/atau hamil pertama mungkin mengalami persalinan yang lama dan lebih sulit

4 RIWAYAT KEHAMILAN SEKARANG

Berapa minggu umur kehamilannya? Apakah ibu mengalami masalah pada kehamilan ini? Apakah ibu minum obat-obat selama kehamilan ini?

☞ **Jika kehamilan tidak cukup bulan *LIHAT PETUNJUK***

5 RIWAYAT MEDIS/KESEHATAN?

Pernahkah ibu mengalami masalah kesehatan?

☞ **Wanita dengan penyakit jantung, sesak napas, penyakit ginjal, diabetes, tbc, malaria, anemia berat, hipertensi, atau epilepsi harus *DIRUJUK KE RUMAH SAKIT***

6 KAPAN MULAS-MULAS MULAI? SEBERAPA SERING?

Dengarkan dengan baik dan ibu bidan akan mendapat gambaran tentang keadaan ibu Mungkin ibu tidak ingat saat mulainya mulas dengan tepat, tapi ia akan dapat mengatakan apakah mulainya pada malam, pagi atau siang hari

7 APAKAH (SELAPUT) KETUBANNYA SUDAH PECAH?

Tanyakan kapan ketubannya pecah Beri tahu ibu bahwa selaput ketuban mengelilingi bayi dan biasanya pecah jika kehamilan sudah cukup bulan atau pada waktu persalinan Ibu akan mengetahui adanya cairan yang merembes keluar atau cairan yang keluar dengan deras Tanyakan banyaknya dan warna cairan itu

☞ **Jika ketuban sudah pecah lebih dari 6 jam atau jika cairan mengandung mekonium *LIHAT PETUNJUK***

8 APAKAH IBU MENGALAMI *BLOODY SHOW* ATAU PERDARAHAN?

Ibu mungkin melihat bercak darah atau *bloody show* pada pakaiannya Jelaskan pada ibu bahwa *bloody show* adalah aliran darah dan lendir yang keluar dari lubang rahim pada awal persalinan Ibu akan dapat membedakan *bloody show* dengan perdarahan vagina karena *bloody show* terasa lengket dan lunak di antara jari Pastikan sebelum pemeriksaan dalam apakah perdarahan tersebut merupakan *bloody show* biasa atau perdarahan yang lebih serius

☞ ***JANGAN LAKUKAN* pemeriksaan dalam jika ibu bidan rasa perdarahan itu bukan *bloody show* biasa. Perdarahan selama kehamilan merupakan tanda masalah serius dan perlu dilakukan rujukan**

9 APAKAH IBU PERNAH MINUM OBAT UNTUK MEMPERCEPAT ATAU MEMPERLAMBAT PERSALINANNYA?

Ibu mungkin telah minum obat untuk mulas-mulasnya Dukun beranak, keluarga atau teman mungkin telah memberikannya obat-obatan lokal Tanyakan padanya obat-obatan apa yang telah diminumnya Apa efek obat tersebut? Tentukan apakah efeknya membantu, aman atau membahayakan

☞ **Awasi ibu dengan cermat jika ia telah menggunakan obat-obatan tradisional**

10 APAKAH IBU MENGALAMI GEJALA SAKIT KEPALA, GANGGUAN PENGLIHATAN, ATAU NYERI PADA BAGIAN ATAS PERUT?

Sakit kepala, perubahan penglihatan atau nyeri perut bagian atas merupakan gejala-gejala pre-eklamsia

☞ **Jika seorang wanita mengeluh tentang salah satu gejala ini, periksalah adanya edema, peningkatan tekanan darah, refleks yang sangat aktif atau protein dalam urin Rujuklah jika hasil pemeriksaan ibu bidan *TIDAK* normal**

11 KAPAN IBU TERAKHIR MAKAN?

Persalinan dapat menyebabkan ibu yang kenyang muntah Jelaskan pada ibu bahwa makanan dan minuman akan memberikan tenaga kepadanya, dan penting baginya untuk makan dan minum dalam jumlah kecil terutama pada awal persalinan Katakan pada ibu untuk tidak makan banyak sekaligus

12 KAPAN IBU TERAKHIR BUANG AIR BESAR?

Rektum yang kosong akan memberi ruang yang lebih luas untuk penurunan bayi dan membuat ibu merasa lebih nyaman Huknah/klisma tidak lagi dianjurkan untuk setiap wanita dalam persalinan Jika wanita mengalami konstipasi, ia mungkin menginginkan Huknah/klisma agar merasa lebih nyaman

☞ **Jangan berikan huknah/klisma pada wanita yang tidak menginginkannya, wanita yang berada pada tahap persalinan lanjut, yang ketubannya sudah pecah, yang mengalami perdarahan vagina atau menderita hipertensi atau pre-eklamsia**

☞ ***TANYA* dan *DENGAR* adalah langkah pertama yang harus dilakukan ketika menangani wanita yang sedang dalam persalinan**

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

Tulis 12 pertanyaan ***TANYA* dan *DENGAR*** yang harus ditanyakan pada ibu pada saat masuk dalam persalinan Berikan satu contoh kalimat untuk jawaban yang mungkin akan diberikannya

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada latihan 3-3

LATIHAN 3-4
PEMERIKSAAN FISIK
LIHAT DAN RABA

LIHAT* dan *RABA akan memberikan gambaran pada ibu bidan bagaimana menemukan hal-hal penting dari pemeriksaan ibu dan bayi selama persalinan yang dapat memberikan gambaran mengenai keadaan mereka

Sebelum mulai, ibu bidan harus terlebih dahulu menjelaskan apa yang akan ibu bidan lakukan kepada ibu dan keluarganya Berikan mereka waktu untuk bertanya dan memahami mengapa ibu bidan melakukan pemeriksaan tersebut

Ketika seorang wanita dan keluarganya mendatangi ibu bidan pertama kali pada saat akan melahirkan, ibu bidan harus memutuskan apakah persalinan akan segera terjadi Jika dirasakan bahwa persalinan akan segera terjadi, ibu bidan harus mempersingkat pemeriksaan fisik dan mempersiapkan persalinan Ibu bidan harus memastikan kala persalinan, bagian terbawah bayi dan hal-hal lain yang dapat mempengaruhi keselamatan ibu dan bayi Ibu bidan perlu mengetahui komplikasi yang terjadi selama kehamilan, mengukur tekanan darah, suhu dan denyut jantung ibu, serta denyut jantung janin Namun biasanya, ada waktu yang cukup untuk pemeriksaan lengkap pada saat ibu hamil datang dan selama proses persalinan seperti yang dijelaskan pada latihan ini

Berikut ini adalah daftar ***peralatan / bahan-bahan*** yang diperlukan dalam memberikan perawatan kepada wanita yang berada pada kala I persalinan Peralatan tersebut mungkin berbeda-beda antara bidan yang satu dengan yang lain Yang penting untuk diingat adalah bahwa bidan dapat menggunakan suara, mata, telinga, hidung dan tangan untuk mengetahui hampir semua yang ingin diketahui mengenai ibu hamil Peralatan hanya merupakan sarana pendukung bagi ibu bidan Jika peralatan tersedia, hal ini akan membantu ibu bidan dalam melaksanakan tugasnya Jika peralatan tertentu tidak tersedia, bidan masih dapat memberikan perawatan yang baik selama kala I persalinan Bidan harus memastikan bahwa alat-alat yang digunakan bersih dan siap digunakan untuk perawatan

PERALATAN DAN BAHAN-BAHAN DALAM KALA I PERSALINAN

1	Catatan Partograf	6	Sabun dan air
2	Stetoskop bayi	7	Cangkir dan air untuk minum
3	Stetoskop untuk orang dewasa	8	Jam
		9	Sarung tangan
4	Alat pengukur tekanan darah	12	Pena
		11	Termometer
5	Peralatan pengujian urin		

Pemeriksaan fisik pada saat ibu hamil datang (saat pendaftaran) akan membantu ibu bidan untuk menemukan permasalahan yang mungkin terlewatkan pada pemeriksaan antenatal Pemeriksaan ini terutama menjadi lebih penting bagi wanita yang tidak pernah datang ke klinik untuk pemeriksaan antenatal Pemeriksaan selama persalinan akan membantu ibu bidan untuk segera mengetahui ***lebih awal*** masalah yang sedang berkembang

Bagian berikut ini akan membahas tiga tahap pemeriksaan fisik - umum, abdomen dan dalam - secara lebih terinci

PEMERIKSAAN UMUM

Pemeriksaan umum akan membantu ibu bidan untuk memutuskan kondisi umum ibu

1 Sebelum mulai, ***mintalah ibu untuk mengosongkan kandung kemihnya*** dan ***memberikan sampel urinnya*** Jika ibu bidan menemukan tanda-tanda pre-eklamsia, perlu dilakukan pemeriksaan protein dalam urin (Lihat Petunjuk untuk pemeriksaan urin)

2 ***Cuci tangan*** sebelum mulai

3 ***Ukur suhu, denyut jantung dan tekanan darahnya***

4 ***LIHAT kondisi umum ibu hamil*** Apakah ia tidak kekurangan cairan? Apakah ia bersih? Apakah ia terlihat khawatir? Apakah ia kesakitan? Apakah ada edema pada tangan atau wajahnya? Apakah ada tanda-tanda anemia?

PEMERIKSAAN ABDOMEN

Pemeriksaan abdomen akan membantu ibu bidan dalam memutuskan kala persalinan, kemajuan persalinan dan kondisi bayi

1 ***RABA abdomen*** segera setelah ibu bidan memeriksa ibu pada persalinan, tetapi sebelumnya jelaskan tahap-tahap pemeriksaan tersebut kepada wanita itu Pastikan bahwa ia dan keluarganya memahami pentingnya pemeriksaan abdomen dan bahwa pemeriksaan tersebut akan dilakukan beberapa kali selama persalinan

2 ***LIHAT bentuk uterus*** dan cari ada tidaknya ***luka***

3 ***PERIKSA tinggi uterus, bagian terbawah bayi, masuknya janin dan penurunan janin RABA*** frekuensi dan lamanya ***kontraksi*** Coba untuk ***memperkirakan besar bayi***

4 ***Dengar dan hitung denyut jantung bayi***

5 ***Katakan*** pada ibu dan keluarga hasil dari pemeriksaan dan **catat informasi tersebut pada partograf**

☞ ***SELALU RABA BAGIAN ABDOMEN UNTUK MELIHAT PENURUNAN DAN POSISI BAYI SEBELUM IBU BIDAN MELAKUKAN PEMERIKSAAN DALAM*** **sehingga ibu bidan dapat memastikan penurunan dan posisi bayi pada pemeriksaan dalam**

PEMERIKSAAN DALAM

Ketika ibu bidan melakukan pemeriksaan dalam, ***RABA*** **dan** ***RASA*** untuk memutuskan ***dilatasi*** serviks, keadaan ***selaput ketuban***, ***bagian terbawah bayi*** dan ***posisinya***, ***molase*** verteks dan ***penurunan bagian terbawah bayi*** ***Pemeriksaan dalam dilakukan pada waktu ibu hamil datang dan setiap empat jam berikutnya***

Pemeriksaan dalam harus dilakukan dengan hati-hati untuk mencegah resiko terjadinya infeksi pada vagina, serviks atau uterus Sering kali pemeriksaan ini akan menyebabkan rasa sangat tidak nyaman bagi wanita yang sedang dalam persalinan Ibu bidan harus melakukannya dengan perlahan-lahan sambil terus mengumpulkan informasi yang dibutuhkannya Jika ibu bidan sudah memasukkan jari-jarinya ke vagina wanita, ia tidak boleh mengeluarkannya sampai pemeriksaan selesai

1 Pastikan bahwa kandung kemih ibu kosong

2 Kumpulkan perlengkapan

3 Yakinkan dan jelaskan setiap langkah kepada ibu Berikan privasi

4 Bersihkan tangan ibu bidan dengan sabun dan air dan pergunakan sarung tangan yang steril

5 Mintalah ibu untuk berbaring pada punggungnya dengan lutut ditekuk dan kedua kaki terbuka, sambil selimuti ibu sebanyak mungkin

6 Bersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air atau antiseptik Bersihkan dari depan ke belakang sampai bersih

7 ***LIHAT*** vulva apakah ada cairan darah, ketuban, mekonium, urat-urat, luka maupun benjolan

8 Pisahkan labia ibu dengan tangan yang tidak memeriksa

9 Perlahan-lahan masukkan jari telunjuk atau jari tengah yang yang memeriksa ke dalam vagina ***Ketika jari-jari ibu bidan sudah masuk ke vagina, jangan di keluarkan sampai pemeriksaan selesai***

☞ **JANGAN MELAKUKAN PEMERIKSAAN DALAM JIKA WANITA MENGALAMI PERDARAHAN**

Selama pemeriksaan dalam, *RABA-RASAKAN*

Kekeringan dan suhu vagina Vagina yang hangat dan kering mungkin berarti persalinan yang lama, terjadi dehidrasi dan infeksi

Bekas luka pada vagina Mungkin menunjukkan luka-luka yang terjadi sebelumnya atau episiotomi

Serviks untuk melihat ketebalan dan dilatasi Serviks biasanya tipis, halus dan terbuka selama persalinan

Kantung ketuban (membran) Kantung ketuban biasanya tidak pecah sampai serviks telah berdilatasi lebih dari setengahnya ***LIHAT*** warna cairan ketuban, bila ketuban pecah

Bagian terbawah bayi Apakah kepala sudah masuk dan bergerak menurun ke panggul Bandingkan penurunan dengan pemeriksaan abdomen untuk melihat kemajuan persalinan Jika kepala bisa disentuh, ***RASAKAN*** bagian fontanel dan sutura untuk melihat molase dan keadaan tumpang tindih Lihat posisi bayi

☞ **Jika kantung ketuban sudah pecah, rasakan apakah terdapat prolapsus tali pusat Biasanya akan terasa halus dan berdenyut. *RUJUK* prolapsus tali pusat segera**

☞ **Jika bagian terbawah bayi bukan kepala, *DAN* kelahiran tidak akan segera terjadi**

ATAU

Jika bagian terbawah bayi terasa mengambang

ATAU

tidak terjadi penurunan

RUJUKLAH

☞ **Posisi occiput posterior, molase atau caput mungkin berarti kesulitan dalam kala II persalinan. Pantaulah apakah terjadi kala II yang lama dan *LIHAT PETUNJUK*.**

MENYELESAIKAN PEMERIKSAAN DALAM

10 Keluarkan tangan ibu bidan

11 ***LIHAT*** adakah cairan vagina yang keluar atau perdarahan pada sarung tangan atau yang keluar dari vagina setelah pemeriksaan

12 Bantu wanita untuk kembali pada posisi yang nyaman

13 Lepaskan sarung tangan dan cuci tangan

14 Jelaskan hasil pemeriksaan pada wanita dan keluarganya

15 Catat hasil pemeriksaan pada partograf

16 Tentukan kebutuhan atau permasalahan dari hasil pemeriksaan

17 Ambil tindakan sesuai dengan pengalaman ibu bidan dan Petunjuk Partograf Tindakan dapat berupa pengobatan medis, pendidikan, penyuluhan, tes laboratorium dan/atau ***rujukan***

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

Jelaskan hal-hal berikut

Pemeriksaan umum pada wanita dalam persalinan

Pemeriksaan abdomen pada wanita dalam persalinan

Pemeriksaan dalam pada wanita dalam persalinan

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada Latihan 3-4

LATIHAN 3-5
MENGGUNAKAN PARTOGRAF UNTUK MEMANTAU PERSALINAN

PENDAHULUAN

PARTOGRAF adalah alat untuk mencatat informasi dari riwayat dan pemeriksaan fisik wanita yang sedang dalam persalinan Partograf juga membantu bidan untuk mengikuti dan memahami kemajuan persalinan wanita melalui pencatatan dilatasi serviks, penurunan kepala bayi, dan kontraksi Partograf juga membantu memantau keadaan ibu dan janin dengan mengikuti denyut jantung janin, keadaan air ketuban, serta suhu, nadi dan tensi ibu Partograf berguna untuk membantu pengelolaan persalinan untuk wanita dengan komplikasi maupun tanpa komplikasi Partograf ***bukan*** merupakan pengganti perawatan persalinan Latihan ini akan menjelaskan bagaimana mencatat hasil observasi ibu bidan pada partograf

☞ **Perawatan persalinan memerlukan lebih dari satu partograf yang meliputi perawatan individual dan perhatian untuk setiap wanita dalam persalinan!**

Hal-hal berikut ini diamati dan dicatat pada partograf
Temukan setiap observasi pada daftar dibawah ini pada
contoh partograf dihalaman berikutnya

BAGIAN-BAGIAN PARTOGRAF

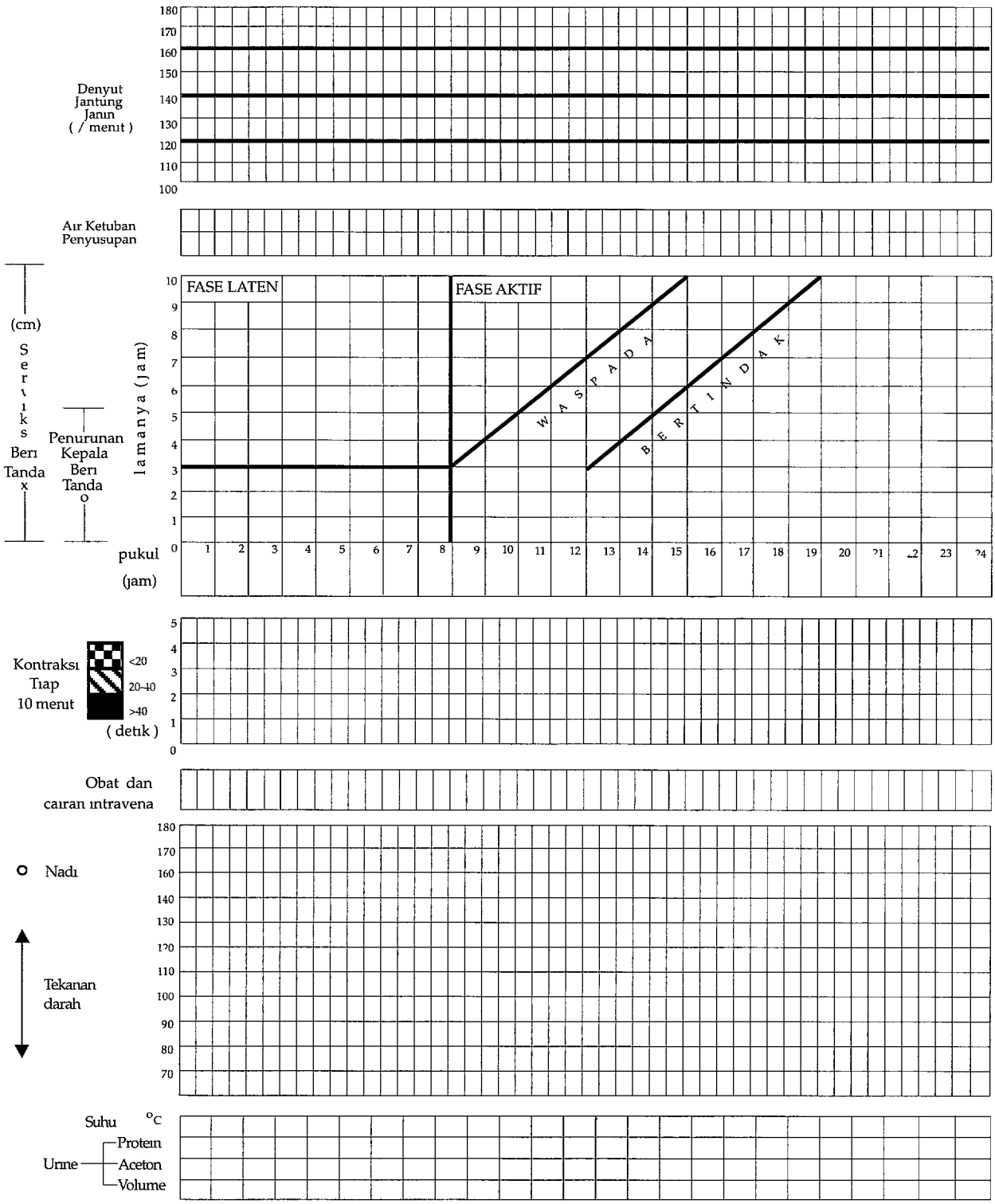
A	**Kemajuan persalinan**	
	1	Dilatasi serviks
	2	Penurunan bagian terbawah kepala bayi
	3	Kontraksi uterus
B	**Keadaan bayi**	
	1	Detak jantung janin
	2	Warna dan jumlah air ketuban
	3	Molase kepala bayi
C	**Keadaan ibu**	
	1	Denyut jantung dan tekanan darah
	2	Suhu
	3	Tes urin dan volumenya
	4	Obat obatan yang diberikan
	5	Cairan yang masuk

PARTOGRAPH

No Register [ ] Nama Ibu _____ Umur _____ G _____ P _____ A _____

No Puskesmas [ ] Tanggal _____ Jam _____

Ketuban pecah (+ /) sejak jam _____ Mules (+ /) sejak jam _____



BAGAIMANA MENGGUNAKAN PARTOGRAF

Ketika wanita datang pada saat persalinan, pemeriksaan kondisinya dan kondisi bayi dilakukan Ini meliputi informasi yang sudah dijelaskan pada Latihan 4-3 ***TANYA* dan *DENGAR*** dan Latihan 4-4 ***LIHAT* dan *RABA*** Mulailah laporan persalinan (partograf) dengan menulis nama ibu dan informasi lainnya pada saat datang ***Tulis waktu kedatangan*** yang akan ibu bidan gunakan untuk mengikuti proses persalinan berikutnya Cari tahu kapan kontraksi mulai, apakah ia mengalami perdarahan dan apakah selaput ketuban sudah pecah serta kapan terjadinya Ukur suhu tubuh, denyut nadi, dan tekanan darah ibu Dengar detak jantung janin, dan rasakan kontraksi Lakukan pemeriksaan fisik pada saat masuk, termasuk periksaan dalam (jika tidak ada perdarahan) Informasi berikut akan menjelaskan dan membantu ibu bidan dalam mencatat, mengamati dan mengartikan temuan-temuan tersebut dengan mengggunakan partograf Informasi tambahan lainnya dapat dicatat pada halaman kedua partograf, di bawah judul "Catatan Persalinan"

A PERKEMBANGAN PERSALINAN

1 DILATASI SERVIKS

Kala pertama persalinan dibedakan fase laten dan fase aktif ***Fase laten*** adalah pembukaan 0-2 cm ***Fase aktif*** adalah pembukaan 3-10cm

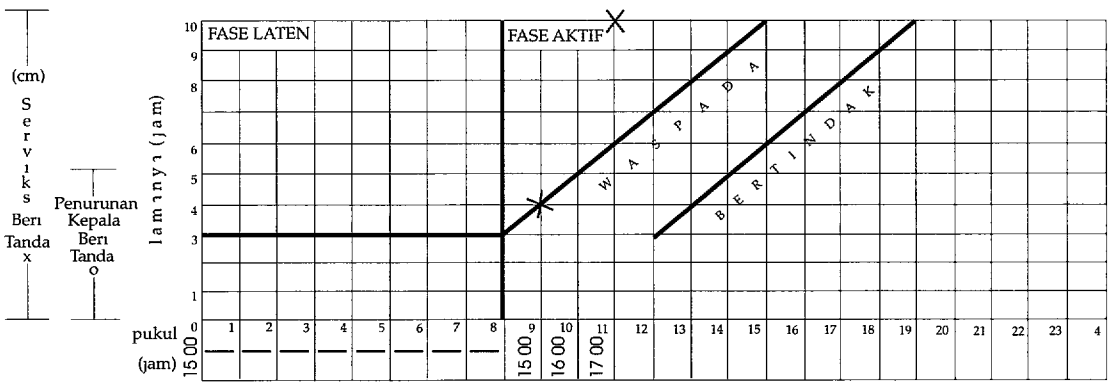
Pencatatan Dilatasi	Lihat partograf Temukan area di sisi kiri yang bertulisan ***Cervix* (cm) [Tandai X]** Pada sepanjang sisi kiri tersebut juga terdapat nomor 0-10 Setiap nomor/kotak mewakili pembukaan sebesar 1 cm dan menunjukkan besarnya pembukaan yang telah terjadi pada serviks
Waktu pencatatan	Sepanjang garis bawah ditemukan angka 0-24 untuk ***Jam*** dan ***Waktu*** persalinan Setiap angka/kotak mewakili satu jam Waktu penerimaan ditulis ***di depan*** kotak pertama
Garis Laten, Tindakan dan Waspada	Pada grafik, ada tiga garis gelap ● ***Fase Laten*** digambarkan sepanjang garis untuk pembukaan 3cm dari jam 0 sampai 8 ● ***Waspada*** digambarkan bermula pada pembukaan 3 cm pada jam 8 sampai pembukaan 10 cm pada jam 15 Garis ini meningkat 1cm per jam ● ***Bertindak*** digambarkan 4 jam ke kanan dari garis Waspada (dari jam 12 ke jam 19 untuk pembukaan 3 sampai 10 cm)

☞ **Pemeriksaan dalam dilakukan setidaknya setiap empat jam**

☞ **Jika kemajuan memuaskan, pembukaan serviks *TETAP TERJADI* atau *KE SEBELAH KIRI* garis waspada**

LATIHAN 1 DATANG PADA FASE AKTIF

Perhatikan grafik berikut Wanita ini datang dalam fase aktif persalinan



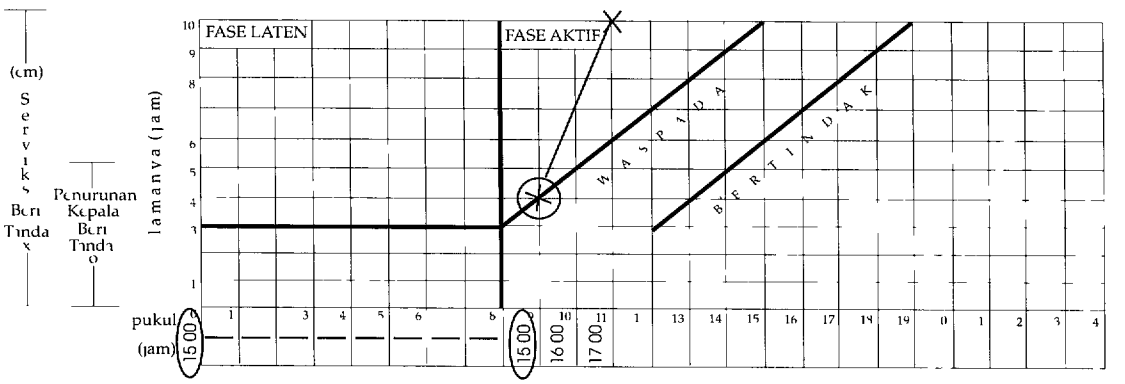
Ia datang pada pukul 15 00 Dilatasi serviks pada saat itu 4 cm Dilatasi serviks ditandai pada garis waspada pada tempat yang sesuai dengan dilatasinya dan waktu ditulis tepat dibawah tanda X pada ruang untuk waktu

Lingkari jam waktu datang dan dilatasi serviks di partograf

Ibu merasakan ingin mengejan pada pukul 17 00 dan hasil pemeriksaan dalam menemukan dilatasi serviks 10 cm ***Buatlah garis*** dari pembukaan pertama 4 cm sampai 10 cm

Pertanyaan Berapa lamakah kala I persalinan berlangsung di klinik?

LATIHAN 1 DATANG PADA FASE AKTIF (JAWABAN)

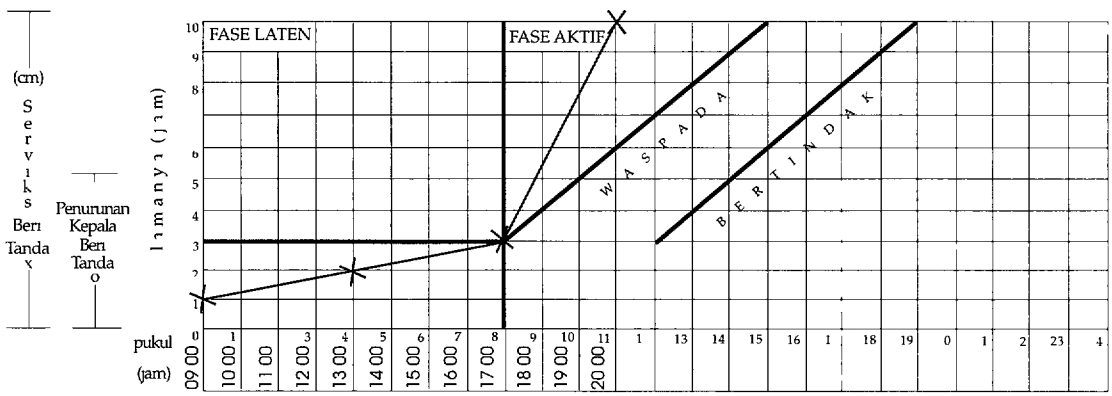


Jawaban Ibu masuk ke klinik pada pukul 15 00 Dilatasi seluruhnya terjadi pada pukul 17 00, jadi, kala I di klinik berlangsung 2 jam

LATIHAN 2 DATANG PADA FASE LATEN

Perhatikan grafik berikut Wanita ini datang dalam fase laten persalinan Waktu datang pukul 09 00 dan dilatasi serviks 1 cm

Jika seorang wanita datang pada fase laten, dilatasi serviks ditandai pada waktu yang bertanda nol



Pada pukul 13 00 dilatasi serviks 2 cm, pukul 17 00 dilatasi 3 cm Ketika ibu memasuki fase aktif persalinan pada pukul 20 00 dilatasi serviks sebesar 10 cm

Pertanyaan 1 Berapa jam fase laten persalinan berlangsung?
Pertanyaan 2 Berapa jam fase aktif persalinan berlangsung?

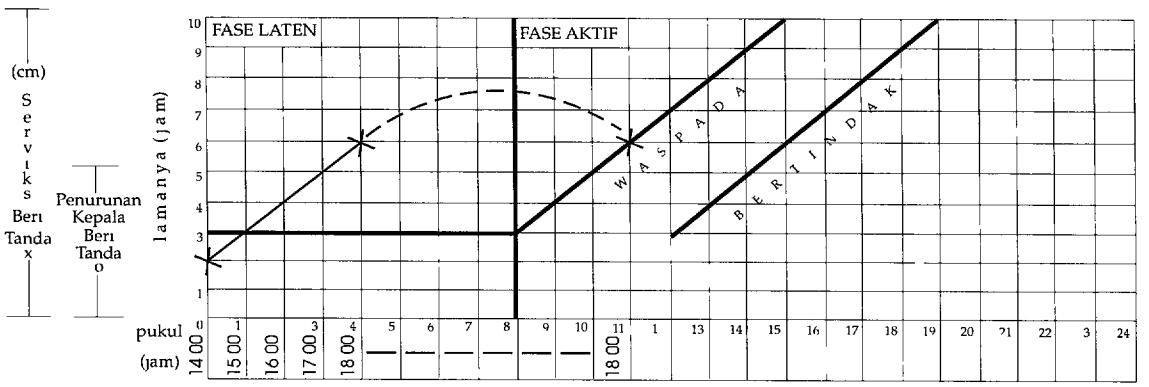
Jawaban 1 **Si ibu datang ke tempat bersalin pada pukul 9 00 dan mulai fase aktif persalinan pada pukul 17 00, jadi fase laten persalinan berlangsung 8 jam**

Jawaban 2 **Si ibu mulai masuk fase aktif pada pukul 17 00 dan dilatasi seluruhnya terjadi pada pukul 20 00, jadi fase aktif berlangsung 3 jam**

☞ **Fase laten normal dapat berlangsung sampai 8 jam**

LATIHAN 3A MENANDAI DILATASI SERVIKS DARI FASE LATEN KE FASE AKTIF

Perhatikan grafik berikut



Pertanyaan 1 Pukul berapakah ibu datang?

Pertanyaan 2 Berapa dilatasi serviks pada waktu ibu datang?

Pertanyaan 3 Pukul berapakah pemeriksaan serviks yang kedua dilakukan?

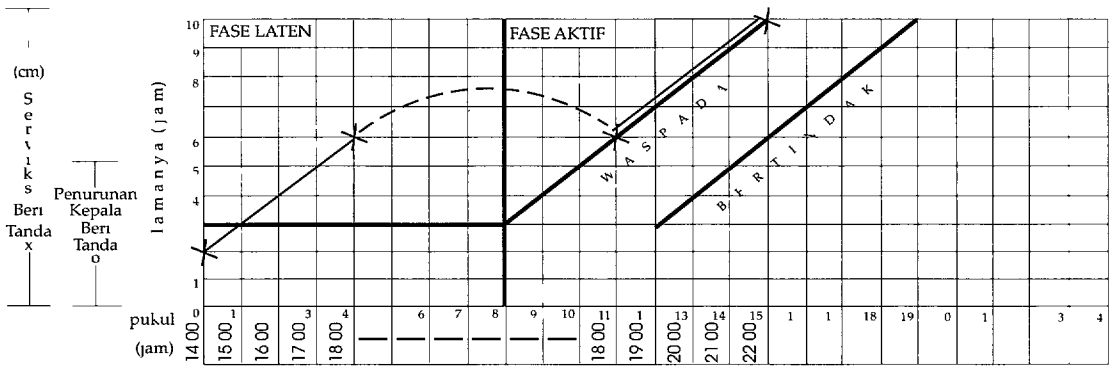
Jawaban 1 **Ibu datang pada pukul 14 00**

Jawaban 2 **Dilatasi serviks saat itu 2 cm**

Jawaban 3 **Pemeriksaan serviks kedua pukul 18 00**

PRACTICE 3B MENANDAI PEMBUKAAN SERVIKS DARI FASE LATEN KE FASE AKTIF

Pada pukul 18 00, dilatasi serviks sebesar 6 cm, yang berarti wanita tersebut sekarang berada pada ***fase aktif*** Dilatasi pertama ditandai pada fase laten Diketahui bahwa pada fase laten dilatasi sebesar 0-2 cm, kita harus memindahkan **X** ke fase aktif Waktu dan dilatasi dipindahkan dari fase laten ke fase aktif Dilatasi dipindahkan terlebih dahulu dan ditandai pada garis waspada 6 cm Kemudian waktu (18 00) ditandai tepat dibawah dimana dilatasi serviks ditandai Untuk menunjukkan bahwa wanita telah mengalami kemajuan dari fase laten ke fase aktif, dibuat garis putus-putus



Pada pukul 22 00, dilatasi serviks sebesar 10 cm

Pertanyaan 1 Berapa kali pemeriksaan dalam yang telah dilakukan?
Pertanyaan 2 Berapa lama ***kala I persalinan*** setelah ibu masuk?

Jawaban 1 **Tiga pemeriksaan dalam telah dilakukan (pada pukul 14 00, 18 00 dan 22 00)**
Jawaban 2 **8 jam (dari pukul 14 00 ke 22 00)**

☞ **Ketika dilatasi sebesar 0-2 cm, tanda harus diletakkan pada area fase laten grafik, tetapi ketika persalinan masuk ke fase aktif, tanda harus dipindahkan dengan garis putus-putus ke garis waspada**

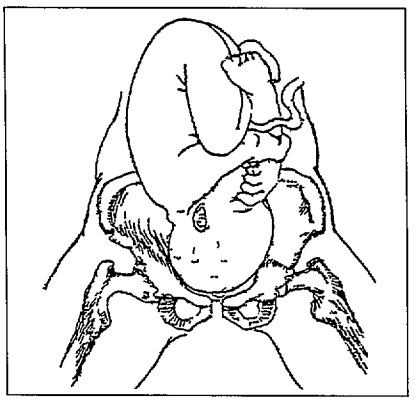
☞ **Jika kemajuan persalinan lancar, pembukaan tidak akan melewati bagian kanan garis waspada**

2 PENURUNAN KEPALA BAYI

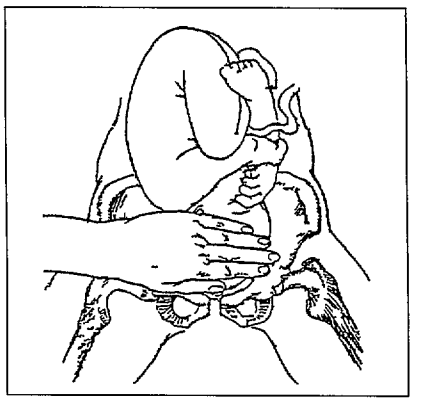
Agar persalinan berjalan dengan baik dilatasi serviks harus diikuti dengan penurunan kepala bayi ke panggul ibu Akan lebih baik bagi ibu jika bidan merasakan penurunan bayi melalui perut daripada melalui pemeriksaan dalam

Letakkan tangan ibu bidan pada perut ibu di daerah kepala bayi Jika semua jari ibu bidan dapat menutup kepala bayi, kita dapat mengatakan kepala bayi 5/5 (lima per lima) di atas Pintu Atas Panggul Kepala bayi belum memasuki panggul Lihat gambar di bawah ini

Kepala berada di p a p = 5/5

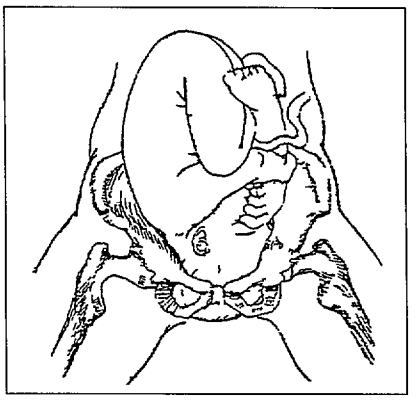


Kapala mengakomodasi 5 jari Di atas p a p

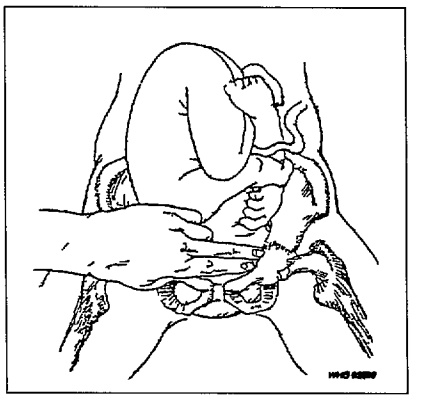


Secara umum dianggap bahwa kepala bayi mulai masuk ke panggul ibu jika hanya dua jari yang dapat menutupi kepala bayi (2/5 atau kurang) Lihat gambar berikut

Kepala turun = 2/5



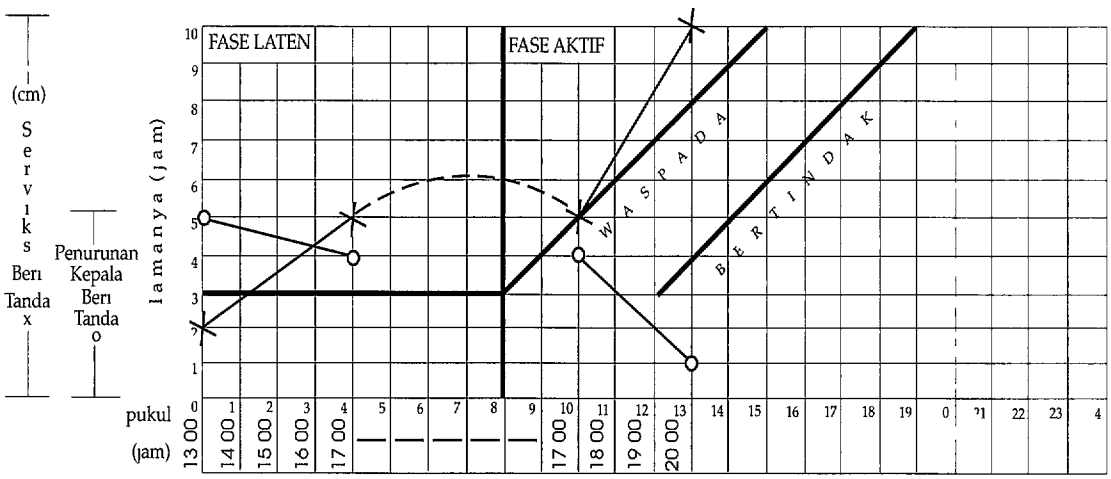
Kepala mengakomodasi 2 jari Di atas p a p



☞ **Penurunan kepala bayi diukur setiap jam dan segera sebelum melakukan pemeriksaan dalam**

Pada sisi kiri grafik dekat tempat dimana dilatasi serviks dicatat, cari kata-kata **Penurunan kepala [tandai O]** Keterangan ini ditemukan pada grafik dekat angka 0-5 Penurunan ditandai dengan "O", karena kepala bayi berbentuk bulat seperti O

LATIHAN 4 PENCATATAN PENURUNAN KEPALA BAYI



Pada waktu masuk pukul 13 00, kepala 5/5 diatas pintu atas panggul dan dilatasi serviks sebesar 1 cm Cari pada grafik di atas

Pertanyaan 1 Pada pukul berapa dilakukan pemeriksaan dalam berikutnya?

Pertanyaan 2 Dimana letak kepala bayi pada saat itu?

Pertanyaan 3 Berapa besarnya dilatasi serviks?

Pada saat ini, ***persalinan berada pada fase aktif*** Pembukaan serviks, penurunan kepala bayi dan pencatatan waktu masuk ke fase aktif Ingat bahwa pembukaan serviks harus dipindahkan dulu ke garis waspada

Setelah tiga jam, Ibu merasa ingin mengejan, dilatasi serviks sebesar 10 cm dan penurunan kepala 1/5

Pertanyaan 4 Berapa lama fase pertama persalinan setelah masuk?

Jawaban 1 **Pukul 17 00**

Jawaban 2 **4/5 diatas Pintu Atas Panggul**

Jawaban 3 **5 cm**

Jawaban 4 **7 jam - dari pukul 13 00 sampai 20 00**

3 KONTRAKSI UTERUS

Kontraksi uterus yang efektif diperlukan dalam kemajuan persalinan Biasanya kontraksi uterus bertambah sering dan berlangsung lebih lama sejalan dengan kemajuan persalinan

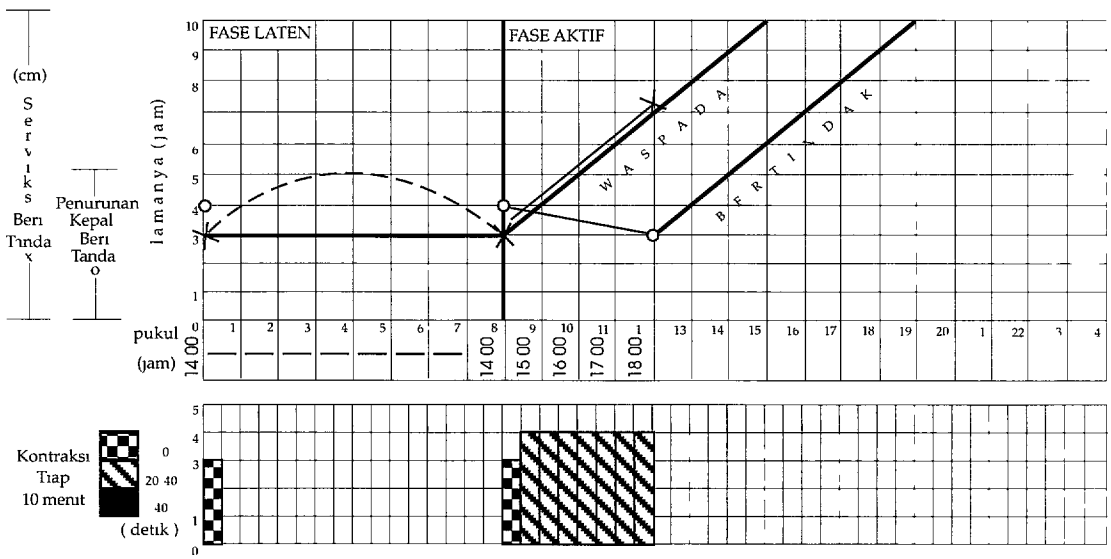
Perhatikan sebelah kiri partograf di bawah ***Waktu*** Cari tulisan ***Kontraksi tiap 10 menit*** Ada 5 kotak yang diberi nomor dari 1 sampai 5 Tiap kotak berarti 1 kontraksi, sehingga bila ada 2 kontraksi dalam 10 menit, dua kotak ditandai Ada cara khusus untuk menandai kotak-kotak, agar ibu bidan dapat menunjukkan berapa lama tiap kontraksi berlangsung Hal ini diterangkan dibawah dan dapat dilihat pada latihan 5

= Kontraksi < 20 detik

= Kontraksi 20-40 detik

= Kontraksi > 40 detik

LATIHAN 5 PENCATATAN KONTRAKSI



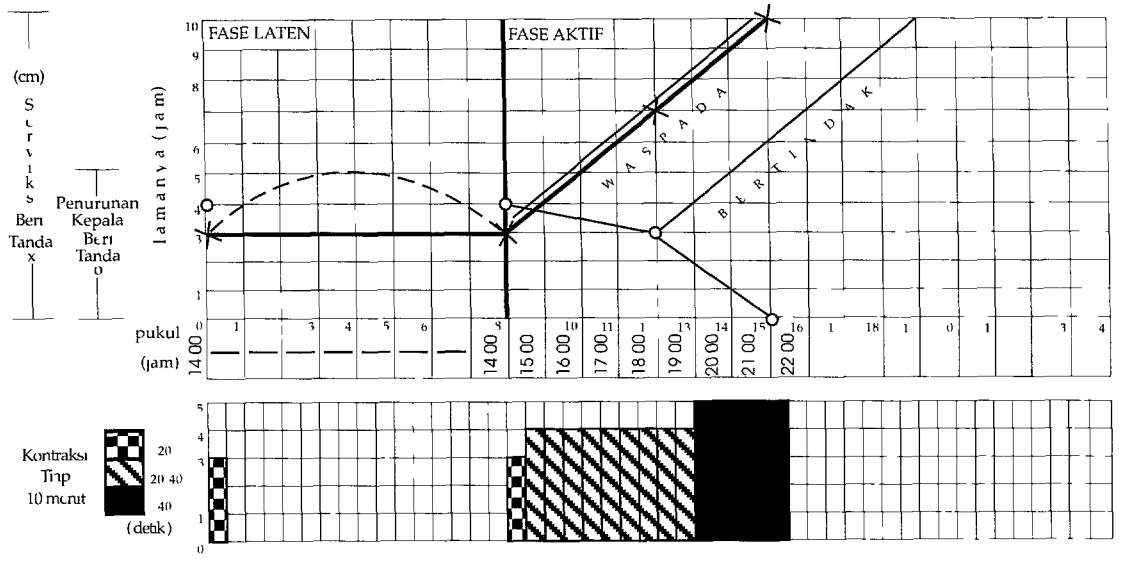
Cari hal-hal berikut pada grafik

* Ibu masuk pada pukul 14 00 dalam fase aktif persalinan Dilatasi serviks 3 cm, kepala 4/5 diatas pintu atas panggul Kontraksi tiga kali dalam 10 menit, berlangsung kurang dari 20 detik
* Pada pukul 18 00, dilatasi serviks 7 cm, kepala 3/5, kontraksi 4 kali dalam 10 menit, berlangsung antara 20 sampai 40 detik

Isi informasi berikut pada partograf di atas dan lihat jawaban pada halaman sebelah

* Pada pukul 21 00, dilatasi serviks 10 cm, kepala 0/5 Kontraksi 5 kali dalam 10 menit, berlangsung lebih dari 40 detik

LATIHAN 5 PENCATATAN KONTRAKSI (JAWABAN)



☞ **Setiap kali, rasakan frekuensi dan lamanya kontraksi selama *10 MENIT***

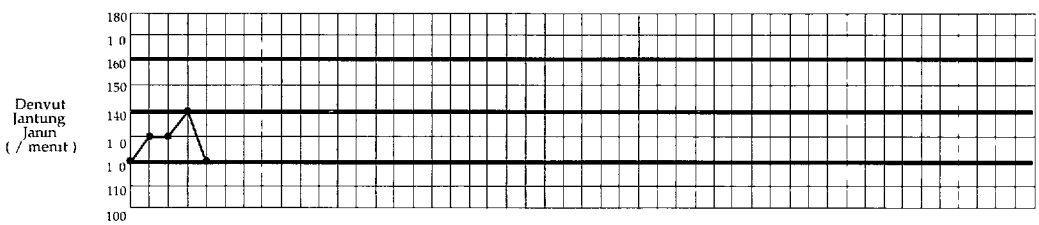
B KEADAAN JANIN

Denyut jantung janin, selaput ketuban, air ketuban dan molase tulang-tulang kepala bayi memberi informasi mengenai keadaan bayi selama persalinan Tempat untuk mencatat keterangan ini ditemukan pada bagian atas partograf

Denyut Jantung Janin

Mendengarkan dan mencatat frekuensi denyut jantung janin adalah cara terpercaya untuk mengetahui bahwa keadaan bayi baik Frekuensi denyut jantung janin dicatat pada bagian atas partograf Frekuensi denyut jantung janin harus didengar sekurangnya setiap 30 menit Frekuensi normal berbeda-beda, berkisar antara 120 sampai 160 Lihat grafik di bawah, frekuensi denyut jantung janin tercatat 120, 130, 130, 140, dan 120

PENCATATAN DENYUT JANTUNG JANIN



Selaput dan air ketuban

Keadaan air ketuban setelah selaput ketuban pecah dapat membantu dalam menilai keadaan janin Pengamatan dilakukan pada tiap pemeriksaan dalam dan dicatat pada partograf pada bagian untuk pencatatan frekuensi denyut jantung janin pada ***Cairan ketuban*** sebagai berikut

SIMBOL UNTUK MENCATAT KEADAAN SELAPUT DAN AIR KETUBAN

J	=	air ketuban jernih
D	=	air ketuban mengandung darah
M	=	air ketuban mengandung mekonium
K	=	air ketuban tidak ada (kering)
U	=	selaput utuh

☞ **Dengarkan denyut jantung janin tiap 15 menit bila .**

- Cairan ketuban hijau kental atau hitam bercampur mekonium karena ini dapat menandakan bayi dalam bahaya
- Cairan ketuban tidak ada saat ketuban pecah karena ini dapat berarti selaput ketuban telah lama pecah atau bayi terlambat keluar

Molase tulang-tulang kepala

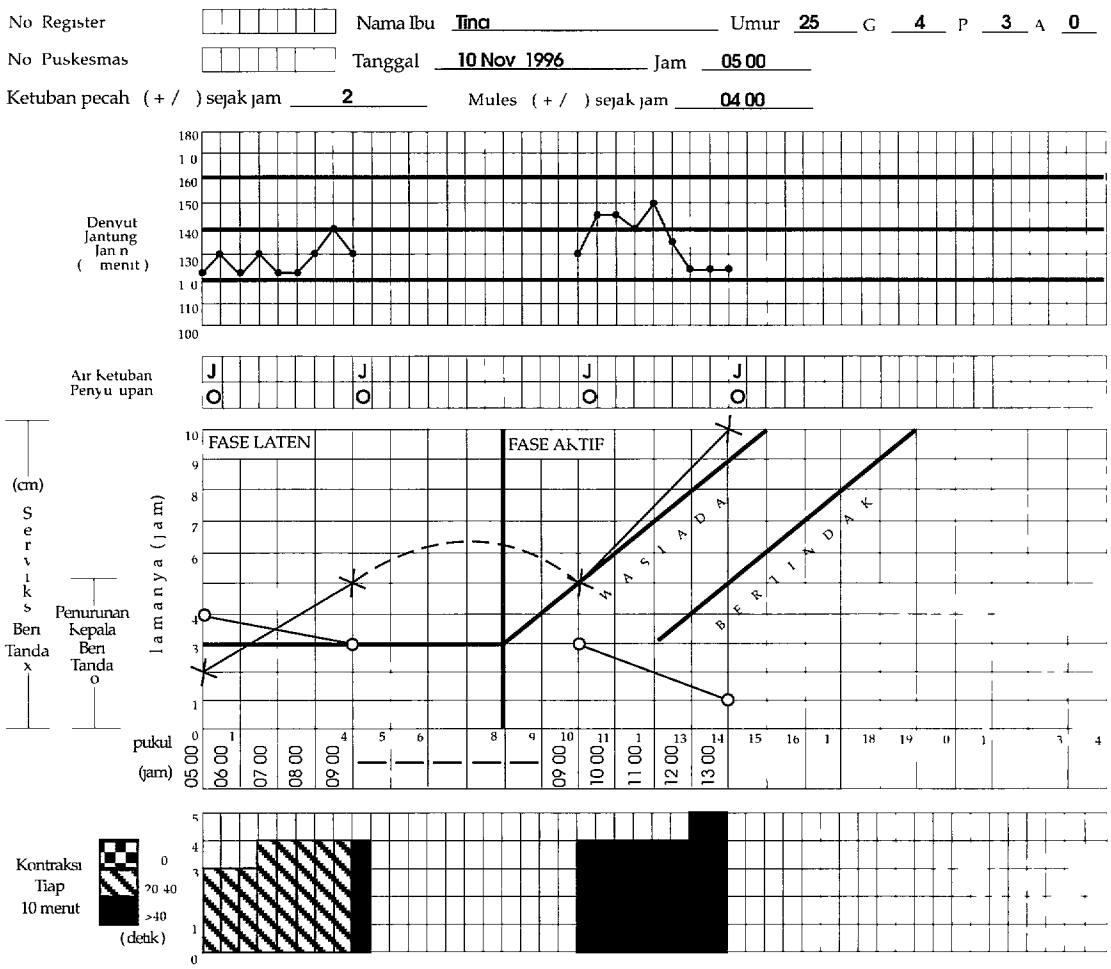
Molase adalah suatu tanda yang penting untuk mengetahui apakah kepala bayi sesuai dengan ukuran panggul ibu Semakin banyak tulang kepala bayi bertumpang tindih, menandakan bahwa kesesuaian bayi dan panggul ibu sangat tipis Ini dapat berarti bahwa bayi tidak dapat melalui panggul ibu

SIMBOL UNTUK MENCATAT KEADAAN MOLASE
(Dicatat pada partograf di bawah cairan)

O	=	tulang-tulang terpisah, sutura dengan mudah teraba
+	=	tulang-tulang hanya menyentuh
++	=	tulang-tulang tumpang tindih, tapi dapat dipisahkan
+++	=	tulang-tulang tumpang tindih, tapi ***tidak*** dapat dipisahkan

LATIHAN 7 KONDISI JANIN, KONTRAKSI, KEMAJUAN PERSALINAN

Lihat partograf pada halaman ini dan jelaskan bagaimana ibu bidan dapat mengetahui apakah kemajuan persalinan, kontraksi dan kondisi bayi normal atau tidak normal dari informasi-informasi yang tertulis di partograf ini



Kemajuan Persalinan

Kontraksi

Kondisi bayi

C KEADAAN IBU

Semua catatan keadaan ibu dituliskan di bagian bawah partograf Perhatikan partograf pada permulaan Topik ini (Latihan 3-5) untuk menemukan informasi-informasi berikut dan catat berapa sering kondisi ibu dimonitor

✓ Nadi, tensi dan suhu

⇨ Frekuensi nadi	Hitung tiap 1/2 jam
⇨ Tensi	Ukur tiap 4 jam
⇨ Suhu	Ukur tiap 4 jam

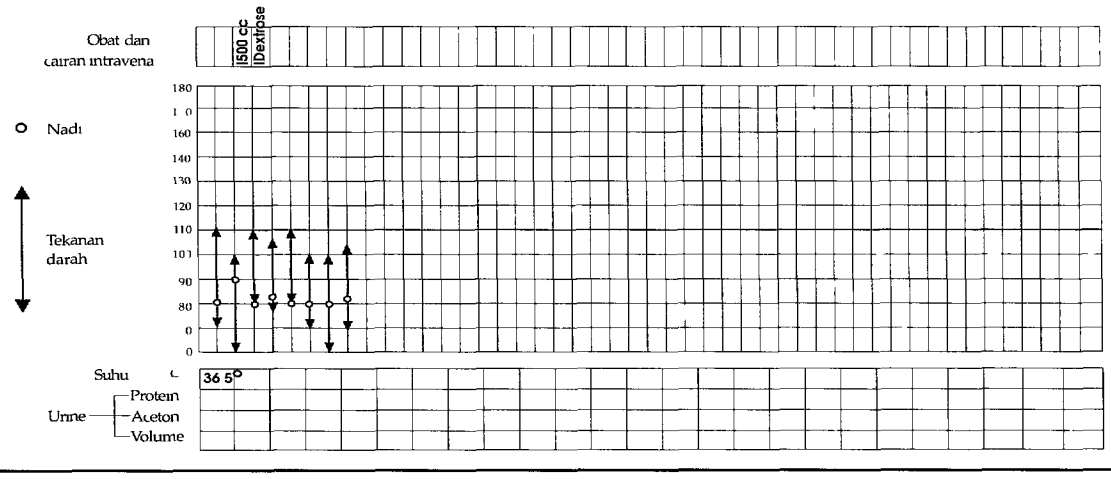
✓ Protein dan volume urin

⇨ Pemeriksaan protein	Jika ada tanda pre-eklamsia/eklamsia
⇨ Ukur volume urin	Anjurkan buang air kecil tiap 2-4 jam

✓ Obat-obatan dan cairan

⇨ Cairan oral	Diberikan tiap jam
⇨ Cairan per infus	Bila perlu
⇨ Obat-obatan	Bila perlu

CONTOH 1 KEADAAN IBU



D PENCATATAN PENGAMATAN DAN PENGAMBILAN TINDAKAN

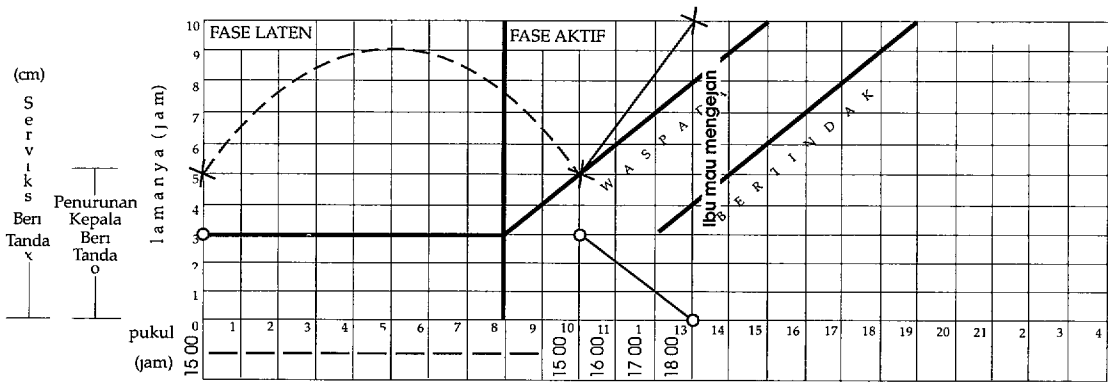
Dalam melakukan perawatan pada ibu dalam persalinan, ibu bidan menggunakan petunjuk Partograf untuk mengambil keputusan bagaimana cara terbaik untuk membantu ibu dan bayi Catat pengamatan dan keputusan pada grafik serviks sepanjang garis waktu pada saat hal tersebut terjadi Pengamatan dan keputusan dapat berupa

- Merasa ingin mengejan
- Dokter dipanggil
- Merujuk
- Pecahnya selaput ketuban secara buatan atau spontan
- Ibu kelelahan - infus dimulai

CONTOH 2 PENCATATAN PENGAMATAN

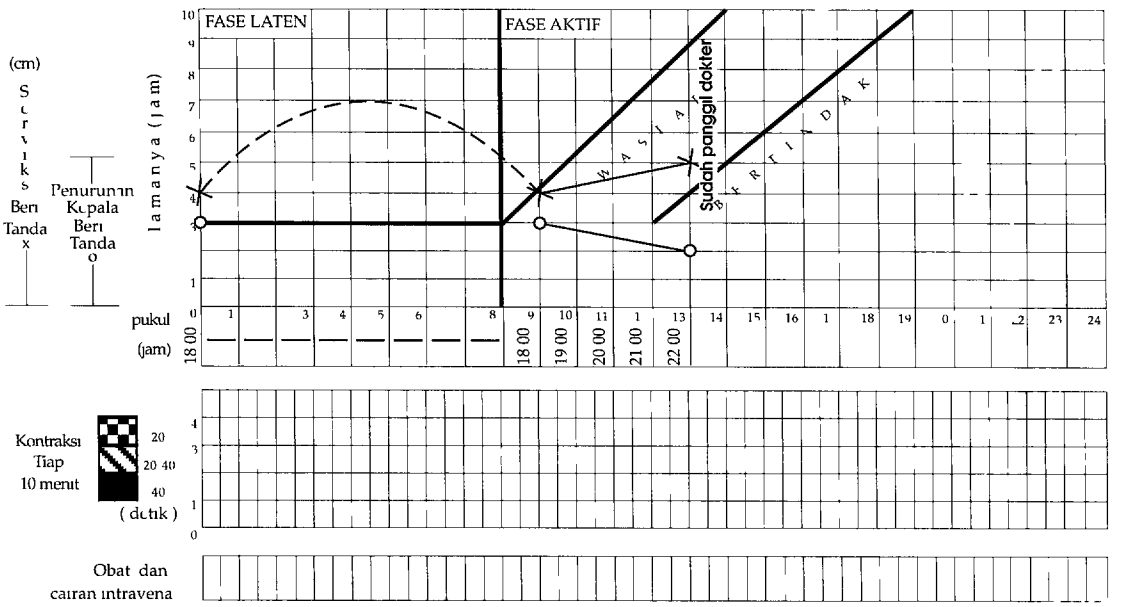
Berikut adalah beberapa contoh

Jika ibu merasa ***ingin mengejan*** dan ibu bidan melakukan pemeriksaan dalam sebelum waktunya, catat sebagai berikut



CONTOH 3 PENCATATAN PENGAMBILAN TINDAKAN

Ibu diperiksa pada pukul 18 00 dan dilatasi serviksnya 4cm Empat jam kemudian ia diperiksa kembali dan serviksnya 5 cm Ibu bidan ***memanggil dokter*** pada saat itu



E BAGIAN BELAKANG PARTOGRAF

Perawatan Persalinan

Pada bagian belakang partograf, tersedia bagian untuk informasi-informasi tambahan mengenai perawatan atau pengamatan selama persalinan ibu Di bagian ini, ibu bidan dapat mencatat ketika memberikan minuman dan makanan kepada ibu, ketika ibu berjalan atau mandi dan sebagainya Catat semua informasi mengenai apa yang terjadi selama proses persalinan yang ***tidak*** ibu bidan catat pada partograf

CONTOH 4 PERAWATAN SELAMA PERSALINAN
(Catatan untuk Kala I)

CATATAN PERSALINAN

6 00	Ibu mau mandi
6 30	Ibu jalan-jalan di taman
6 50	Ibu merasa capek
7 30	Sarapan

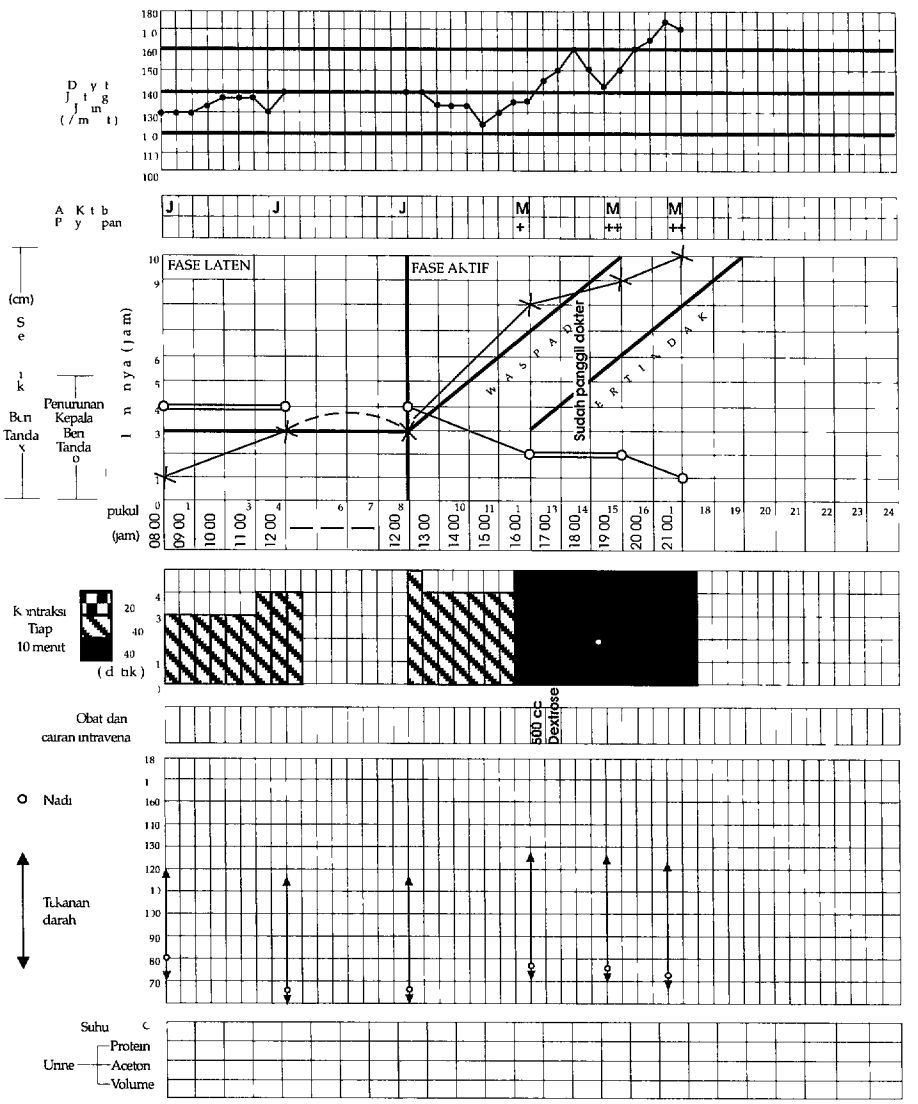
CONTOH 5 PARTOGRAF LENGKAP

PARTOGRAPH

No Register ☐☐☐☐☐☐ Nama Ibu Vera Umur 29 G 4 P 3 A 0

N Puskesma ☐☐☐☐☐☐ Tanggal 09 Nov 1996 Jam 8 00

Ketuban pecah (+ /) sejak jam _____ Mule (+ /) ejak jam _____



HAL-HAL YANG PERLU DIINGAT

Waktu datang adalah ***WAKTU O***, jika wanita datang dalam fase laten persalinan

Fase laten persalinan ***TIDAK BOLEH LEBIH DARI 8 JAM***

Bila fase aktif persalinan dimulai, ***SEMUA CATATAN*** dipindahkan dengan garis putus-putus, dan menandai dilatasi serviks terlebih dahulu ***PADA GARIS WASPADA***

Bila wanita datang pada fase aktif persalinan, pencatatan dilatasi serviks dimulai ***PADA GARIS WASPADA***

Kemajuan dalam fase aktif harus ***SEKURANGNYA 1 CM PER JAM***

Bila kemajuan persalinan normal, pencatatan dilatasi serviks berada ***DI*** garis waspada atau ***DI SEBELAH KIRINYA***

Catat semua pengamatan penting dan tindakan pada grafik serviks

APA YANG TELAH SAYA PELAJARI?
Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Ibu Tina datang pada ibu bidan untuk melahirkan pada tanggal 30 September pukul 9 00 Ia mengalami dua kontraksi setiap 10 menit yang berlangsung 20 detik Pertanyaan-pertanyaan apa yang ingin ibu bidan tanyakan pada ibu Tina?

2 Fase laten persalinan tidak boleh lebih lama dari_____

3 Ketika memeriksa ibu Tina, ibu bidan menemukan dilatasi sebesar 1 cm, selaput membran utuh dan kepala 5/5 Tensi 120/75, denyut jantung 72 dan suhu tubuh ibu 36 8^0 C Denyut jantung bayi 120 Catat informasi ini pada partograf di halaman sebelah

4 Perawatan apa yang akan ibu bidan berikan kepada ibu Tina pada waktu ini?

5 a Empat jam berikutnya, ibu Tina mengalami dilatasi sebesar 5 cm, kepala 3/5 Isi partograf

b Perawatan apa yang akan ibu bidan berikan kepada ibu Tina pada waktu ini?

6 a Satu jam setelah pemeriksaan vagina yang terakhir, air ketuban ibu Tina keluar Cairannya jernih Perawatan apa yang akan ibu bidan berikan pada saat ini?

b Catat pengamatan dan keputusan yang dibuat ibu bidan pada partograf

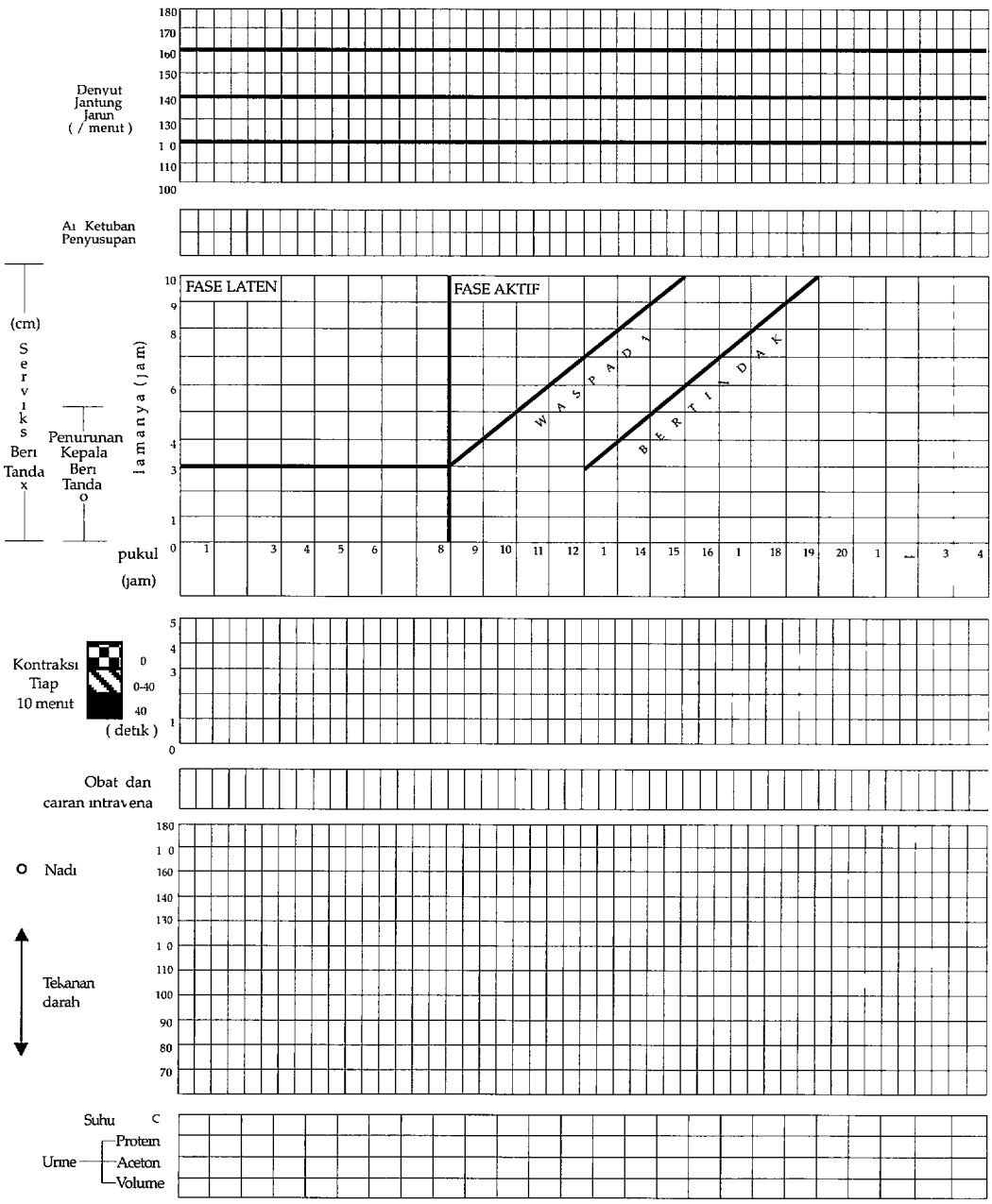
PARTOGRAF YANG HARUS DILENGKAPI (HALAMAN DEPAN)

PARTOGRAPH

No Pegister ☐☐☐☐☐☐ Nama Ibu _____ Umur _____ G _____ P _____ A _____

No Puskesmas ☐☐☐☐☐☐ Tanggal _____ Jam _____

Ketuban pecah (+ /) sejak jam _____ Mules (+ /) sejak jam _____



7 Selama persalinan ibu Tina informasi apa yang perlu diperoleh ibu bidan dan seberapa sering informasi ini dikumpulkan?

a Memonitor bayi?

b Memonitor Ibu Tina?

c Memonitor kemajuan persalinan?

Bandingkan jawaban ibu bidan dengan jawaban yang ada pada Topik ini

Kaji ulang informasi yang tidak dimengerti dengan jelas

Latih ketrampilan dengan menggunakan checklist ketrampilan

Peragakan ketrampilan dengan menggunakan checklist untuk *Penerimaan Persalinan* dan *Pemantauan Perkembangan Persalinan Menggunakan Partograf*, dengan disaksikan dan diberi umpan balik oleh rekan sekerja

Jika bidan tidak memiliki rekan sekerja, latih keterampilan ini dengan menggunakan checklist ketrampilan dan memberikan penilaian sendiri

Ulangi latihan ini sebanyak lima kali dan catat kemajuan yang dirasakan

TOPIK 4
KALA II DAN KALA III PERSALINAN

PENDAHULUAN

Topik ini meliputi bagaimana merawat ibu selama kelahiran bayi dan plasenta serta merawat bayi saat kelahiran Informasi selanjutnya mengenai perawatan ibu dan bayi setelah kelahiran ada dalam Topik 5 - Pasca Salin

Saat serviks terbuka lengkap, kontraksi uterus dan daya mengejan ibu bersama-sama mendorong bayi keluar dari uterus Bayi didorong ke bawah melalui jalan lahir (vagina) untuk dilahirkan (kala II persalinan) Biasanya dalam beberapa menit, plasenta terpisah dan lahir (kala III persalinan)

Ibu bidan akan merawat ibu selama kala II dan kala III untuk membuat persalinan berlangsung seaman mungkin Adalah penting untuk melanjutkan ***TANYA* dan *DENGAR*** dan ***LIHAT* dan *RABA*** sehingga ibu bidan dapat memberikan perawatan terbaik untuk ibu dan bayi selama kelahiran berlangsung

Setelah mempelajari Topik ini, lihatlah checklist ketrampilan

1) ***Kala II persalinan***
2) ***Kala III persalinan***

Daftar ketrampilan ini akan memberikan gambaran yang jelas, langkah demi langkah apa yang perlu dilakukan oleh bidan pada kala II dan kala III persalinan

Ada baiknya untuk mencatat semua pengamatan dan tindakan-tindakan yang dilakukan selama kelahiran bayi dan plasenta pada bagian belakang partograf Ibu bidan dan yang lainnya dapat menggunakan informasi ini ketika memberikan perawatan pada ibu yang baru melahirkan dan bayinya pada periode pasca salin Daftar peralatan yang ibu bidan perlukan untuk menolong persalinan normal dan untuk mengeluarkan plasenta juga dimuat disini

TUJUAN

Pada akhir Topik ini ibu bidan akan mampu untuk

1 Memberikan perawatan pada ibu selama kala II dan kala III persalinan termasuk diantaranya

- ⇨ Memastikan awal kala II persalinan
- ⇨ Menuntun dan menganjurkan ibu untuk mengejan dalam posisi mengejan yang baik
- ⇨ Menganjurkan agar banyak minum, mengosongan kandung kemih, dan beristirahat pada saat antar kontraksi
- ⇨ Membantu ibu untuk mendapatkan posisi melahirkan yang paling baik

2 Memperagakan pencegahan infeksi dan perlindungan terhadap luka pada peritoneum selama kala II dan kala III persalinan

3 Memberikan perawatan bayi pada saat kelahiran termasuk

- ⇨ Memeriksa apakah tali pusat melilit leher bayi
- ⇨ Membersihkan jalan pernafasan bayi
- ⇨ Mengeringkan dan menjaga bayi tetap hangat
- ⇨ Memeriksa kondisi bayi baru lahir dengan menggunakan skor Apgar
- ⇨ Memotong tali pusat bayi
- ⇨ Menjalin hubungan ibu dan bayi

4 Memperagakan cara melahirkan dan memeriksa plasenta

5 Mengidentifikasikan masalah-masalah pada awal kala II dan kala III dan menanggulangnya sesuai dengan Petunjuk Partograf

APA YANG TELAH SAYA KETAHUI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut ini

1 Mengapa ibu Ani tidak boleh mulai mengejan sebelum pembukaan lengkap?

2 Gambarkan seberapa sering ibu bidan harus memeriksa denyut jantung bayi serta tekanan darah, nadi dan kandung kemih ibu selama kala II?

Denyut nadi bayi

Tekanan darah ibu

Nadi ibu

Kandung kemih ibu

3 Jelaskan posisi-posisi yang dapat ibu Ani gunakan untuk mengejan dan melahirkan Apakah keuntungan-keuntungan dari posisi-posisi tersebut?

4 Gambarkan perawatan untuk ibu Ani setelah kepala bayi keluar

5 Apa tanda-tanda pelepasan plasenta yang harus ibu bidan perhatikan setelah ibu Ani melahirkan bayinya?

6 Jelaskan perawatan yang ibu bidan berikan kepada ibu Ani setelah plasenta keluar

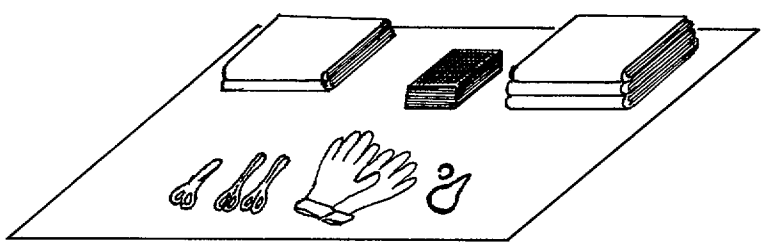
LATIHAN 4-1
MEMBERIKAN PERAWATAN SELAMA KALA II PERSALINAN (MEMBANTU AGAR PERSALINAN LEBIH AMAN DAN MUDAH)

Melahirkan bayi adalah suatu bagian alamiah dari kehidupan, dan sebagian besar wanita dapat melahirkan tanpa bantuan Proses ini meliputi kontraksi yang kuat, kadang-kadang menyakitkan dan regangan yang hebat pada jaringan lunak ibu

Persalinan dapat merupakan sesuatu yang menakutkan bagi sebagian wanita Rasa takut, tegang dan gelisah dapat memperlambat proses persalinan Ibu bidan harus memberi dukungan moril dan perawatan dengan kasih sayang Ibu bidan juga harus menjaga keselamatan ibu, dan siap untuk membantu bila diperlukan Mendorong bayi keluar biasanya memakan waktu sampai 30 menit untuk multipara dan 1 jam untuk primipara Tapi kadang-kadang, ibu dengan multipara dapat melahirkan bayinya dalam beberapa menit setelah pembukaan lengkap Berikut ini adalah uraian mengenai apa yang dapat ibu bidan dilakukan untuk menolong ibu pada kala II persalinan

1 PASTIKAN SEGALA SESUATUNYA BERSIH DAN SIAP DIPAKAI UNTUK PERSALINAN

Bila persalinan sudah dekat, letakkan peralatan anda di tempat yang bersih dan mudah terjangkau



☞ **Untuk melindungi ibu, kebersihan adalah penting. Serviks sudah terbuka, dan kuman-kuman yang masuk vagina dapat menyebabkan infeksi serius pada ibu Lihat Topik I *PENCEGAHAN INFEKSI***

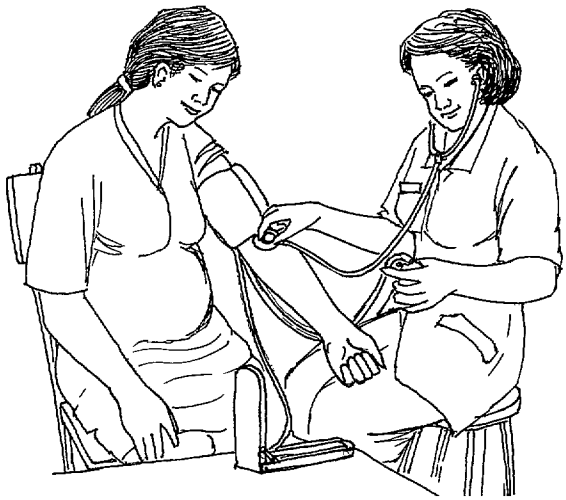
Berikut ini adalah daftar ***perlengkapan / bahan-bahan*** yang sangat membantu dalam memberikan perawatan selama kala II and kala III persalinan Bila sebagian perlengkapan/bahan-bahan tidak tersedia, Bidan dapat tetap memberikan perawatan yang baik selama kala II dan kala III persalinan Bidan harus memastikan bahwa segala sesuatu yang dipakai bersih dan sudah di desinfeksi sehingga siap untuk memberikan perawatan

PERLENGKAPAN DAN BAHAN-BAHAN
UNTUK KALA II DAN KALA III PERSALINAN

1 Tensimeter
2 Stetoskop
3 Stetoskop bayi
4 Jam tangan dengan jarum detik atau penunjuk waktu yang lain
5 Termometer
6 Sabun dan air
7 Cairan desinfektan
8 Gelas dan air minum untuk ibu
9 Bantal atau alat penahan sehingga ibu dapat bergerak dalam posisi berbeda-beda
10 Partograf
11 Pencatatan persalinan, akte kelahiran
12 Oksitosin atau sejenisnya dan alat suntik
13 Dua buah handuk untuk mengeringkan dan membungkus bayi
14 Bola-bola kapas, kain lap
15 Alat-alat persalinan celemek pelindung dan sepatu untuk bidan, 2 penjepit tali pusat, alat pengikat tali pusat, gunting untuk tali pusat, alat penghisap/De Lee untuk bayi, kateter urin, sarung tangan

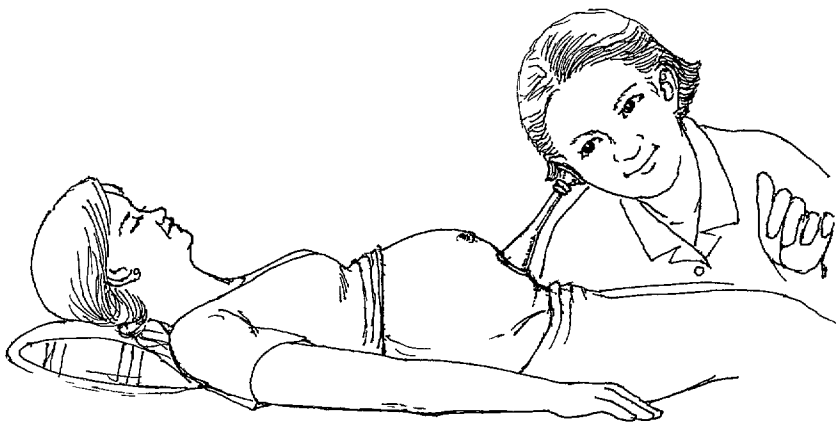
2 PERIKSA IBU DAN JANIN, DAN LANJUTKAN PENCATATAN PADA PARTOGRAF

a ***Nadi dan Tekanan darah*** ibu harus diperiksa tiap 30 menit selama kala II persalinan



Mengukur tekanan darah

b ***Denyut jantung*** janin harus diperiksa tiap 15 menit selama kala II persalinan, dan kalau bisa lebih sering dengan semakin dekatnya kelahiran



Mendengarkan denyut jantung janin

☞ **Bila denyut jantung bayi menurun sampai dibawah 120, bantulah ibu untuk menggantı posisi dan melahirkan secepatnya Pastikan untuk memeriksa apakah tali pusat membelit leher bayi ketika kepala bayi sudah keluar**

c Anjurkan ibu untuk ***sering buang air kecil*** bahkan lebih sering lagi daripada kala I

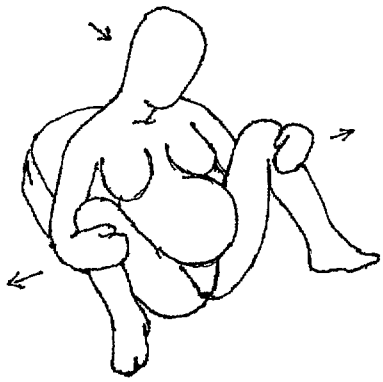
d Lanjutkan ***pemberian cairan*** untuk mencegah ibu agar tidak kelelahan

3 MENGEJAN

Ketika serviks sudah pembukaan lengkap, ibu biasanya akan merasa ingin mengejan sewaktu kepala bayi mulai bergerak turun ke jalan lahir

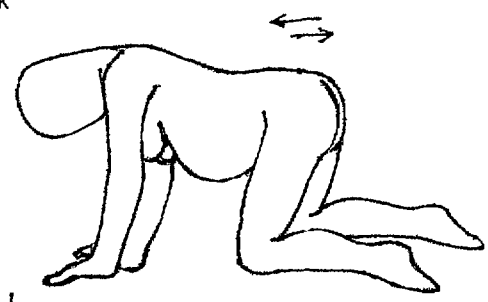
a ***Bantu ibu untuk mendapatkan posisi yang baik untuk mengejan*** Posisi berikut memiliki keuntungan khusus

Posisi duduk atau setengah duduk adalah posisi paling nyaman, dan memudahkan bidan membimbing keluarnya kepala bayi dan mengawasi perineum



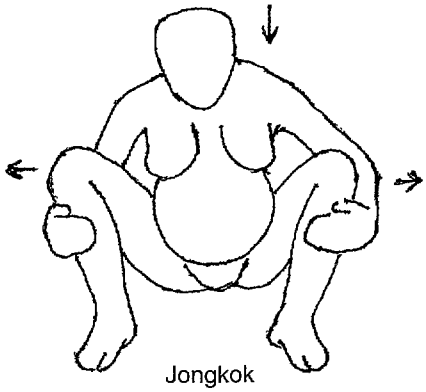
Setengah duduk

Posisi berlutut (menungging) Adalah posisi yang baik bila ibu merasa sakit dipunggungnya Posisi ini juga bisa membantu bila bayi mengalami kesulitan berputar (rotasi)



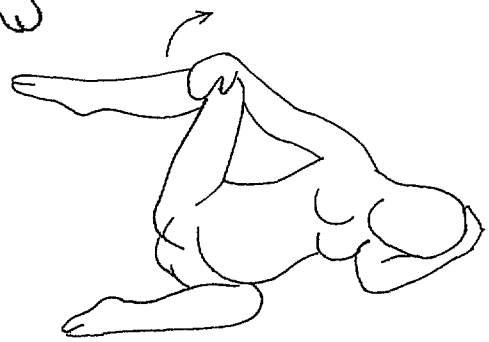
Berlutut (menungging)

Posisi jongkok atau berdiri Dapat membantu menurunkan kepala bayi bila persalinan berjalan dengan lambat atau ibu sudah tidak mampu untuk mengejan



Jongkok

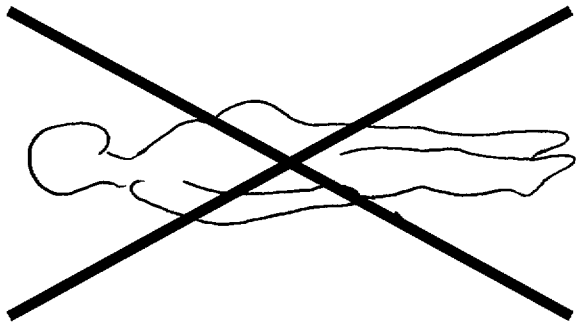
Posisi berbaring pada sisi kiri Adalah posisi yang nyaman Posisi ini membantu ibu untuk tidak mengejan bila ibu ingin mengejan sebelum pembukaan lengkap



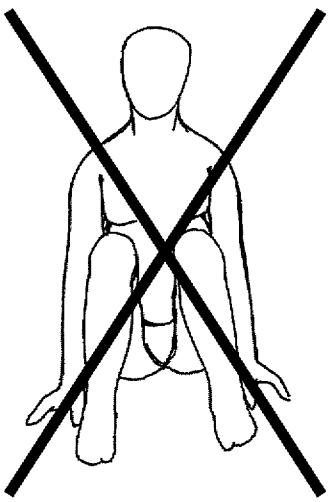
Berbaring pada sisi kiri

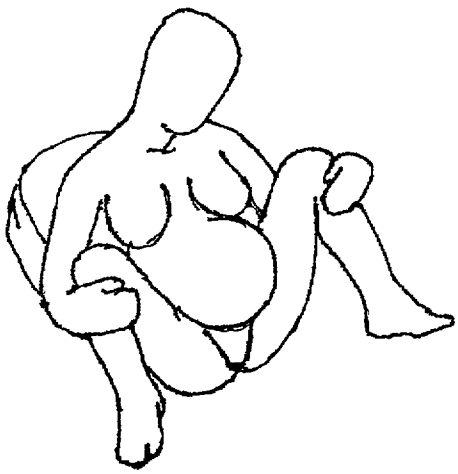
☞ **Bila memungkinkan, biarkan ibu memilih posisinya sendiri**

Biasanya ***tidak baik untuk ibu berbaring lurus terlentang*** pada persalinan normal Berbaring terlentang dapat menekan pembuluh-pembuluh darah yang mengalirkan darah ke ibu dan bayi, sehingga bayi dan ibu akan mendapat lebih sedikit darah dan oksigen Dan juga jauh lebih sulit untuk mengejan bila ibu berbaring terlentang



b ***Bantu ibu untuk mengejan dengan benar*** Anjurkan ibu agar selalu menjaga mulut dan kedua kakinya dalam keadaan terbuka dan rileks, menekankan dagunya ke dada dan tidak mengangkat bokongnya waktu mengejan





BILA IBU MENGENCANGKAN BOKONGNYA ATAU MENGALAMI KESULITAN MENGEJAN DENGAN BENAR, HAL-HAL DIBAWAH INI DAPAT MENOLONG

- Minta ibu merubah posisinya
- Minta ibu mengejan dengan mulut terbuka, dengan rahang dilemaskan dan terdorong ke depan
- Tekankan jari-jari ibu bidan yang bersarung tangan pada vagina dan perineum dengan hati-hati, sambil minta ibu mengejan ke arah jari-jari ibu bidan

Jika ibu ingin mengejan, tetapi serviksnya belum terbuka lengkap

Kadang-kadang bila kepala bayi sudah mulai turun, ibu akan mempunyai keinginan untuk mengejan sebelum pembukaan lengkap Sebaiknya ibu dibantu untuk tidak mengejan sampai pembukaannya lengkap Hal ini kadang-kadang sangat sulit untuk dilakukan ibu Ibu bidan perlu membantu dengan memintanya untuk menghembuskan nafas pendek-pendek, dan cepat

Jika ibu tidak ingin mengejan, tetapi serviksnya telah terbuka lengkap

Kadang-kadang, serviks sudah pembukaan lengkap, tapi ibu tidak mempunyai keinginan untuk mengejan karena kepala bayi belum mulai turun memasuki jalan lahir Ibu mungkin akan mempunyai keinginan untuk mengejan dalam beberapa kontraksi berikutnya Pada kasus ini, tunggulah beberapa kontraksi tanpa memaksa untuk melihat apakah ibu punya keinginan untuk mengejan Biasanya, ibu akan punya keinginan mengejan Jika tidak, maka ibu bidan perlu menolongnya untuk mengganti posisi dan melatihnya bagaimana cara mengejan

c **Dukung usaha si ibu dalam mengejan** Bila ibu mengalami kesukaran mengejan secara benar atau kurang kuat, jangan dimarahi atau diancam Coba jelaskan cara mengejan yang baik Anjurkan ibu berulang kali untuk mengejan dengan kuat ***Pujilah usahanya*** Ibu bidan dapat mendorong ibu dengan mengatakan bahwa ibu bidan melihat adanya tonjolan Katakan padanya bahwa bayi akan segera keluar Jika ibu bidan melihat kepala bayi, biarkan ibu menyentuhnya Ini dapat memberi semangat pada ibu

☞ ***JANGAN*** **mendorong perut ibu dalam usaha mengeluarkan bayi, hal ini akan sangat menyakiti ibu dan mungkin merobekkan uterus Tindakan ini tidak membantu kelahiran bayi**

4 COBA TENTUKAN KEMAJUAN PERSALINAN

Saat ibu bidan menentukan kecepatan persalinan, ibu bidan mempergunakan pengalaman ibu bidan untuk menilai seberapa cepat kepala bayi akan melewati jalan lahir Hal ini penting bila kepala bayi bergerak terlalu cepat atau terlalu lambat

☞ **Bila kepala bayi turun terlalu cepat, maka ibu bidan perlu melakukan persiapan untuk persalinan. Ibu mungkin juga akan ketakutan karena persalinan berjalan sangat cepat Si ibu memerlukan banyak dukungan!!**

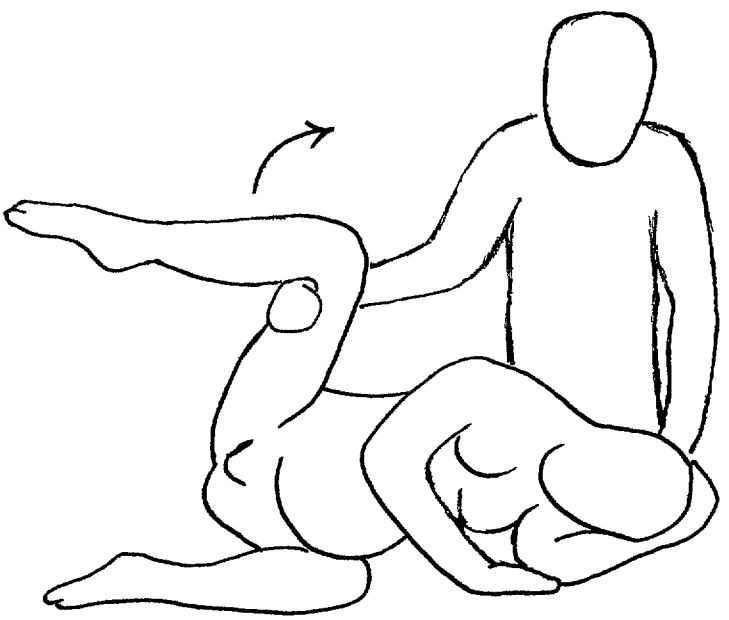
Bila kepala bayi turun terlalu lambat, cobalah bantu ibu merubah posisinya untuk melihat apakah si ibu dapat mengejan lebih efektif dengan posisinya yang baru Pastikan si ibu tetap minum dan buang air kecil Ingatlah bahwa kandung kemih yang penuh dapat memperlambat persalinan

☞ **Bila tidak ada tanda-tanda kepala bayi mulai turun dan ibu bidan yakin bahwa serviks sudah pembukaan lengkap setelah 30 menit mengejan dengan efektif untuk multipara, atau satu jam untuk primipara, mungkin ada masalah, *LIHAT KE BUKU PETUNJUK PARTOGRAF***

5 PADA SAAT KEPALA BAYI AKAN KELUAR, BANTU IBU DALAM POSISI YANG BAIK UNTUK MELAHIRKAN

Empat posisi yang baik
untuk mengejan dan melahirkan

- **Setengah duduk**
- **Berlutut (menunggung)**
- **Jongkok**
- **Berbaring ke sisi kiri**



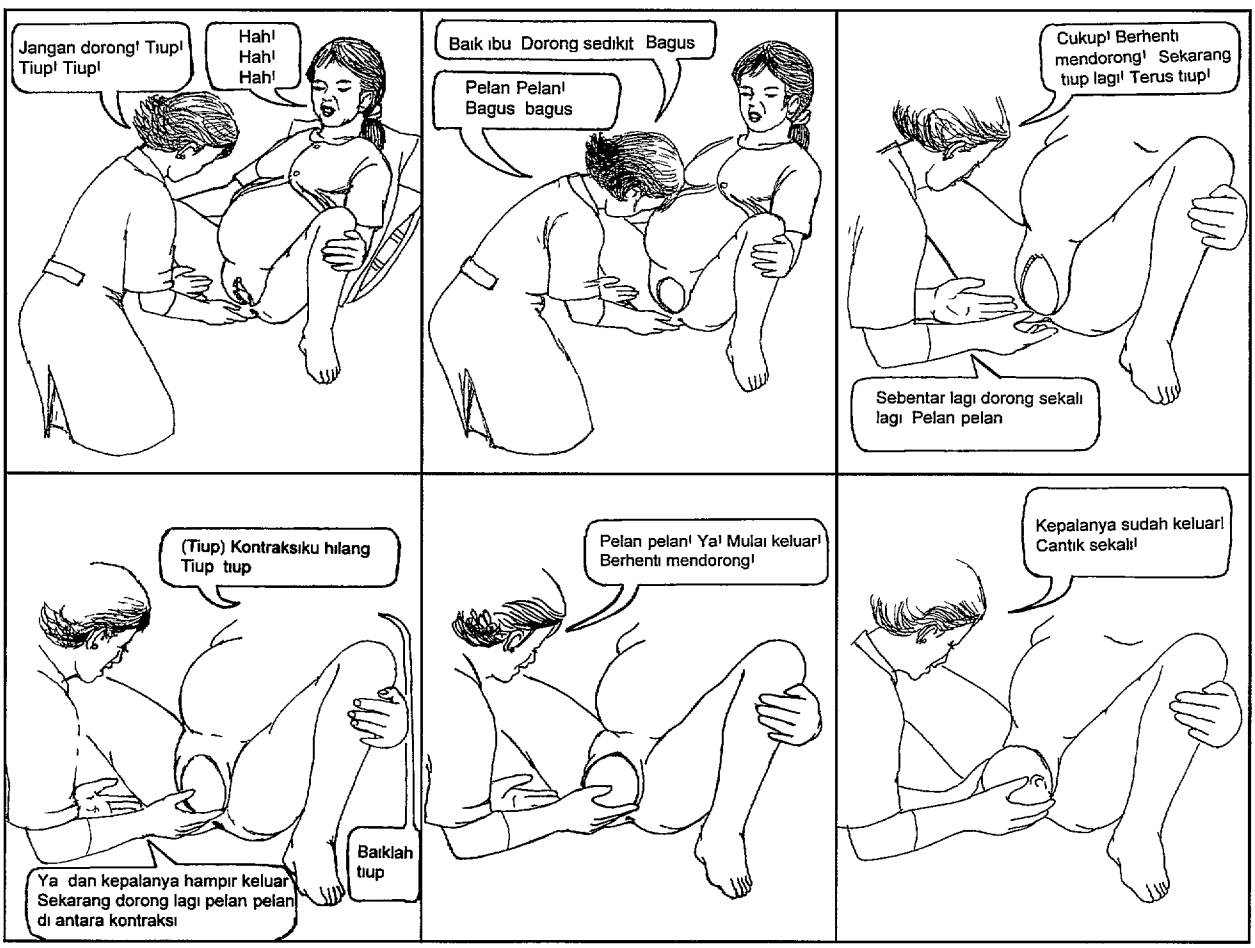
Berbaring pada sisi kiri

☞ **Bila ibu memilih berbaring ke sisi kiri, pastikan ada orang untuk membantu mengangkat tungkai kanannya**

6 BANTU MENCEGAH ROBEKAN DI SEKITAR LUBANG VAGINA

Saat kepala bayi mulai tampak, bidan harus berusaha mencegah robekan pada ibu ***Bila kepala bayi lahir secara perlahan***, kulit ibu memiliki waktu lebih lama untuk meregang dan kemungkinan robek lebih kecil Kebutuhan untuk mengejan akan sangat kuat

Menganjurkan ibu untuk meniupkan nafas pada saat sedang kontraksi dan mengejan di antara kontraksi kadang-kadang membantu, terutama jika bayi keluar dengan sangat cepat ***Untuk mencegah mengejan, minta Ibu meniup nafas dengan kuat dan cepat*** Anjurkan si ibu dengan mengatakan "***Tiup, tiup, tiup -- jangan mengejan -- tiup, tiup, tiup***" Setelah kontraksi selesai mintalah ibu mengejan sedikit Setiap kali, kepala bayi akan mulai keluar sedikit demi sedikit Jagalah agar kepala bayi tetap menunduk Setelah bagian terbesar kepala keluar, sisa kepala akan keluar tanpa ibu mengejan sama sekali

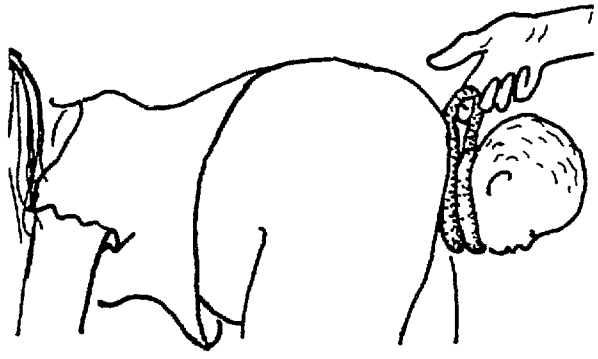


☞ **Sangatlah baik untuk mengajarkan ibu bagaimana cara berhenti mengejan selama pemeriksaan antenatal pada trimester ketiga dan mengulangnya lagi selama persalinan**

7 PERIKSALAH APAKAH TALI PUSAT MEMBELIT LEHER BAYI SEGERA SETELAH KEPALA BAYI KELUAR

Sekali lagi minta ibu untuk meniupkan nafas sehingga ***ia tidak mengejan***

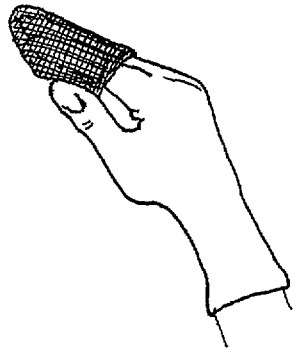
Raba apakah tali pusat melingkari leher bayi Bila ibu bidan melihat atau meraba adanya tali pusat, biasanya ibu bidan dapat melonggarkan tali pusat tersebut perlahan-lahan dan selipkan keatas kepala dan bahu bayi setelah keluar



Biasanya ibu bidan dapat melonggarkan tali pusat dengan mudah dan dilepaskan melalui bahu bayi setelah bahu tersebut lahir

Apabila tali pusat kencang sekali, klem pada dua tempat dan potong tali pusat sambil melindungi leher bayi dengan tangan Anda Kemudian lanjutkan secepatnya dengan langkah-langkah berikutnya

8 BERSIHKAN HIDUNG DAN MULUT BAYI



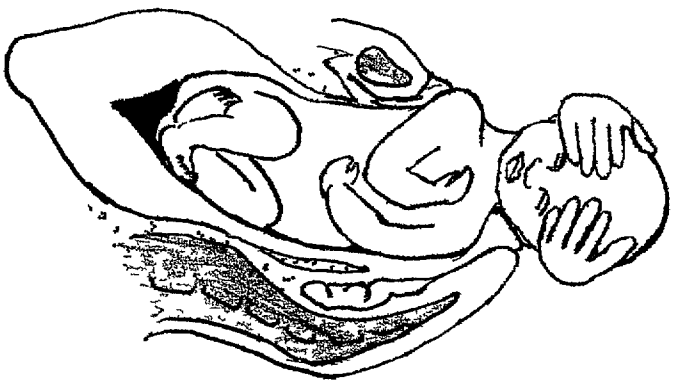
a Segera setelah kepala bayi lahir, bersihkan mulut dan hidung bayi perlahan-lahan dengan kain bersih yang dilingkarkan pada jari ibu bidan Jika dibutuhkan, penghisap lendir atau *De Lee Slime Trap* dapat pula digunakan

☞ **Jika penyedotan diperlukan, perlu diingat untuk melakukan penyedotan pada mulut bayi terlebih dahulu -- kemudian hidung bayi**

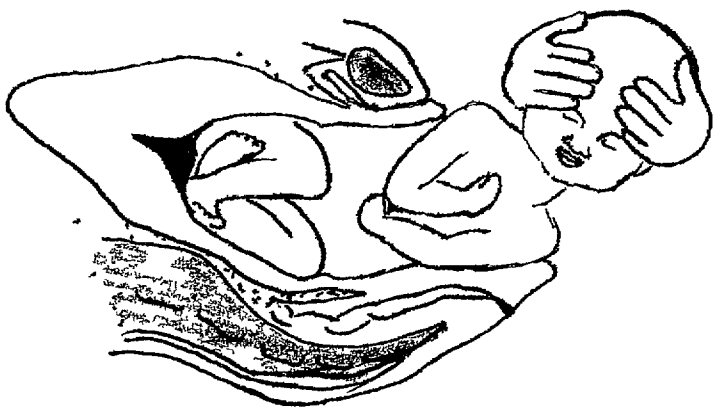
b Bila ***cairan ketuban bercampur mekonium***, penting untuk menyedot hidung, mulut dan pharynx dengan ***De Lee Slime Trap*** sebersih mungkin Hal ini perlu dilakukan sebelum ***dada bayi lahir*** dan bayi bernapas pertama kali

9 MENGELUARKAN BAHU BAYI

Setelah membersihkan mulut dan hidung bayi, mintalah ibu untuk mengejan sedikit Untuk menghindari robekan, sebaiknya melahirkan salah satu bahu terlebih dahulu baru bahu yang lain



1 Untuk melahirkan bagian atas (anterior) bahu gerakkan kepala bayi perlahan menuju tulang ekor ibu



2 Untuk melahirkan bahu bagian bawah (posterior) gerakkan kepala bayi perlahan kearah pusar ibu

☞ **Jangan menundukkan *leher bayi* terlalu banyak atau terlalu kuat dan jangan menarik *kepala bayi* terlalu banyak atau terlalu kuat**

10 LAHIRKAN BADAN BAYI DAN SERAHKAN BAYI KEPADA IBU

Setelah bahu lahir, sisa badan bayi biasanya meluncur keluar dengan mudah Ingat bahwa bayi yang baru lahir basah dan licin Tempatkan bayi diatas perut ibu, supaya ibu dapat melihat dan menyentuhnya

Keringkan bayi dengan handuk Ini akan merangsang bayi untuk bernafas dan menjaganya tetap hangat

Letakkan bayi di perut ibu dengan kepala bayi sedikit lebih rendah dari badan untuk pengeringan ***Selimuti bayi dengan kain yang kering untuk menjaganya tetap hangat*** Ibu bidan juga dapat mengawasi bayi, sewaktu berada diatas perut Ibu Kebanyakan bayi akan baik-baik saja, namun beberapa memerlukan sedikit pertolongan untuk memulai hidupnya Perlakukan bayi baru secara lembut Kelahiran juga sulit bagi bayi Selanjutnya bayi akan mulai mencari puting ibu untuk menyusu

☞ **Bila bayi memerlukan resusitasi, potonglah tali pusar segera dan *LIHAT PETUNJUK RESUSITASI***

11 MERAWAT TALI PUSAT UNTUK MENCEGAH PERCIKAN DARAH

Tunggulah sampai tali pusat tidak berdenyut lagi sebelum memotongnya, kecuali bila bayi perlu untuk di resusitasi (penilaian Apgar pada menit pertama kurang dari 6) Kemudian potong tali pusat menggunakan metode dibawah ini untuk menghindari percikan darah

- Pasang klem pertama dekat dengan bayi
- Urutlah tali pusat
- Pasanglah klem kedua dekat plasenta
- Potonglah tali pusat di antara kedua klem tersebut

Bungkus bayi dan biarkan ibu memegangnya Bila bayi ingin menyusu, katakan pada ibu bahwa hal itu adalah baik Stimulasi pada puting baik itu oleh bayi atau dengan manual akan membantu merangsang kontraksi rahim dan dapat membantu pelepasan plasenta Menghisap payudara merupakan awal ikatan batin ibu dengan bayinya

12 BERIKAN PENILAIAN APGAR PADA BAYI

LIHAT* dan *RABA bayi untuk memeriksa pernafasan, denyut jantung, warna, aktivitas (kekuatan otot), dan refleks (menangis) Berikan penilaian apgar pada bayi berdasarkan pengamatan anda pada menit 1 dan 5 dengan menggunakan tabel berikut ini untuk menilai Penilaian apgar merupakan indikator penting dari kondisi bayi waktu lahir

NILAI	***0***	***1***	***2***
PERNAFASAN	Tidak ada	Tidak teratur	Teratur
DETAK JANTUNG	Tidak ada	< 100	> 100
WARNA	Biru atau pucat	Tubuh merah muda extrimitas biru	Merah muda
AKTIVITAS (Kekuatan otot)	Tidak ada	Beberapa gerak fleksi	Fleksi
REFLEKS (Menangis)	Tidak ada	Lemah atau tertunda	Kuat

LANGKAH-LANGKAH UNTUK MELAHIRKAN BAYI NORMAL, SELALU

1 Raba apakah tali pusat membelit leher bayi

2 Bersihkan mulut dan hidung

3 Keluarkan bagian tubuh bayi lainnya

4 Letakkan bayi di perut ibu

5 Keringkan, selimuti dan hangatkan bayi (gunakan dua buah kain)

6 Posisi

7 Penyedotan ulang, bila perlu

8 Potong tali pusat

9 Berikan penilaian apgar

10 Bantu ibu untuk menyusui

TULISLAH JAWABAN DARI PERTANYAAN-PERTANYAAN DIBAWAH INI

1 Jelaskan perawatan yang akan ibu bidan berikan kepada ibu Tina pada kala II persalinan

2 Ibu Tina menggunakan posisi setengah duduk untuk mengejan Ia tidak mengalami kemajuan setelah mengejan selama 20 menit Tiga hal apakah yang dapat ibu bidan lakukan untuk membantu ibu Tina agar dapat mengejan dengan lebih baik?

1)

2)

3)

3 Uraikan bagaimana seorang bidan dapat membantu mencegah robekan sekitar lubang vagina

4 Bayi Ibu Tina sudah lahir Pada menit pertama setelah lahir, bayi bergerak dan bernafas Denyut jantung bayi 128 Bayi tidak menangis dan warnanya biru

Berapa nilai Apgar yang ibu bidan berikan?

Bernafas	_____
Denyut jantung	_____
Warna	_____
Aktivitas	_____
Refleks	_____
TOTAL =	_____

Perawatan apa yang akan ibu bidan berikan untuk bayi ibu Tina pada saat ini?

Pada menit ke lima setelah kelahiran, bayi menangis keras dan badannya berwarna merah muda Tangan dan kakinya masih berwarna biru Denyut jantungnya 130 dan bayi bergerak-gerak didalam selimut Berapakah nilai Apgar yang anda berikan?

Bernafas	_____
Denyut jantung	_____
Warna	_____
Aktivitas	_____
Refleks	_____
TOTAL =	_____

Bandingkan jawaban dengan informasi pada latihan 4-1

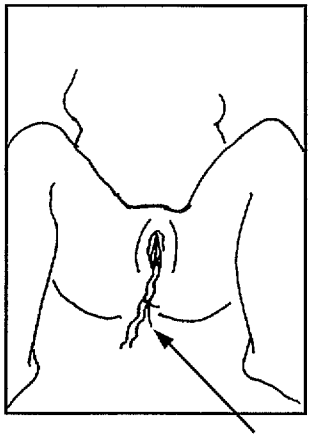
LATIHAN 4-2
PERAWATAN UNTUK IBU
SELAMA KALA III PERSALINAN

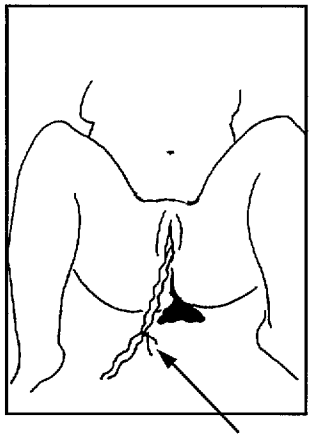
Pengosongan uterus saat bayi lahir menyebabkan uterus berkontraksi dan mengecil Hal ini biasanya menyebabkan plasenta terpisah dari dinding uterus Beberapa pembuluh darah uterus yang kecil robek saat plasenta terlepas, sehingga timbul perdarahan sampai uterus kosong seluruhnya dan dapat berkontraksi Cobalah untuk mengeluarkan plasenta secepatnya setelah plasenta terlepas untuk menghindari kehilangan darah yang berlebihan

☞ **Penyebab utama perdarahan pada jam pertama setelah kelahiran adalah kontraksi yang lemah (*ATONI UTERUS*) dan sisa-sisa plasenta atau membran tertinggal didalam rahim (*HASIL KONSEPSI YANG TERTINGGAL*)**

1 PELEPASAN PLASENTA

Plasenta biasanya terlepas dalam waktu beberapa menit setelah kelahiran Ibu bidan dapat mengetahui bahwa plasenta telah terlepas dengan cara



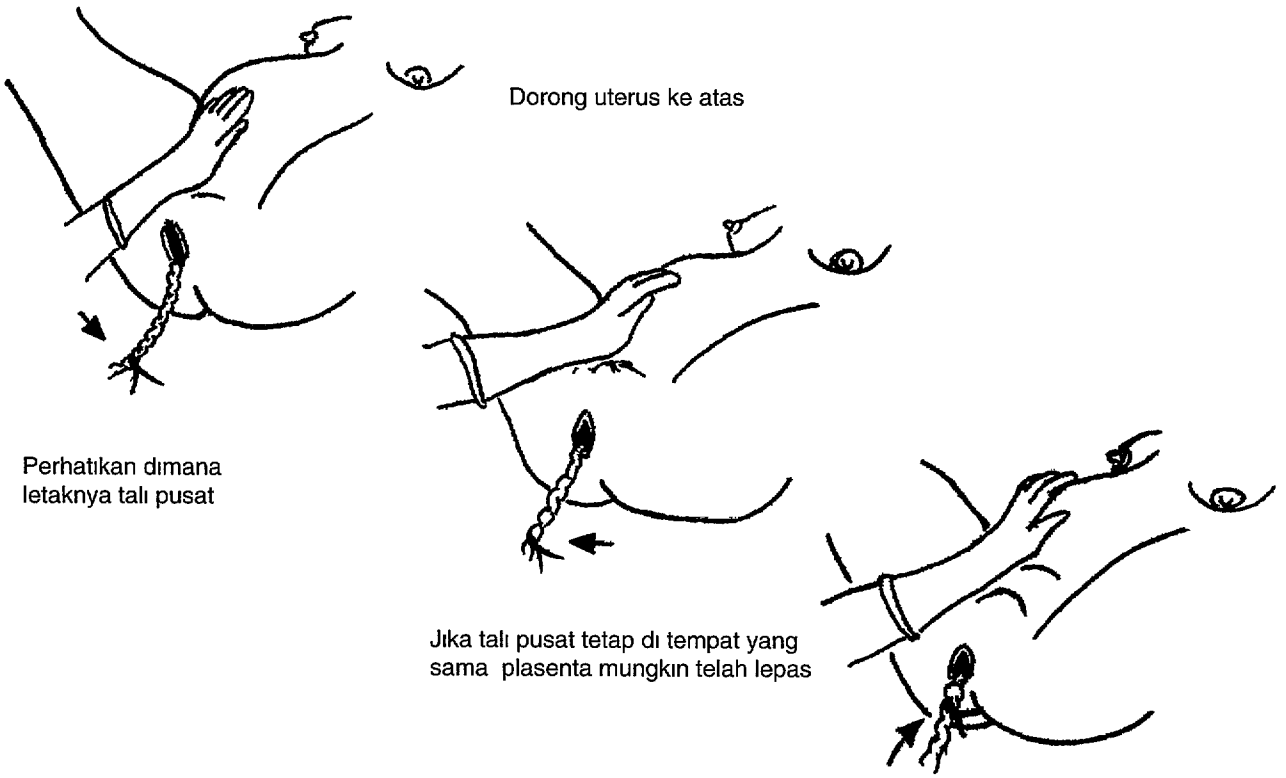


***MELIHAT* keluarnya gumpalan darah dari vagina**
Gumpalan darah adalah sejumlah darah yang mengalir keluar pada waktu bersamaan dari vagina dan kemudian berhenti Hal ini terjadi pada saat plasenta terlepas dari dinding rahim Kadang-kadang plasenta ini menghalangi darah untuk keluar dari rahim Ibu bidan tidak akan melihat keluarnya darah sampai plasenta keluar

***MELIHAT* tali pusat menjadi bertambah panjang**
Ketika plasenta terlepas dari dinding rahim, plasenta akan turun ke arah vagina Hal ini akan membuat tali pusat bertambah panjang

Setelah ibu bidan melihat tanda-tanda terlepasnya plasenta, ibu bidan dapat memeriksa pelepasan itu dengan melihat pergerakan tali pusat bila ibu bidan mendorong rahim keatas

Raba dasar uterus



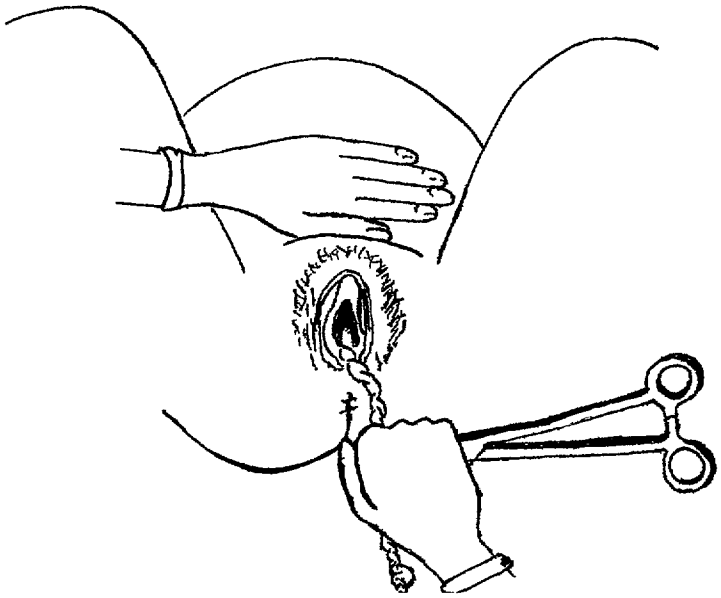
- ✓ Pastikan bahwa tali pusat sudah ditandai dengan klem atau tali
- ✓ Lihat apakah plasenta sudah terlepas dengan mendorong rahim keatas dan lihat apakah klem juga ikut bergerak naik, seperti yang terlihat pada ilustrasi di atas

☞ **Bila tali pusat bergerak naik dengan rahim, berarti plasenta masih menempel pada dinding rahim. *TUNGGULAH DAN COBA LAGI KEMUDIAN***

2 MENGELUARKAN PLASENTA

Ketika ibu bidan yakin plasenta sudah terlepas, Ibu bidan dapat mengeluarkan plasenta dengan cara-cara dibawah ini

Gunakan satu tangan untuk menekan dengan pelan bagian perut diatas tulang kemaluan, mendorong uterus ke atas



Gunakan tangan yang lain untuk mengarahkan plasenta perlahan-lahan kearah bawah dan kearah luar dari tali pusat Tariklah dengan tenang dan lembut Tarikan yang tiba-tiba atau kuat dapat merobek tali pusat Mintalah ibu untuk mengejan selagi ibu bidan mengarahkan plasenta keluar Rahim tetap pada tempatnya dan tali pusat bertambah panjang, lanjutkan tarikan ***perlahan-lahan*** sampai plasenta keluar

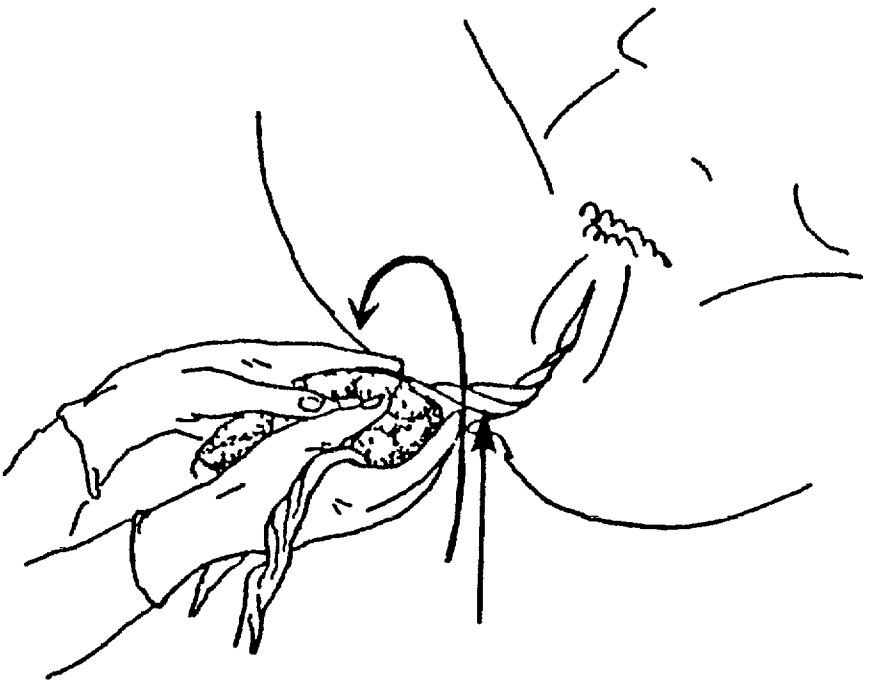
BERHATI-HATILAH !!

Bila rahim tampak bergerak kebawah waktu anda menarik, BERHENTILAH! Plasenta mungkin belum terlepas

Bila si ibu kesakitan, atau jika plasenta tidak keluar juga, BERHENTILAH! Plasenta mungkin belum terlepas

Tunggulah beberapa menit dan periksa lagi apakah plasenta sudah terlepas

Selaput-selaput ketuban juga harus keluar bersamaan dengan plasenta Bersamaan dengan keluarnya plasenta, peganglah plasenta dengan 2 tangan Putarlah perlahan-lahan dan lembut sampai selaput-selaput terpilin seperti tali Kemungkinan selaput robek lebih kecil bila dipelintir Kemudian keluarkanlah selaput secara perlahan-lahan dan lembut



Selaput ketuban

Lahirkan selaput secara lembut ***SAMBIL MEMILINNYA***

3 URUTLAH RAHIM

Segera setelah plasenta keluar, berikan pijatan pada uterus untuk merangsang kontraksi Keluarkan darah dan bekuan-bekuan dari uterus Raba rahim ibu untuk memastikan rahim kecil dan keras Mintalah ibu untuk meraba rahimnya dan tunjukkan bagaimana mengurut rahim untuk memastikan rahim tetap keras

☞ **Jika rahim tidak mengeras, *LANJUTKAN MENGURUT RAHIM***

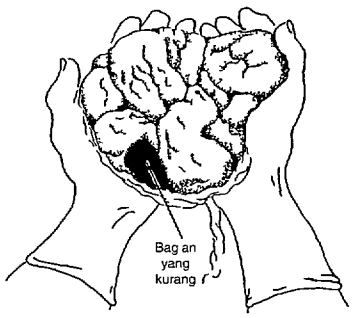
4 BERIKAN OKSITOSIN ATAU SEJENISNYA

Berikan suntikan intra muskular oksitosin atau sejenisnya Oksitosin atau sejenisnya menyebabkan kontraksi rahim untuk mengurangi perdarahan setelah melahirkan

5 PERIKSA PLASENTA DAN SELAPUT KETUBAN

Biasanya plasenta lahir lengkap, tapi kadang-kadang sebagian tertinggal di dalam Hal ini dapat menyebabkan perdarahan atau infeksi Untuk memastikan semua telah keluar, periksalah plasenta dan selaput-selaput ketuban Pastikan ibu bidan memakai sarung tangan ketika memeriksa

Periksa selaput-selaput ketuban



Periksa Plasenta

Bila plasenta tidak keluar, bila ada sebagian yang hilang atau bila rahim ibu tidak tetap keras, ***lakukan persiapan untuk merujuk Ibu dan bayi ke dokter secepatnya***, sementara itu

- Pastikan kandung kemih kosong
- Menjaga ibu dan bayi tetap hangat
- Memberikan minum pada ibu
- Menjelaskan situasi tersebut pada keluarga, dan mengajak mereka menemui dokter bersama ibu bidan
- Bila ada perdarahan, pegang rahim dengan kedua tangan seperti yang tercantum dalam Topik 5, Pasca salin

BERSAMAAN DENGAN KELUARNYA PLASENTA SELALU

1. Tunggulah pelepasan plasenta
2. Periksalah pelepasan plasenta
3. Keluarkan plasenta
4. Periksalah ***segera*** apakah rahim keras dan berkontraksi
5. Berikan oksitosin dan sejenisnya IM
6. Periksalah kelengkapan plasenta

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

1 Setelah kelahiran bayi ibu Tina, ibu bidan melihat gumpalan darah Rahim terasa keras dan lebih tinggi dalam perut Jelaskan bagaimana ibu bidan akan memeriksa untuk mengetahui apakah plasenta sudah terlepas

2 Jelaskan dua hal yang ibu bidan lakukan untuk membantu rahim berkontraksi setelah plasenta keluar

1)

2)

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada Latihan 4-2

LATIHAN 4-3
PENCATATAN

Catatlah informasi berikut pada buku pencatatan kelahiran, pada bagian belakang partograf, dan surat kelahiran sesuai dengan keadaan di tempat ibu bidan

INFORMASI KELAHIRAN YANG PERLU DICATAT

Kelahiran bayi tanggal dan jam, cara kelahiran (spontan per vagina, forseps, ekstraksi vakum, Bedah cesar)

Perineum utuh, episiotomi, laserasi (jenis dan tingkatan)

Anestesi

Kelahiran plasenta tanggal, waktu, kondisi (kelengkapan)

Obat-obatan yang diberikan jenis, cara, dosis

Jumlah darah yang hilang (sedikit, sedang, banyak)

Bayi berat, penilaian Apgar pada menit pertama dan kelima, jenis kelamin, posisi bayi (kepala, sungsang, atau lainnya), kelahiran tunggal atau kembar

Komplikasi pada ibu atau bayi (Apabila bayi lahir mati, catatlah tanda-tanda maserasi)

Ditolong siapa dan dimana

Lihat halaman berikut untuk melihat contoh halaman belakang Partograf dan lihat dimana ibu bidan akan mencatat informasi di atas

BAGIAN BELAKANG PARTOGRAF

CATATAN PERSALINAN

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

PERSALINAN

Tanggal	Waktu
Cara	Spontan/Ekstraksi vakum/Bedah cesar/ lainnya
PERINEUM	Utuh/Episiotomi/Laserasi
ANESTESI	Tidak ada/Lokal/Umum

PLASENTA

Tanggal	Waktu
Pemberian Oksitosin	Ya/Tidak
	Jika Ya Jenis_____Jumlah_____
Plasenta	Lengkap/Tidak lengkap
BANYAKNYA DARAH YANG KELUAR	sedikit/sedang/banyak

BAYI

Berat/Panjang	_____ Gram_____cm
Apgar	1 Menit_____5 Menit_____10 Menit_____
Jenis Kelamin	Laki-laki/Perempuan
Posisi Bayi	Kepala/Sungsang/Lainnya _____

KOMPLIKASI

PENOLONG PERSALINAN _____

APA YANG TELAH SAYA PELAJARI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Mengapa Ibu Tina tidak boleh mulai mengejan sampai serviks membuka lengkap?

2 Jelaskan berapa sering ibu bidan harus memeriksa denyut jantung bayi dan tekanan darah, nadi dan kandung kemih ibu selama kala II persalinan?

Denyut jantung bayi

Tekanan Darah Ibu

Nadi ibu

Kandung kemih ibu

3 Gambarkan posisi yang dapat ibu Tina gunakan untuk mengejan dan melahirkan Apakah keuntungan-keuntungan dari posisi tersebut?

4 Jelaskan perawatan apa yang diberikan pada bayi ibu Tina setelah kepala lahir

5 Sebutkan tanda-tanda pelepasan plasenta yang harus ibu bidan lihat setelah ibu Tina melahirkan bayinya?

6 Jelaskan perawatan yang ibu bidan berikan pada ibu Tina setelah plasenta keluar

Lihatlah kembali dan bandingkan jawaban ibu bidan dengan informasi pada Topik ini

Kaji ulang informasi yang tidak dimengerti dengan jelas

Latihlah keterampilan dengan memakai checklist keterampilan

Peragakan keterampilan kala II dan III persalinan dengan menggunakan checklist ketrampilan untuk *Perawatan Kepada Ibu dan Bayi Selama Kala II* dan *Kala III Persalinan*, dengan disaksikan dan diberi umpan balik oleh rekan sekerja

Bila ibu bidan tidak mempunyai rekan sekerja, latih ketrampilan ini dengan menggunakan checklist ketrampilan kemudian memberikan penilaian sendiri Ulangi latihan ini sebanyak lima kali dan catat kemajuan yang dirasakan

TOPIK 5
PASCA SALIN

PENDAHULUAN

Periode pasca salin (6 minggu setelah persalinan) merupakan masa kritis dalam kehidupan Ibu dan bayi ***Diperkirakan bahwa 60% dari kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan***, dan hampir 50% dari kematian pasca salin terjadi dalam 24 jam setelah persalinan Hari-hari dan minggu-minggu pertama dalam kehidupan bayi juga merupakan masa kritis ***Dua per tiga kematian bayi terjadi dalam periode 4 minggu setelah persalinanan,*** dan lebih dari 65% terjadi dalam waktu 7 hari setelah kelahiran Perawatan yang ketat terhadap ibu dan bayi dalam masa pasca salin dapat mencegah kematian ini

Topik berikut akan membahas tentang perawatan untuk ibu dan bayi setelah persalinan Bidan akan mempelajari perubahan yang terjadi pada tubuh wanita setelah persalinan, bagaimana bayi yang baru lahir menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, serta ketrampilan yang dibutuhkan untuk memberikan perawatan kepada ibu dan bayinya yang baru lahir di lingkungan sekitar bidan

Bidan harus mengunjungi semua ibu-ibu pasca salin di rumah mereka, meskipun mereka melahirkan dengan bantuan dukun atau anggota keluarga mereka Bidan sekurangnya harus mengunjungi mereka 4 kali dalam 6 jam pertama setelah persalinan, hari ke-3, hari ke-14 (2 minggu) dan 6 minggu (40 hari) setelah persalinan Pada kunjungan-kunjungan ini, anda sebagai bidan bekerjasama dengan dukun terlatih dan keluarga, memberikan perawatan kepada ibu dan bayi

Jika bidan tidak hadir pada saat kelahiran seorang ibu, sebaiknya segera mengunjunginya setelah mendengar mengenai persalinan tersebut ***Kunjungan pertama harus dilakukan segera setelah persalinan atau dalam 6 jam pertama setelah persalinan*** Selama masa ini, uterus berkontraksi dan terjadi penutupan di daerah-daerah plasenta Masa ini penting untuk mengidentifikasi ibu-ibu yang mengalami perdarahan yang terlalu banyak sehinga dapat dilakukan perawatan sebelum kondisinya menjadi serius Bidan juga melakukan pemeriksaan pertama yang sangat penting untuk bayi dan memberikan petunjuk-petunjuk mengenai kebutuhan bayi kepada ibu dan keluarganya, sehingga bayi tersebut dapat mulai dari suatu awal yang sehat Sangat penting untuk menjaga badan bayi yang baru lahir tetap hangat dan mendorongnya untuk menyusui segera setelah lahir Semakin cepat bidan mengunjungi ibu baru dan bayinya setelah persalinan, semakin besar kemungkinan untuk menemukan masalah kesehatan sebelum masalah ini mengancam jiwanya

Pada tiga hari setelah persalinan penting untuk mengunjungi ibu dan bayi lagi di rumah Ibu bidan harus memastikan bahwa pemulihan ibu mulai dengan normal dan ia sudah cukup istirahat serta tidak mengalami banyak perdarahan atau infeksi Waktu ini juga penting bagi ibu bidan untuk memeriksa ulang bayi, memastikan bahwa bayi menyusu dengan baik, dan tidak menunjukkan adanya masalah Pada kunjungan ini, ibu bidan harus mengingatkan ibu untuk terus meminum pil tambah darah sampai 40 hari setelah persalinan dan minum satu kapsul vitamin A

Pada kunjungan 2 minggu setelah persalinan, ibu bidan akan memeriksa ibu untuk memastikan bahwa uterusnya terus mengecil dan berukuran hampir sama dengan ukuran sebelum hamil (dengan pemeriksaan abdomen) Ibu bidan juga akan memeriksa bayi dan memberikan nasehat pada ibu/keluarga dalam melakukan perawatan pasca salin untuk ibu dan bayi Nasehat ini harus mencakup informasi mengenai pencegahan kehamilan dan infeksi saluran reproduksi ***Pada kunjungan 6 minggu*** setelah persalinan, pemeriksaan keempat untuk ibu dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya masalah dan untuk mendiskusikan KB, menyusui dan perawatan yang sedang berjalan untuk bayi Pemeriksaan dapat dilakukan di rumah ibu atau ibu dapat mengunjungi ibu bidan

Setelah membaca Topik ini lihat checklist ketrampilan untuk ibu dan anak pada

1) ***Enam jam setelah persalinan***
2) ***Tiga hari setelah persalinan***
3) ***Dua minggu (14 hari) setelah persalinan***
4) ***Enam minggu (40 hari) setelah persalinan***
5) ***Penyuluhan KB***

Ini akan memberikan gambaran yang jelas, tahap demi tahap, mengenai apa yang perlu dilakukan oleh ibu bidan pada periode pasca salin

Ada baiknya melakukan pencatatan atas semua hasil pengamatan dan perawatan yang ibu bidan lakukan Bila tidak memiliki formulir pencatatan khusus untuk masa pasca salin, ibu bidan dapat mencatatnya pada kertas atau buku dengan menggunakan contoh formulir yang terlampir dalam topik ini

Hanya sedikit alat yang dibutuhkan untuk melakukan perawatan pasca salin jika kondisi ibu dan anak normal Dengan menggunakan mata, telinga, hidung dan tangan, ibu bidan dapat mengetahui bagaimana keadaan mereka Daftar alat-alat berikut akan membantu bidan dalam memberikan perawatan pasca salin pada ibu dan bayi yang baru lahir

PERALATAN UNTUK PERAWATAN PASCA SALIN

1) Tensimeter
2) Timbangan bayi
3) Sarung tangan
4) Oksitosin dan sejenisnya serta alat suntik
5) Termometer
6) Sabun dan air
7) Formulir perawatan pasca salin

TUJUAN

Setelah menyelesaikan Topik ini ibu bidan akan mampu

1 Menjelaskan perubahan-perubahan yang normal pada wanita pasca salin

2 Menjelaskan bagaimana bayi yang baru lahir menyesuaikan diri dengan lingkungan baru di luar tubuh ibu

3 Memperagakan bagaimana mengetahui kondisi ibu pada kunjungan-kunjungan pasca salin

4 Memperagakan bagaimana mengetahui kondisi bayi pada kunjungan-kunjungan pasca salin

5 Memperagakan bagaimana memberikan perawatan, nasehat dan penyuluhan pada ibu dan bayi selama kunjungan pasca salin

- ⇒ Segera setelah persalinan atau dalam 6 jam pertama setelah persalinan
- ⇒ Pada 3 hari setelah persalinan
- ⇒ Pada 2 minggu (14 hari) setelah persalinan, dan
- ⇒ Pada 6 minggu (40 hari) setelah persalinan, termasuk keluarga berencana

6 Menjelaskan tanda-tanda bahaya pasca salin dan bagaimana menanggulangi masalah-masalah ini untuk ibu dan bayi

7 Menjelaskan metoda KB yang tersedia untuk ibu/pasangan suami-isteri pada masa pasca salin, termasuk metoda amenore karena laktasi (MAL)

APA YANG TELAH SAYA KETAHUI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Sebutkan perubahan fisik yang terjadi pada Ibu Susi enam minggu setelah melahirkan bayi

2 Jelaskan apa yang dapat ibu bidan dan yang lainnya lakukan untuk membantu bayi Ibu Susi yang baru lahir dalam menyesuaikan diri setelah persalinan agar bisa memenuhi kebutuhan

Oksigen

Makanan

Kehangatan

3 Ibu Susi melahirkan dua jam yang lalu Bagaimana ibu bidan dapat memutuskan bahwa ia tidak mengalami perdarahan yang berlebihan pada waktu ini?

4 Jika Ibu bidan mengira ibu Susi mengalami perdarahan berlebihan, apa yang harus ibu bidan lakukan?

5 Ibu bidan mengunjungi Ibu Susi tiga hari setelah persalinan Puting payudaranya lecet Jelaskan tiga hal yang dapat dilakukan untuk menanggulangi masalah ini

1)

2)

3)

6 Waktu memeriksa bayi ibu Susi tiga hari setelah persalinan, apa yang ibu bidan harapkan akan ditemukan dalam pemeriksaan atas

Mata

Kulit

Tali pusat

Berat badan

7 Jelaskan apa yang Ibu Susi perlu lakukan agar dapat menggunakan "menyusui" sebagai metoda pencegahan kehamilan

8 Jelaskan metoda KB lainnya yang tersedia untuk Ibu Susi dan suaminya pada 2-6 minggu setelah persalinan

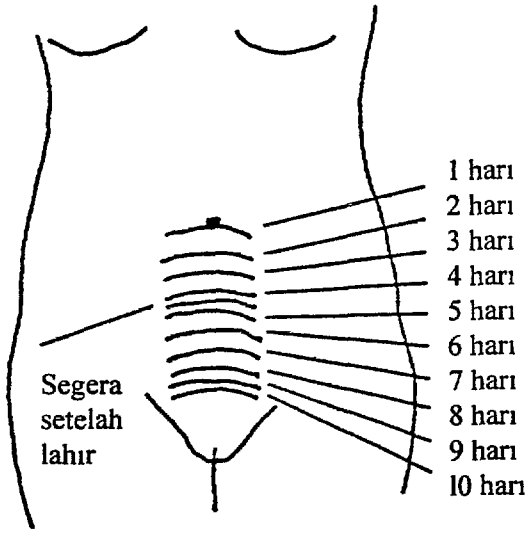
LATIHAN 5-1
PERUBAHAN PADA IBU SETELAH PERSALINAN

Tubuh wanita berubah setelah Ia melahirkan bayi Uterusnya berkontraksi dan mengecil, serviksnya menutup, vagina kembali ke ukuran biasa dan payudaranya mulai menghasilkan ASI

Masa pasca salin berlangsung 6 sampai 8 minggu Selama waktu ini, badan ibu kembali ke keadaan tidak hamil Dengan mempelajari perubahan-perubahan pasca salin, bidan akan dapat mengetahui kemajuan penyembuhan Ibu dan mengidentifikasi kapan proses penyembuhan itu tidak normal

Perubahan besarnya uterus

Uterus Ibu mulai berkontraksi dan mengecil segera setelah plasenta dilahirkan Uterus biasanya berada 1-2 jari dibawah pusat Ibu pada saat ini Pada 24 jam pertama uterus mungkin sedikit membesar, sehingga masih setinggi pusat Tiap hari berikutnya uterus mulai mengecil dan mengeras Pada akhir minggu kedua setelah persalinan, uterus hampir kembali ke keadaan sebelum hamil Seorang wanita yang sudah pernah melahirkan anak uterusnya sedikit lebih besar dari wanita yang tidak pernah punya anak



Laktasi terbentuk

Selama kehamilan, payudara ibu siap untuk memberikan makan pada bayi Payudara ibu menjadi lebih besar dan berisi Kolostrum, cairan pertama yang keluar dari payudara, mengandung gizi bagi bayi baru lahir dan melindungi bayi terhadap infeksi ***Adalah penting untuk memberikan SEMUA kolostrum yang dihasilkan ibu kepada bayi dan tidak membuangnya*** Kolostrum adalah makan yang paling sesuai untuk bayi Bayi harus segera diletakkan pada payudara ibu segera setelah lahir persalinan dan menyusuinya sesering mungkin, bahkan pada malam hari Hisapan bayi pada payudara ibu sangat penting dalam membantu ibu menghasilkan cukup ASI

Payudara wanita menghasilkan kolostrum sampai hari kedua atau ketiga setelah ASI keluar Payudara akan menjadi lebih keras, berisi dan berat pada saat ASI mulai keluar Ibu mungkin merasa sedikit tidak nyaman selama satu-dua hari Setelah ASI mulai keluar, payudara mulai melunak dan ibu akan merasa lebih nyaman setelah menyusui bayi

ASI merupakan makanan yang sempurna untuk bayi baru lahir karena mengandung semua bahan yang diperlukan bayi, mudah dicerna, dan memberi perlindungan terhadap infeksi ASI selalu segar, bersih dan siap diminum

Menyusui juga memberi keuntungan bagi Ibu maupun keluarganya Menyusui mengurangi perdarahan setelah persalinan karena membantu Ibu memproduksi oksitosin Oksitosin menyebabkan uterus berkontraksi dan membantu ASI keluar ketika bayi menyusu Menyusui juga mencegah ibu untuk tidak segera hamil lagi, dan cara ini tidak memakan biaya besar

Perubahan pada cairan yang keluar dari vagina

Pada saat uterus mengecil, leher rahim dan vagina kembali ke ukuran normalnya Bersamaan dengan menciutnya rahim, darah dari tempat melekatnya plasenta pada dinding uterus terdorong keluar Proses ini menghasilkan cairan yang disebut ***lochia***

Pada beberapa saat setelah kelahiran lochia berwarna merah seperti haid bulanan Warna merah ini terjadi selama kira-kira tiga hari Berangsur-angsur lochia berubah warna dan berkurang banyaknya Empat sampai tujuh hari setelah persalinan lochia berwarna merah muda Delapan sampai 10 hari pasca salin cairan berwarna campuran merah muda, kuning dan putih Dari 11 sampai 18 hari warnanya putih kekuningan Seringkali ibu yang baru melahirkan melihat cairan berwarna kecoklatan keluar selama 4-5 minggu pasca salin Bila Ibu menyusui bayinya, ia tidak mengalami haid selama beberapa bulan sampai ia berhenti menyusui Waktu kapan seorang wanita mulai mengalami kembali menstruasi berbeda-beda antara wanita yang satu dengan lainnya

☞ **Jika ibu mulai melakukan kegiatan-kegiatan terlalu banyak, lochia yang keluar akan meningkat dan menjadi berwarna merah kembali Jika hal ini terjadi ibu harus beristirahat lebih banyak!!**

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

1 Ibu bidan baru saja mengunjungi ibu Susi tiga hari setelah ia melahirkan Apa saja yang yang kira-kira ibu bidan akan temukan ketika memeriksanya?

Uterus

Payudara

Lochia

2 Apa yang ibu bidan kira akan ditemukan waktu memeriksa ibu Susi 2 minggu (14 hari) setelah melahirkan?

Uterus

Payudara

Lochia

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada latihan 5-1

LATIHAN 5-2
PERUBAHAN YANG HARUS DILAKUKAN OLEH BAYI YANG BARU LAHIR

Bayi yang baru lahir mulai mengalami perubahan pada saat kelahiran Bayi tidak lagi tergantung pada ibu untuk memperoleh oksigen, panas dan makanan Bayi harus berusaha sendiri Topik berikut akan membicarakan perubahan yang harus dilakukan bayi untuk memenuhi kebutuhan oksigen, panas dan makanan Selain itu juga akan membahas cara-cara yang dapat dilakukan ibu bidan, ibu dan keluarga untuk membantu bayi dalam melakukan perubahan-perubahan ini

Oksigen

Perubahan pertama yang paling jelas terjadi ketika bayi menarik napas pertama untuk memperoleh oksigen Proses persalinan mendorong lendir di saluran napas bayi keluar melalui hidung dan mulut serta menyebabkan terjadinya perubahan kimia yang memberitahu otak bayi untuk mulai bernafas sendiri

Kehangatan

Perubahan yang kedua adalah keluarnya bayi dari kehangatan tubuh ibunya ke udara bebas Tubuh bayi sangat basah sehingga bayi segera merasa kedinginan meskipun udara di luar sangat hangat Sekarang bayi bergantung pada ibu dan keluarganya untuk menjaganya tetap hangat Bayi juga dapat menggunakan glukosa (gula) yang tersimpan di tubuhnya untuk menjaga kehangatan tubuhnya

Makanan

Perubahan yang ketiga terjadi ketika bayi mulai menghisap dari payudara ibunya untuk mendapatkan makanan sebagai ganti zat-zat gizi yang diperoleh dari ibunya melalui tali pusat Bayi membutuhkan makanan ini untuk kehangatan tubuhnya, pernafasan dan pertumbuhan

Ketiga perubahan ini juga saling mempengaruhi Sebagai contoh, bayi yang kedinginan (hypothermia), akan menggunakan persediaan glukosanya untuk menjaga kehangatan tubuhnya Ketika glukosa ini habis digunakan, bayi mulai mengalami kesulitan bernafas dan menjadi sangat kedinginan Jika bayi tidak diberi makan dan dihangatkan, ia dapat meninggal dunia Mulai dari kelahiran, ibu bidan, ibu dan keluarga bayi dapat membantu bayi dalam menjalani ketiga perubahan ini

UNTUK MEMBANTU BAYI

Bernafas

- ✓ Bersihkan lendir dari mulut dan hidung bayi jika bayi tidak segera menarik nafas setelah persalinan
- ✓ Menjaga bayi tetap hangat Ini akan membantu bayi dalam mengeluarkan lendir dari saluran pernafasannya

Menjaga kehangatan bayi

- ✓ Keringkan bayi segera setelah lahir dan selimuti dengan kain yang kering
- ✓ Jaga agar kepala bayi tetap tertutup karena bayi banyak kehilangan panas melalui kepala
- ✓ Jangan memandikan bayi sampai setidaknya 12 jam setelah kelahiran Usahakan bayi selalu di dekat ibu

Menyusu

- ✓ Letakkan bayi pada payudara ibunya sesegera mungkin setelah lahir dan membiarkan bayi bersama ibunya untuk menyusu (informasi lebih lanjut mengenai menyusui diberikan pada latihan berikut)

☞ **Penolong persalinan lainnya, ibu dan keluarga bayi mungkin tidak tahu bagaimana membantu bayi untuk menyesuaikan diri, tetapi ibu bidan dapat menjelaskan bagaimana tindakan-tindakan ini akan membantu bayi**

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

1 Jelaskan tiga perubahan yang harus dialami oleh bayi ibu Susi

Oksigen

Panas

Makanan

2 Jelaskan bagaimana ibu bidan, penolong persalinan lainnya, Ibu Susi dan keluarganya dapat membantu bayi untuk

Memperoleh oksigen

Menjaga kehangatan tubuh

Memperoleh makanan

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada latihan 5-2

LATIHAN 5-3
PERAWATAN PASCA SALIN UNTUK IBU DAN BAYI SEGERA SETELAH PERSALINAN SAMPAI 6 JAM PERTAMA SETELAH PERSALINAN

"Perdarahan dalam 4 jam pertama pasca salin merupakan penyebab utama kematian Ibu akibat persalinan Penyebab utama perdarahan dalam 4 jam pertama pasca salin adalah atonia uteri dan tertinggalnya plasenta Semua Ibu dan bayi harus menerima ***Perawatan secara aktif dalam 6 jam pertama pasca salin***" Kutipan dari *Laporan gugus tugas Mother Care untuk Perawatan Pasca Salin dan neonatus*, Agustus 1994

Segera setelah kelahiran normal, Ibu mulai sadar betul dan menaruh perhatian pada bayinya Uterusnya menegang dan keras dan cairan yang keluar (lochia) tidak lebih banyak dari haid Ibu dapat buang air kecil dalam beberapa jam kemudian, serta makan dan minum

Bayinya juga mulai sadar dan biasanya menyusu satu jam setelah persalinan Warna, pernapasan, refleks, tonus otot dan denyut jantung bayi semakin terlihat baik Bayi buang air kecil dan buang air besar dalam beberapa jam kemudian

Ibu bidan perlu mengetahui keadaaan ibu dan bayi setelah persalinan Jika tidak hadir selama persalinan, ibu bidan harus mencari tahu mengenai proses persalinan Informasi ini akan membantu ibu bidan untuk mengetahui ada tidaknya masalah dan dalam memberikan perawatan guna mencegah terjadinya komplikasi

A PERAWATAN IBU

TANYA* dan *DENGAR (Riwayat)

- Bagaimana perasaan ibu?
- Seberapa banyak ia mengeluarkan darah?
- Apakah ia kesakitan?
- Bagaimana proses persalinannya, jika ibu bidan tidak hadir pada waktu itu
  1) Siapa yang merawatnya?
  2) Dimana persalinan terjadi (rumah, puskesmas, rumah sakit, dll)?
  3) Siapa yang menolongnya melahirkan (penolong persalinan) dan dimana ia melahirkan?
  4) Apakah ibu atau anak menunjukkan kondisi beresiko tinggi atau ada komplikasi kehamilan?
  5) Apa ia melahirkan secara spontan (atau dengan ekstraksi vakum, forseps atau bedah cesar)?
  6) Apakah plasenta yang dikeluarkan utuh dan apa hasil pemeriksaan plasenta?
  7) Apakah ada robekan atau episiotomi?
  8) Apakah ibu atau bayi mengalami masalah?

LIHAT* dan *RABA (Pemeriksaan)

Sambil memeriksa ibu bayi, ibu bidan juga dapat memberikan perawatan Sebelum mulai, ***jelaskan*** pada ibu apa yang akan dilakukan Bidan harus ***mencuci*** tangannya

1 **Periksalah nadi dan tekanan darah ibu** setelah persalinan Jika bidan hadir pada saat persalinan, ulangi pemeriksaan nadi dan tekanan darah setiap jam selama 4 jam berikutnya

2 ***PERIKSALAH* pembalut Ibu** setiap kali ibu bidan memeriksa uterusnya ***LIHATLAH*** banyaknya dan warna darah

3 ***RABA* uterus** Jika bidan hadir pada persalinan, ***RABA*** uterus segera setelah plasenta lahir dan setiap 15 menit selama satu jam, kemudian setiap 30 menit selama 2 jam Bila uterus terasa keras, ini berarti uterus berkontraksi sebagaimana mestinya

Perdarahan seperti haid yang banyak adalah normal untuk Ibu pasca salin Darah mungkin akan keluar sedikit atau dalam gumpalan-gumpalan kecil pada saat ibu batuk, mengejan, bergerak atau berdiri, tetapi tidak boleh berupa perdarahan atau gumpalan-gumpalan darah beku yang keluar terus menerus Darah yang keluar biasanya dapat membasahi 1 pembalut per jam selama kira-kira 6 jam pertama Uterus selalu berada dalam keadaan keras

☞ **Perdarahan berwarna merah segar atau perdarahan terus menerus, bahkan walau dalam jumlah sedikit (perdarahan kecil yang terus mengalir) atau gumpalan darah sebesar buah apel adalah berbahaya!!**

Ajarkan ibu, dukun beranak dan keluarganya cara memeriksa uterus dan cara mengusapnya (mengurutnya) agar keras Jelaskan padanya bahwa ia harus memberitahu bidan bila perdarahan terlalu banyak, ada bekuan-bekuan darah yang besar, demam atau nyeri yang hebat

UTERUS YANG TETAP LUNAK ATAU BERDARAH ADALAH TIDAK NORMAL

Bila uterus lunak

Pastikan bahwa kantung kemih tidak penuh
Urut uterus sampai keras
Bila oksitosin atau sejenisnya belum diberikan, berikan sekarang
RABA-RASAKAN uterus setiap 1-2 menit selama beberapa waktu

Bila uterus melunak kembali

Urutlah sampai mengeras, sambil mengeluarkan bekuan atau darah
Anjurkan ibu untuk menyusui bayi, karena hal ini membantu tubuh ibu memproduksi oksitosin yang menyebabkan uterus berkontraksi
Beri oksitosin atau sejenisnya IM
Awasi keadaannya dengan seksama selama beberapa jam berikutnya

Bila uterus tetap tidak mengeras, jika perdarahan lebih banyak dari haid yang banyak, jika ada darah berwarna merah segar dan ada gumpalan darah atau jika uterus teraba keras tapi membesar

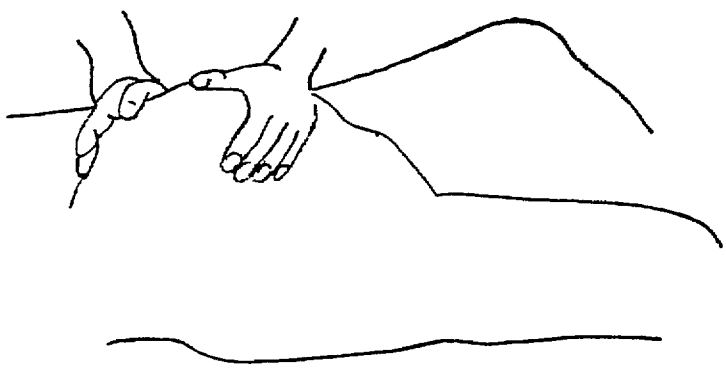
IBU MUNGKIN MENGALAMI PERDARAHAN !

BANTU IBU KE RUMAH SAKIT SECEPAT MUNGKIN !

JIKA IBU MENGALAMI PERDARAHAN DAN PERLU DIBAWA KE RUMAH SAKIT

Peganglah uterus erat-erat dengan kedua tangan menekan seperti yang terlihat dalam gambar dibawah

Selama perjalanan ke rumah sakit, pegang uterus erat-erat dengan kedua tangan menekan, hangatkan ibu, baringkan, bantu ibu menyusui bayinya bila mungkin Dan beri ibu minuman



Pegang uterus dengan dua tangan

4 **Bersihkan alat kelamin, perut dan paha Ibu** Ibu mungkin ingin mandi setelah bayi lahir Bila ia belum sanggup bangun, bidan dapat membuatnya lebih nyaman dengan mengganti alat-alat tempat tidur dan membersihkan tubuhnya Sebelum merawat Ibu, bidan harus memakai sarung tangan

5 **Periksa sekitar lubang vagina apakah ada robekan** Sewaktu anda bersihkan alat kelamin, periksa dengan hati-hati apakah ada luka atau darah segar

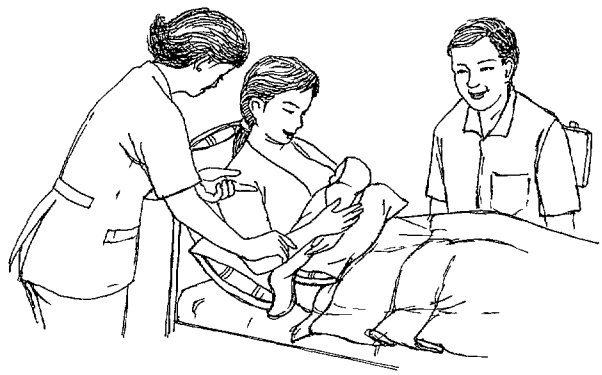
☞ **Robekan juga dapat menyebabkan ibu berdarah terlalu banyak. Jika uterus mengeras tetapi ibu tetap mengalami perdarahan yang lebih banyak dibandingkan dengan haid bulanan yang banyak atau darah yang keluar berwarna merah terang, ibu itu mungkin mengalami perdarahan. Jika ibu bidan menemukan robekan yang berdarah, *RUJUKLAH***

6 **Pastikan ibu buang air kecil** Minta agar ibu buang air kecil begitu kondisinya memungkinkan segera setelah melahirkan Kandung kemih yang penuh dapat mencegah uterus berkontraksi dengan baik (uterus yang melebar kesamping biasanya merupakan tanda kandung kemih yang penuh) Hal yang dapat ibu bidan lakukan untuk membantu ibu yang mengalami kesulitan dalam buang air kecil ialah dengan menyiramkan air hangat pada perineumnya ketika ia sedang mencoba buang air kecil, atau merendam tangannya dalam air hangat Bila Ibu tidak dapat buang air kecil dan kandung kemihnya terlihat penuh sekali, bidan perlu melakukan kateterisasi

Bukalah sarung tangan dan ***cuci tangan*** setelah selesai melakukan pemeriksaan

7 **Beri ibu makanan dan minuman** Setelah melahirkan Ibu boleh makan apa saja Bila ia tidak lapar, sekurang-kurangnya ia harus minum sari buah atau makan buah-buahan Anjurkan Ibu untuk makan sesegera mungkin dan sering minum

8 **Berikan waktu pada keluarga baru untuk sendirian** Beri selamat, dan biarkan mereka melihat dan memegang bayi, bicaralah dengan Ibu serta biarkanlah mereka mengamati saat ibu bidan merawat bayi Berikan waktu pada keluarga baru untuk sendirian Beri selamat, dan biarkan mereka melihat dan memegang bayi, bicaralah dengan Ibu serta biarkanlah mereka mengamati saat ibu bidan merawat bayi Selagi ibu bidan memberikan perawatan fisik, cobalah memperhatikan kebutuhan emosi keluarga baru itu Ibu mungkin lelah dan cemas Ia mungkin ingin menggendong bayinya terus menerus Keluarga baru sering kali membutuhkan beberapa saat untuk sendirian Kebiasaan tradisional kadang-kadang sangat membantu suatu keluarga



MENGENALI MASALAH/ KEBUTUHAN

Sambil ***BERTANYA* dan *MENDENGAR*** serta ***MELIHAT* dan *MERASAKAN***, bidan mencari tanda-tanda adanya masalah pada ibu Ibu mungkin merasa lelah, tetapi ia harus mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan ibu bidan, bisa makan, minum, menyusui bayinya, serta bangun untuk buang air kecil

NASEHAT, PENYULUHAN* dan *PERAWATAN (Mengambil tindakan)

Berikut ini adalah beberapa pesan dan nasehat yang harus bidan berikan kepada setiap dukun beranak, ibu dan keluarganya segera setelah persalinan Hal-hal ini mungkin harus diulangi pada kunjungan berikutnya

TANDA-TANDA BAHAYA

Wanita pasca salin dengan tanda-tanda berikut ini harus segera dirujuk ke Rumah Sakit

- Perdarahan yang berlebihan (lihat kembali Petunjuk Pasca salin)
- Demam
- Nyeri pada perut atau lochia yang berbau busuk
- Kejang

1 Kebersihan diri

- Menganjurkan kebersihan seluruh tubuh
- Mengajarkan ibu bagaimana membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air dengan menggunakan kain pembersih atau potongan kain yang bersih Pastikan bahwa ia mengerti untuk membersihkan daerah di sekitar vulva terlebih dahulu, dari depan ke belakang, baru kemudian membersihkan daerah disekitar anus Nasehatkan ibu untuk membersihkan diri setiap selesai buang air kecil atau besar
- Kain dapat digunakan ulang jika telah dicuci dengan baik, direbus dan dikeringkan di bawah matahari Sarankan ibu untuk mengganti pembalut atau kain pembalut sekurangnya dua kali sehari
- Sarankan ibu untuk mencuci tangan dengan sabun dan air sebelum dan sesudah membersihkan daerah kelaminnya

2 Gizi

- Ibu menyusui harus meneruskan diet yang dilakukan selama kehamilan
- Ibu harus mendapatkan protein, mineral dan vitamin yang cukup
- Pil tambah darah harus diminum untuk menambah gizi dari makanan setidaknya selama 40 hari pasca salin
- Anjurkan ibu untuk minum setiap kali menyusui

☞ **Catat temuan ibu bidan pada catatan pasca salin ibu**

B PERAWATAN BAYI

TANYA* dan *DENGAR (Riwayat)

Tanyakan pada ibu, keluarga atau penolong persalinan bagaimana keadaan bayi Tanyakan jika ada masalah pada saat persalinan atau segera setelah persalinan

LIHAT* dan *RABA (Pemeriksaan)

Segera setelah kelahiran, bayi harus dikeringkan dan diselimuti untuk menjaga agar bayi tetap hangat Keadaan bayi harus sudah diperiksa dan perawatan yang diperlukan segera dilakukan

Ibu sekarang merasa hangat dan nyaman Ini saatnya untuk memberikan ***PERHATIAN*** yang lebih banyak pada bayi yang baru lahir Sediakan tempat yang bersih untuk bayi dimana ibu bidan akan melakukan pemeriksaan Bidan dapat memeriksa bayi pada ujung tempat tidur ibu sehingga ibu, keluarga dan penolong persalinan dapat mengamati

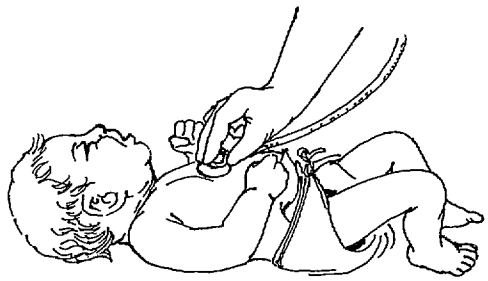
Jagalah agar bayi tetap hangat dan kering selama pemeriksaan Sebaiknya bidan memiliki formulir pencatatan pasca salin dan checklist ketrampilan sehingga tidak ada satupun yang terlewatkan

Jelaskan apa yang ibu bidan akan lakukan kepada keluarga ***Cuci tangan*** dan kenakan ***sarung tangan***

1 ***Penampilan secara umum*** yaitu bagaimana penampakan bayi secara keseluruhan dan dan bagaimana ia bersuara yang dapat menggambarkan keadaan kesehatannya ***LIHAT* dan *DENGARkan*** semuanya Apakah bayi kecil atau besar ? Gemuk atau kurus ? Apakah lengan, tungkai tangan dan kaki, badan serta kepalanya terlihat normal ? Apakah bayi tegang atau santai? Aktif atau diam saja?

DENGARKAN tangisan bayi Tiap tangisan terdengar agak berbeda Tangisan yang tidak biasa dan melengking mungkin merupakan tanda penyakit

2 **Tanda-tanda pernafasan, denyut jantung dan suhu badan** penting untuk diawasi selama 6 jam pertama, karena bayi tidak dapat mengatakan bagaimana keadaannya



Bernapas harus dilakukan tanpa kesulitan, meskipun mula-mula lebih cepat dan kemudian melambat karena bayi mulai terbiasa bernafas Pernapasan normal sebanyak 30-40 kali per menit

Denyut ***jantung*** harus berada antara 120-160 per menit Ibu bidan dapat meraba denyut jantung dengan menempatkan 2 jari diatas jantungnya dan menghitungnya selama 1 menit, atau dengan menggunakan stetoskop

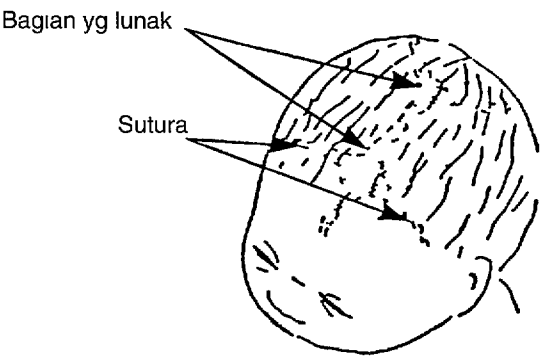
Suhu biasanya antara 36 5-37 2°C jika diukur di ketiak Suhu di bawah 36 5°C berarti bayi mengalami hipotermia Jika ibu bidan tidak memiliki termometer, ***RABA*** kulit bayi Kulit harus terasa hangat dan tidak dingin

☞ **Adalah sangat penting untuk mencegah *KEHILANGAN PANAS* setelah kelahiran dengan mengeringkan dan menyelimuti bayi, terutama bagian kepalanya, dan meletakkannya di dekat ibu Jangan segera memandikan bayi, sebaiknya tunggu sekurang-kurangnya 12 jam sebelum membersihkan tubuh bayi dengan kain/busa Waktu memandikan hindari angin dan gunakan air hangat**

☞ **Bidan dapat menghangatkan bayi jika kulitnya terasa dingin dengan menyentuhkan kulit bayi dengan kulit ibunya dan menyelimuti mereka Anjurkan juga ibu untuk menyusui.**

3 **Berat** harus ditimbang bila ibu bidan memiliki timbangan Sebelum menimbang bayi, perhatikan dan coba taksir beratnya Kemudian timbang bayi dan cocokkan beratnya dengan perkiraan ibu bidan Ini akan membantu ibu bidan dalam menaksir berat bayi sebelum lahir Bayi biasanya beratnya berkisar antara 2,5-4 kg

4 ***LIHAT* dan *RABA* keseluruhan tubuh bayi** Sebaiknya pemeriksaan dilakukan dengan urutan yang sama setiap kalinya sehingga tidak ada yang terlewatkan

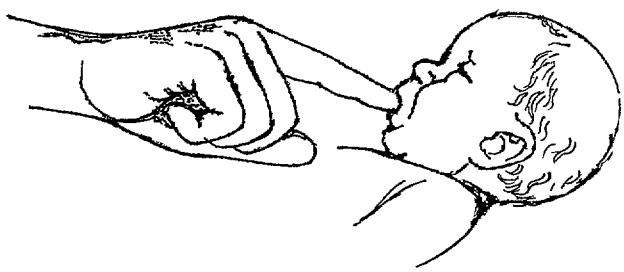


Raba Kepala

Kepala Periksa ukuran fontanelle (bagian yang lunak), sutura, molase dan adanya pembengkakan atau lekukan

Mata Ibu dapat mengalami infeksi pada vagina yang tidak disadarinya Ketika bayi lahir infeksi ini dapat menular pada mata bayi dan dapat menyebabkan bayi buta Setiap bayi harus memperoleh prophylaxis mata segera setelah lahir, lebih baik jika dalam waktu satu jam Bersihkan mata dan teteskan 2 tetes cairan ***1% silver nitrate***, ***erythromycin*** atau ***tetracycline*** pada setiap mata

Mulut Periksa bentuk bibir dan raba bagian dalam mulut (langit-langit) Periksa refleks menghisap



Refleks menghisap yang baik

Tulang belakang Periksa adanya pembengkakan atau lekukan

Lengan dan tungkai Perhatikan kemampuan anggota tubuh bayi untuk bergerak dan jumlah jari tangan dan kakinya

Refleks Periksa refleks Moro Tangan biasanya terbuka lebar

Tangan terbuka lebar

Kulit Perhatikan temperatur, warna, dan adanya kelainan atau warna gelap pada kulit Kulit bayi yang baru lahir biasanya berwarna merah muda atau merah muda tua dan kadang-kadang tertutup dengan lapisan kekuningan yang disebut verniks Verniks tidak perlu dibersihkan Kulit harus dijaga tetap bersih, tetapi lebih baik untuk menunggu sampai 12 jam setelah kelahiran sebelum bayi dimandikan dengan kain/busa

Tali pusat Periksa adanya cairan atau bau busuk Ikat ulang jika terjadi perembesan Tali pusat harus dijaga bersih dan kering Alkohol 70% harus dioleskan 1-2 kali per hari Biasanya tali pusat tersebut akan lepas dalam 5-7 hari Bayi dapat dimandikan dalam air setelah tali pusatnya sembuh

Alat kelamin Untuk bayi laki-laki periksa testis, skrotum dan apakah terlihat normal bentuknya Untuk bayi perempuan periksa apakah vaginanya terlihat normal dan berlubang kecil

Anus dan uretra Pastikan berlubang Ini dapat dilakukan dengan memperhatikan gerakan bayi pada saat buang air besar atau kecil Tanyakan apakah ibu jika bayi telah buang air besar atau kecil sebelumnya Pada bayi laki-laki periksa lokasi uretra Kotoran bayi yang pertama keluar (mekonium) berwarna kehitaman Warnanya akan berubah menjadi kekuningan dalam tiga sampai lima hari

Lepaskan sarung tangan **dan** ***cuci tangan*** setelah memeriksa bayi

MENGENALI MASALAH / KEBUTUHAN

Sambil ***BERTANYA*** **dan** ***MENDENGARKAN*** serta ***MELIHAT*** **dan** ***MERASAKAN***, ibu bidan mencari tanda-tanda kelainan pada bayi Bayi harus menangis normal, aktif ketika sedang bangun, menghisap dengan baik, hangat ketika disentuh dan tidak mengalami kesulitan bernapas

NASEHAT, PENYULUHAN **dan** ***PERAWATAN*** (Mengambil tindakan)

Berikut ini beberapa pesan dan saran yang harus ibu bidan berikan kepada setiap dukun beranak, ibu dan keluarga bayi segera setelah persalinan Hal-hal ini mungkin perlu diulang pada kunjungan berikutnya

1 Kondisi kelahiran yang buruk

Kondisi yang buruk dapat disebabkan oleh infeksi, mekonium di paru-paru, obat-obatan dalam darah bayi yang diperoleh dari ibu, atau masalah-masalah lain Bayi yang berada dalam kondisi buruk dapat mengalami

Kesulitan bernafas
Bernapas lebih cepat dari 60 kali per menit
Lemas atau lemah
Tidak memiliki warna yang normal dalam satu jam setelah kelahiran
Dingin ketika disentuh

Jika kondisi bayi buruk, ibu bidan harus

Menjaga kehangatan bayi
Menyedot lendir bayi kembali
Mendorong bayi untuk menyusu
Merujuk bayi, ibu dan keluarganya ke rumah sakit
Jika memungkinkan, sangat baik apabila ibu bidan bisa pergi bersama mereka ke rumah sakit

2 Menyusui

ASI adalah makananan yang paling sesuai untuk bayi yang baru lahir karena mengandung semua zat-zat gizi yang dibutuhkan bayi, mudah dicerna dan memberikan perlindungan penting bagi bayi untuk melawan infeksi ASI selalu segar, bersih dan siap untuk diminum serta tidak mengeluarkan biaya Memberikan jenis susu lain, teh dan bubur pada bayi yang masih sangat muda dapat membuatnya sangat sakit Berilah penjelasan kepada ibu bayi untuk memahami hal ini dan pentingnya memberikan hanya ASI kepada bayi **(menyusui secara ekslusif)** selama empat minggu pertama (120 hari)

Susu ibu biasanya keluar pada hari kedua atau ketiga setelah kelahiran Sebelum itu, payudara ibu membuat cairan (kolostrum) yang akan memberikan zat gizi pada bayi Penting untuk ***memberikan SEMUA kolostrum*** yang dihasilkan payudara ibu kepada bayi ***Jangan membuang sedikitpun*** Sebaiknya bayi segera disusui setelah lahir dan secara teratur (setidaknya setiap 2-3 jam meskipun pada malam hari) Semakin sering bayi menghisap kolostrum, semakin banyak ibu menghasilkan ASI, dan semakin cepat dan mudah ASI keluar

☞ **Jika bayi tidak segera menyusu dengan baik dalam 6 jam setelah persalinan, ibu bidan harus mengunjungi ibu bayi pada hari berikutnya untuk memastikan bayi disusui dan untuk membantu ibu jika mengalami kesulitan dengan menyusui**

MEMULAI MENYUSUI DENGAN AWAL YANG BAIK!!

Berikut ini adalah beberapa cara yang dapat ibu bidan, keluarga dan lainnya lakukan untuk membantu ibu menyusui dengan baik

1) ***Letakkan bayi yang baru lahir bersama ibunya segera setelah persalinan selama satu jam pertama*** Memandikan dan menimbang bayi dapat dilakukan kemudian Hanya penetesan prophylaxis yang perlu dilakukan segera setelah persalinan Jaga kehangatan tubuh bayi dengan cara membaringkan bayi pada kulit ibu dan menyelimuti mereka
2) ***Bantu ibu saat pertama kali menyusui*** Pastikan bayi menempel pada posisi yang baik saat menyusui dan memasukkan sebagian besar puting ibu pada mulutnya Tangan ibu harus ditopang dengan baik

TANDA-TANDA BAYI TELAH MENEMPEL PADA POSISI YANG BAIK SAAT MENYUSUI

- Seluruh tubuhnya menempel pada tubuh ibunya
- Mulut dan dagunya menempel pada payudara ibu
- Mulut bayi terbuka lebar
- Areola tidak banyak terlihat
- Bayi terlihat menghisap dengan pelan dan dalam
- Bayi terlihat tenang dan bahagia
- Ibu tidak merasa putingnya sakit

3) ***Bayi harus tidur disamping ibunya pada tempat tidur atau matras yang sama***
4) ***Susui bayi dengan SERING*** Biasanya bayi yang baru lahir ingin menyusu setiap 2 3 jam (atau setidaknya 10 12 kali dalam 24 jam) Jika bayi tidak minta untuk disusui (dengan menangis) anjurkan ibu untuk tetap memberikan ASI
5) ***Berikan HANYA kolostrum dan ASI*** Makanan lain termasuk air akan menyebabkan bayi sakit dan menurunkan banyaknya ASI Jika harus memberikan air pastikan air tersebut sudah direbus
6) **Ibu dan keluarganya harus mengetahui apa kolostrum itu**
   - Meningkatkan kesehatan dan kekebalan bayi untuk melawan penyakit (merupakan kekebalan pertama bayi)
     Membantu bayi mengeluarkan mekonium, dengan demikian mencegah terjadinya bayi kuning
   - Merupakan makanan yang paling tepat yang dibutuhkan bayi sebelum ASI keluar
7) **Hindari botol dan dot** Hal ini akan membingungkan bayi yang baru lahir dan dapat menyebabkan penolakan terhadap puting ibu atau menyusu dengan posisi yang kurang baik

MENYUSUI MEMILIKI KELEBIHAN BERIKUT

- Membantu merangsang produksi ASI
- Menyebabkan uterus berkonstraksi dan mengurangi perdarahan
- Menjaga bayi dari infeksi, ***terutama kolostrum***
- Cara yang baik bagi ibu dan bayi untuk saling mengenal
- Menenangkan bayi
- Membantu ibu bersantai dan menikmati kehadiran bayinya
- Dapat mencegah kehamilan

3 Berat bayi lahir rendah

Bayi-bayi yang lahir kecil kemungkinan membutuhkan perawatan lebih Keluarganya juga perlu mendapatkah penyuluhan lebih Bayi dengan berat lahir rendah adalah bayi yang lahir kurang dari 2 500 gram, dan membutuhkan perhatian khusus Bayi yang baru lahir dengan berat lahir rendah kemungkinan juga kurang bulan dan memiliki masalah dalam bernafas dan menghisap

- Letakkan bayi bersama ibunya dan pastikan bayi dalam keadaan hangat dan kering
- Jika bayi dapat menghisap dan menelan, ia harus segera disusui secara teratur
- Jika bayi tidak dapat menyusu, rujuk bayi dan ibunya ke rumah sakit
- Jika bayi mendapatkan ASI yang cukup, bayi mulai mengalami kenaikan berat badan pada akhir minggu pertama Jika bayi tidak mengalami kenaikan berat badan, rujuk bayi dan ibunya ke rumah sakit

☞ **Catat temuan ibu bidan pada catatan pasca salin ibu**

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

1 Ibu Susi baru saja melahirkan satu jam yang lalu Ibu bidan harus datang mengunjungi mereka Ceritakan apa yang akan ibu bidan lakukan untuk ibu Susi pada waktu ini

2 Jika ibu bidan melihat bahwa ibu Susi mengeluarkan gumpalan darah dan uterusnya lunak, jelaskan apa yang akan ibu bidan lakukan

3 Jelaskan bagaimana ibu bidan akan mencegah terjadinya hipothermia pada bayi ibu Susi

4 Bagaimana ibu bidan dapat mencegah mata bayi ibu Susi terkena infeksi pada saat kelahiran?

5 Nasehat apa yang akan ibu bidan berikan pada ibu Susi mengenai menyusui pada kunjungan ini?

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada latihan 5-3

LATIHAN 5-4
PERAWATAN PASCA SALIN UNTUK IBU DAN BAYI TIGA HARI SETELAH PERSALINAN

Latihan ini akan membahas perawatan dan nasehat yang harus disampaikan pada kunjungan pasca salin 3 hari setelah kelahiran Bidan harus terus mengamati jika ada permasalahan pada ibu dan bayi Bidan harus mengajarkan pada ibu dan keluarga bagaimana mengenali dan mencegah masalah pada ibu dan bayinya Ibu harus dianjurkan untuk terus minum pil tambah darah selama 40 hari setelah persalinan dan minum satu kapsul vitamin A

A PERAWATAN UNTUK IBU

Ibu harus ditanyai dan diperiksa untuk mengetahui apakah keadaannya baik, untuk memastikan apakah involusi uterus terjadi, untuk memastikan ASI keluar dengan baik dan untuk mengetahui setiap masalah yang dihadapinya Pemeriksaan ibu pada kunjungan ini sama dengan yang dijelaskan pada latihan 5-3

TANYA* dan *DENGAR (Riwayat)

- ✓ Kondisi umum
- ✓ Istirahat dan tidur
- ✓ Makanan dan minuman
- ✓ Demam
- ✓ Buang air besar dan kecil
- ✓ Rasa tidak enak pada rahim
- ✓ Lochia/cairan nifas
- ✓ Nyeri perineal
- ✓ Menyusui
  - Apakah bayi menempel dengan dengan posisi yang baik saat menyusui?
  - Apakah bayi menghisap dengan baik?
  - Payudara lunak, puting yang lecet atau luka, pembengkakan?
- ✓ Perasaan mengenai kemampuan sebagai ibu
- ✓ Memahami perawatan bayi yang baru lahir
- ✓ Tanda-tanda depresi
- ✓ Minum obat-obatan (Pil tambah darah selama 40 hari dan satu kapsul Vitamin A 200,000 unit)

LIHAT* dan *RABA (Pemeriksaan)

Jelaskan pada ibu apa yang akan dilakukan oleh ibu bidan ***Cuci*** tangan dan gunakan ***sarung tangan*** Temuan-temuan normal meliputi

✓	Tanda-tanda vital	Suhu, nadi dan tekanan darah ibu normal
✓	Payudara	Payudara mungkin membengkak dan sedikit lunak Puting tidak boleh lecet atau luka
✓	Uterus	Uterus harus keras, terletak sedikit di bawah pusar dan tidak lunak
✓	Lochia	Merah, tetapi berkurang banyaknya dan tidak berbau busuk
✓	Daerah perineal	Bersih, tetapi mungkin masih ada sedikit pembengkakan dan rasa tidak enak

Buka sarung tangan dan ***cuci*** tangan setelah selesai pemeriksaan

MENGENALI MASALAH / KEBUTUHAN

Sambil ***BERTANYA dan MENDENGAR*** serta ***MELIHAT dan MERABA***, ibu bidan harus terus mencari tanda-tanda adanya masalah pada ibu Ibu mungkin masih merasa lelah, tetapi ia harus mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan bidan, bisa makan dan minum, menyusui bayinya, serta ia harus mampu bangun untuk memenuhi kebutuhan bayi dan dirinya sendiri Ibu tidak boleh mengalami perdarahan yang berlebihan atau menunjukkan tanda-tanda infeksi (demam, abdomen yang lunak dan lochia yang berbau busuk)

NASEHAT, PENYULUHAN dan *PERAWATAN* (Mengambil tindakan)

- Cari waktu yang tenang dan leluasa untuk berbicara dengan ibu
- Jelaskan proses involusi uterus
- Jelaskan perubahan yang akan terjadi pada lochia
- Diskusikan mengenai tanggung jawabnya merawat bayi baru
- Diskusikan mengenai menyusui
- Diskusikan bagaimana ia bisa kembali secepatnya kepada keadaan sehat seperti sebelum kehamilan
- Diskusikan mengapa ia harus terus minum pil tambah darah selama 40 hari (untuk menggantikan darah yang hilang selama persalinan), dan satu kapsul vitamin A
- Rencanakan untuk kembali mengunjungi ibu sebelum 2 minggu jika dirasakan bahwa ibu mempunyai masalah

☞ **Sediakan waktu yang cukup untuk pertanyaan, tapi ingat, wanita yang hamil pertama kali mungkin tidak tahu pertanyaan apa yang harus ditanyakan Apabila diinginkan Ibu, biarkan suami, mertua atau temannya hadir waktu diskusi. Teman dan keluarga sering kali sangat menolong**

Berikut ini beberapa saran dan nasehat yang harus diberikan kepada ibu dan keluarga Walaupun hal-hal ini sudah diberikan pada kunjungan pertama saat 6-12 jam setelah persalinan, ibu bidan mungkin ingin mengulanginya lagi pada kunjungan ini untuk meningkatkan pemahaman ibu

TANDA-TANDA BAHAYA

Wanita pasca salin dengan tanda-tanda berikut harus dirujuk ke rumah sakit segera

- Perdarahan yang berlebihan
- Demam
- Nyeri perut atau lochia yang berbau busuk

1 Kebersihan diri

- Anjurkan kebersihan seluruh tubuh
- Mengajarkan ibu bagaimana membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air Pastikan bahwa ia mengerti untuk membersihkan daerah di sekitar vulva terlebih dahulu, dari depan ke belakang, baru kemudian membersihkan daerah disekitar anus Nasehatkan ibu untuk membersihkan diri setiap kali selesai buang air kecil atau besar
- Sarankan ibu untuk mengganti pembalut atau kain pembalut setidaknya dua kali sehari Kain dapat digunakan ulang jika telah dicuci dengan baik, direbus dan dikeringkan di bawah matahari
- Sarankan ibu untuk mencuci tangan dengan sabun dan air sebelum dan sesudah membersihkan daerah kelaminnya

2 Istirahat

Anjurkan ibu untuk beristirahat cukup Istirahat yang cukup harus dilakukan untuk mencegah kelelahan yang berlebihan

- Sarankan ia untuk kembali ke kegiatan-kegiatan rumah tangga biasa perlahan-lahan, serta untuk tidur siang atau beristirahat pada siang maupun malam hari
- Kurang istirahat akan mempengaruhi ibu dalam beberapa hal

1) Mengurangi jumlah ASI yang diproduksi
2) Memperlambat proses involusio uterus dan meningkatkan perdarahan
3) Menyebabkan depresi dan ketidakmampuan untuk merawat bayi dan dirinya sendiri

3 Latihan

- Diskusikan pentingnya mengembalikan otot-otot perut dan panggul kembali normal Ibu akan merasa lebih kuat dan ini menyebabkan otot perutnya menjadi kuat sehingga mengurangi rasa sakit pada punggung
- Jelaskan bahwa Latihan tertentu beberapa menit setiap hari sangat membantu, seperti

1) Tidur tengkurap
2) Tidur telentang dengan lengan disamping, bernapas dengan pelan dan dalam dengan perut Dorong rongga perut ke dalam dan ke luar setiap mengambil napas
3) Tidur telentang dan luruskan kedua tungkai kaki Angkat satu kaki, kemudian yang lain dan turunkan pelan-pelan Jika sudah kuat naikkan kedua kaki bersamaan
4) Tidur telentang, rapatkan satu lutut ke perut dengan tumit menempel ke bokong Ulangi untuk lutut yang lainnya
5) Berdiri dengan tungkai dirapatkan Kencangkan otot-otot pantat dan pinggul dan tahan sampai 5 hitungan Kendurkan dan ulangi latihan sebanyak 5 kali

- Mulai dengan mengerjakan 5 kali latihan untuk setiap gerakan Setiap minggu naikkan jumlah latihan 5 kali lebih banyak Pada minggu ke-6 setelah persalinan ibu harus mengerjakan setiap gerakan sebanyak 30 kali

4 **Gizi**

- Ibu menyusui harus meneruskan diet yang dilakukan selama kehamilan
- Ibu harus mendapatkan protein, mineral dan vitamin yang cukup
- Pil tambah darah harus diminum untuk menambah zat gizi setidaknya selama 40 hari pasca salin
- Anjurkan ibu untuk minum setiap kali menyusui
- Ibu harus minum kapsul vitamin A (200 000 unit) agar bisa memberikan vitamin A kepada bayinya melalui ASInya Hal ini akan mencegah terjadinya defisiensi vitamin A pada bayi dan menyebabkan kulit bayi tetap sehat

5 **Menyusui**

ASI merupakan makanan yang sempurna bagi bayi ASI mengandung semua bahan yang diperlukan bayi Bayi dengan mudah mencernanya ASI memberi perlindungan terhadap infeksi ASI juga selalu segar, bersih dan siap untuk diminum

Penanggulangan masalah menyusui

Membantu ibu dalam mengatasi masalah-masalah kecil saat menyusui akan mencegah timbulnya masalah yang lebih besar Ibu biasanya memberi makanan terlalu awal kepada bayi karena ia khawatir bayinya tidak mendapatkan cukup makanan atau karena rasa sakit saat meyusui Dibawah ini adalah beberapa masalah menyusui yang biasa ditemukan dengan beberapa saran untuk membantu ibu

PUTING PAYUDARA LECET ATAU LUKA

Jika ibu mengalami luka atau lecet pada putingnya, amatilah bagaimana posisi bayi saat menyusu dan bagaimana ia menyusu Jika ibu tidak memegang bayi dengan baik atau bayi menyusui dengan posisi yang buruk, puting akan cepat mengalami lecet Ibu bidan dapat membantu ibu untuk mengatur posisi menyusui yang baik Lihatlah latihan 5-3 **"MEMULAI MENYUSUI DENGAN AWAL YANG BAIK !!"**

Puting payudara yang lecet dapat dirawat dengan

1 Menjaganya tetap bersih dan kering

2 Mengoleskan kolostrum atau ASI disekitar puting setiap kali selesai menyusui

3 Memulai menyusui pada puting yang paling tidak lecet

4 Mengistirahatkan puting selama 24 jam, jika diperlukan Tunjukkan pada ibu bagaimana mengeluarkan ASI dan meminumkan ASI pada bayi dengan menggunakan cangkir kecil yang bersih selama masa "istirahat" ini

5 Berikan panadol untuk menghilangkan rasa sakit setiap 4 - 6 jam

☞ **Kunjungi ibu setiap hari sampai ibu bidan yakin bahwa puting ibu mulai menyembuh**

PAYUDARA YANG MEMBENGKAK

Banyak ibu akan mengalami payudara yang penuh dan terasa sedikit sakit ketika ASI-nya akan keluar Jika bayi terus menyusu setidaknya setiap 2-3 jam, payudara akan menjadi lembut ***TETAPI*** jika payudara terlihat penuh, mengkilat dan sakit, bayi mungkin akan mengalami kesulitan untuk menyusu dengan posisi yang baik Tindakan-tindakan berikut ini akan membantu

1 Persiapkan payudara yang penuh berisi dengan

Meletakkan kain basah yang hangat pada payudara selama 5 menit
atau
Mengurut payudara dari arah pangkal menuju puting
atau
Gunakan sisir untuk mengurut payudara dengan arah "Z" menuju puting

2 Keluarkan sebagian ASI dari bagian depan payudara (saluran yang berada tepat di belakang areola) sehingga puting menjadi lunak sebelum menyusui

3 Letakkan kain dingin atau daun kol yang besar dan bersih pada payudara setelah menyusui

4 Susui dengan sering, setidaknya setiap 2-3 jam, atau jika bayi sakit dan tidak bisa menghisap, keluarkan ASI setiap 2-3 jam Payudara yang membengkak yang tidak dikosongkan akan menyebabkan infeksi dan abses

5 Sarankan ibu untuk duduk di tempat yang tenang serta menyandarkan lengan dan punggungnya dengan baik

☞ **Kunjungi ibu setiap hari sampai payudara tidak membengkak lagi dan bayi menyusu dengan baik**

ASI TIDAK CUKUP

Adalah sangat penting untuk menyusui bayi setiap kali ia merasa lapar (atau setidaknya 10-12 kali dalam 24 jam) dalam dua minggu setelah persalinan Jika bayi dibiarkan tidur lebih dari 3-4 jam, atau jika bayi diberi jenis makanan lain, atau jika payudara tidak dikosongkan dengan baik tiap kali menyusui, maka "pesan hormonal" yang diterima otak ibu adalah untuk menghasilkan lebih sedikit susu Prinsip "suplai dan permintaan ASI" ini penting untuk dijelaskan kepada ibu dan keluarganya Untuk meningkatkan suplai ASI, sampaikan kepada ibu

UNTUK BAYI

1 Menyusui bayi setiap 2 jam, siang dan malam hari dengan lama menyusui 10-15 menit di setiap payudara

2 Bangunkan bayi , lepaskan baju yang menyebabkan rasa gerah dan duduklah selama menyusui

3 Pastikan bayi menyusu dengan posisi menempel yang baik dan dengarkan suara menelan yang aktif

4 Susui bayi di tempat yang tenang dan nyaman serta minumlah setiap kali menyusui

5 Tidurlah bersebelahan dengan bayi

UNTUK IBU

6 Ibu harus meningkatkan istirahat dan minum

7 Ibu bidan harus mengamati ibu yang menyusui bayinya dan mengoreksi setiap kali ada masalah pada posisi penempelan

8 Yakinkan ibu bahwa ia ***DAPAT*** memproduksi susu lebih banyak dengan melakukan hal-hal ini

☞ **Kunjungi ibu di rumahnya setiap hari sampai bidan merasa yakin bahwa ibu memiliki cukup ASI**

☞ **Jika ASI tidak cukup, diperlukan usaha dan latihan selama 2-4 hari untuk meningkatkan jumlah ASI, tetapi jumlahnya pasti akan meningkat!**

BAYI MENDAPATKAN CUKUP ASI JIKA

1 Bayi kencing setidaknya 6 kali dalam 24 jam dan warnanya jernih sampai kuning muda

2 Bayi sering buang air besar berwarna kekuningan "berbiji" (*seedy*)

3 Bayi kelihatannya puas, sewaktu-waktu merasa lapar, bangun dan tidur dengan cukup ***Bayi yang selalu tidur BUKAN merupakan tanda yang baik***

4 Bayi setidaknya menyusui 10 kali dalam 24 jam

5 Payudara ibu terasa lembut dan kosong setiap kali selesai menyusui

6 Ibu dapat merasakan "rasa geli" karena aliran ASI, setiap kali bayi mulai menyusu

7 Ibu dapat mendengar suara menelan yang pelan ketika bayi menelan ASI

8 Bayi bertambah berat badannya

☞ **Catat semua temuan ibu bidan pada catatan pasca salin untuk ibu**

B PERAWATAN BAYI

Ibu harus ditanyai mengenai keadaan bayi sebab ia akan memperhatikan jika ada sesuatu yang tidak baik pada bayi Tanyakan bagaimana bayi menyusu Bayi yang sedang sakit tidak akan menyusu dengan baik Ibu bidan juga perlu memeriksa bayi dan memberikan perhatian khusus pada setiap masalah yang ibu rasakan Pemeriksaan yang dilakukan sama dengan pemeriksaan bayi yang dijelaskan pada latihan 5-3

TANYA* dan *DENGAR (Riwayat)

Apakah bayi menyusu dengan baik?
- Seberapa sering?
- Apakah bayi kencing 6-8 kali per hari?
- Apakah bayi menyusu setidaknya setiap 2-3 jam?
- Apakah bayi mendapatkan kolostrum/ASI?

Apakah ada kotoran di mata bayi?
Apakah ada nanah di pusat bayi? Apakah baunya busuk?
Bagaimana bayi tidur?
Apa warna kotorannya? Seberapa sering ia buang air besar?

LIHAT* dan *RABA (Pemeriksaan)

Jelaskan apa yang akan dilakukan oleh ibu bidan Sambil memeriksa bayi, jelaskan pada ibu apa yang ditemukan Terlebih dahulu ***cuci*** tangan dan kenakan ***sarung tangan*** Temuan-temuan normal meliputi

Keadaan umum	Ketika sedang bangun bayi harus aktif
Pernapasan	Bernafas dengan mudah 30-40 kali setiap menit
Suhu	Kulit harus terasa hangat waktu disentuh Suhu berkisar antara 36 5-37 2° C
Berat	Bayi yang baru lahir biasanya kehilangan berat badan pada beberapa hari setelah kelahiran (sampai 10% berat lahirnya) Namun, pada hari ketiga atau keempat, bayi harus mulai mengalami kenaikan berat badan Pada akhir minggu pertama, bayi setidaknya harus memiliki berat yang sama dengan berat lahir
Kepala	Bagian yang lunak tidak tertekan atau menonjol keluar
Mata	Tidak boleh mengandung kotoran
Mulut	Periksa hisapannya dengan cara melihat bagaimana ia menyusu Selaput mukosanya lembab
Refleks	Memiliki refleks Moro yang baik
Kulit	Tidak kuning (ikterus) atau biru (cyanosis)
Pusat	Periksa cairan dan bau busuk Tali pusat harus sudah lepas pada kunjungan 2 minggu setelah persalinan

Lepaskan sarung tangan dan ***cuci tangan ibu bidan*** setelah menyelesaikan pemeriksaan

MENGENALI MASALAH / KEBUTUHAN

Sambil ***BERTANYA dan MENDENGAR*** serta ***MELIHAT dan MERABA***, bidan mencari tanda-tanda masalah pada bayi Bayi mungkin sedang tidur, tetapi ia harus bernafas dengan mudah, memiliki tubuh kemerahan dan hangat jika disentuh Ketika sedang bangun, bayi harus dapat menghisap dengan baik dan menangis dengan kuat

NASEHAT, PENYULUHAN* dan *PERAWATAN (Pengambilan tindakan)

Berikut ini adalah beberapa pesan dan nasehat yang harus diberikan kepada ibu dan keluarganya Walaupun sudah diberikan pada kunjungan pertama, ibu bidan mungkin perlu mengulangi lagi pada kunjungan ini untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai pesan-pesan dan nasehat tersebut

TANDA-TANDA BAHAYA

Bayi dengan salah satu dari tanda-tanda berikut harus dirujuk ke dokter

- Menyusu dan menghisap dengan buruk/lemah
- Lethargi (tandanya dapat berupa bayi yang "terlalu baik" atau selalu tidur)
- Demam atau hypothermia
- Tidak buang air besar sampai hari ketiga/imperforate anus
- Cyanosis atau kebiruan pada bibir dan kulit
- Ikterus yang berat
- Muntah terus menerus
- Muntah disertai dengan perut kembung
- Ikterus
- Kesulitan dalam bernafas dengan teratur
- Perilaku yang tidak biasa dan menangis
- Mata mengeluarkan kotoran
- Kotoran bayi cair atau hijau tua serta bercampur lendir atau darah

1 Kebersihan

Basuh bayi dengan kain/busa setiap dua hari sekali
Bayi yang baru lahir tidak boleh dimandikan sampai tali pusatnya kering dan ujung pusatnya sudah menyembuh
Setiap kali bayi buang air kecil dan besar, bersihkan bagian perinealnya dengan air dan sabun, serta keringkan dengan baik
Kotoran bayi dapat menyebabkan infeksi sehingga harus dibersihkan

2 Menyusui -- apakah bayi mendapatkan ASI yang cukup?

Bayi harus menyusu sekurang-kurangnya tiap 2-3 jam, walaupun pada malam hari
Bayi hanya minum ASI dan harus mengalami kenaikan berat badan

3 Tidur

Selama kurang lebih 2 minggu setelah lahir, bayi tidur hampir terus menerus
Lambat laun bayi mulai terbangun lebih lama diantara waktu-waktu menyusu
Baringkan bayi kesamping atau terlentang (jangan pakai bantal)
Bayi harus dilindungi dari angin namun harus mendapat udara segar

4 Ujung tali pusat

Sampai tali pusat kering dan lepas, di daerah ini dapat terjadi infeksi sehingga harus dijaga agar bersih dan kering
Pakaian dapat menyebabkan terjadinya iritasi dan infeksi
Ibu harus mencuci sekitar tali pusat setiap hari dengan sabun dan air
Bubuhi Alkohol 70% 1-2 kali sehari
Beritahu Ibu untuk lapor ke ibu bidan bila tali pusat berbau, ada kemerahan di sekitarnya atau mengeluarkan cairan

5 Ikterus

Jika bayi agak kuning, beri ASI tiap 2 jam, dan jemur di bawah matahari selama 10 menit, tiga kali sehari Ibu juga harus banyak minum
Jika ikterus tidak berkurang setelah dua hari atau jika mata dan badan bayi kuning sekali, rujuklah

6 Imunisasi

Dalam waktu seminggu pertama, beri bayi

1) BCG untuk mencegah tubercolosis
2) vaksin polio secara oral
3) vaksin hepatitis B

☞ **Catatlah temuan ibu bidan pada catatan pasca salin untuk bayi**

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

Bidan mengunjungi Ibu Susi tiga hari setelah persalinan Pemeriksaannya normal, tetapi ibu Susi mengeluh tentang pembengkakan payudara

1 Jelaskan saran apa yang akan ibu bidan berikan untuk membantu ibu Susi dalam mengatasi pembengkakan payudaranya

2 Jelaskan dua hal yang perlu ibu bidan jelaskan mengenai

Kebersihan

1)

2)

Istirahat

1)

2)

Gizi

1)

2)

3 Jelaskan apa yang ibu bidan harapkan akan ditemukan ketika memeriksa bayi ibu Susi pada kunjungan hari ketiga setelah persalinan

Kulit

Tali pusat

Mata

Berat badan

4 Penyuluhan apa yang akan diberikan oleh ibu bidan pada ibu Susi pada kunjungan ini dalam hal

Kebersihan

Menyusui

Perawatan tali pusat

Menjaga agar bayi tetap hangat

Bandingkan jawaban dengan informasi yang ada pada latihan 5-4

LATIHAN 5-5
PERAWATAN PASCA SALIN UNTUK IBU DAN BAYI PADA DUA MINGGU SETELAH PERSALINAN

Latihan ini akan membahas perawatan dan nasehat yang harus disampaikan oleh ibu bidan pada kunjungan pasca salin 2 minggu (14 hari) setelah persalinan Ibu bidan harus terus mengamati jika ada permasalahan pada ibu dan bayi Ibu harus dianjurkan untuk terus minum pil tambah darah selama 40 hari setelah persalinan dan satu kapsul vitamin A, jika ia belum meminumnya Ibu bidan juga harus mulai menjelaskan pencegahan kehamilan dan infeksi saluran reproduksi pada ibu dan suaminya Ibu bidan harus mendorong ibu untuk menyusui secara eksklusif dan membawa bayinya untuk penimbangan dan imunisasi

A PERAWATAN UNTUK IBU

Ibu harus ditanyai dan diperiksa untuk melihat apakah keadaannya baik, uterusnya berinvolusi dengan normal, menyusui berjalan dengan baik dan untuk menemukan/mengetahui setiap masalah yang dihadapinya Pemeriksaan ibu pada kunjungan ini sama dengan yang dijelaskan pada latihan 5-3

TANYA* dan *DENGAR (Riwayat)

- Keadaan umum
- Istirahat dan tidur
- Makanan dan minuman
- Demam
- Buang air besar dan kecil
- Rasa tidak enak pada rahim
- Lochia/cairan nifas
- Nyeri perineal
- Menyusui
  - Apakah bayi menempel dengan posisi yang baik saat menyusui?
  - Apakah bayi menghisap dengan baik?
  - Payudara lunak, puting lecet atau luka, pembengkakan?
- Perasaan mengenai kemampuan untuk menjadi ibu?
- Memahami perawatan bayi yang baru lahir
- Tanda-tanda depresi
- Penggunaan obat (tablet tambah darah) dan satu kapsul Vitamin A (200 000 unit) jika ibu belum meminumnya
- Kebutuhan untuk meggunakan alat KB

LIHAT* dan *RABA (Pemeriksaan)

Jelaskan pada ibu apa yang akan dilakukan oleh ibu bidan ***Cuci*** tangan dan gunakan ***sarung tangan*** Temuan-temuan normal meliputi

Tanda-tanda vital	Suhu , nadi dan tekanan darah ibu harus normal
Payudara	Payudara harus lunak dan penuh Puting tidak boleh lecet atau luka
Uterus	Uterus harus keras, dengan ukuran yang hampir sama dengan saat sebelum kehamilan, dan tidak lunak
Lochia	Berwarna merah muda, berkurang banyaknya dan tidak berbau busuk
Daerah perineal	Bersih dan menyembuh

Buka sarung tangan dan ***cuci*** tangan setelah selesai pemeriksaan

MENGENALI MASALAH / KEBUTUHAN

Sambil ***BERTANYA* dan *MENDENGAR*** serta ***MELIHAT* dan *MERASAKAN***, ibu bidan terus mencari tanda-tanda adanya masalah pada ibu Ibu tidak boleh merasa terlalu lelah dan dapat merawat bayi dan dirinya sendiri Ibu tidak boleh mengalami perdarahan yang berlebihan atau menunjukkan tanda-tanda infeksi (demam, abdomen yang lunak dan lochia yang berbau busuk)

NASEHAT, BIMBINGAN* dan *PERAWATAN (Mengambil tindakan)

Jika memungkinkan cari waktu yang tepat untuk berbicara dengan ibu dan suaminya
Diskusikan tanggung jawab ibu dalam merawat bayinya
Diskusikan mengenai menyusui secara eksklusif
Diskusikan bagaimana agar ia bisa dengan cepat kembali ke keadaan seperti sebelum hamil
Diskusikan mengapa ibu harus terus minum pil tambah darah selama 40 hari dan satu kapsul vitamin A (jika ia belum meminumnya)
Diskusikan bagaimana mencegah kehamilan dan infeksi pada saluran repoduksi
Rencanakan untuk kembali mengunjungi ibu sebelum enam minggu jika dirasakan bahwa ibu memiliki masalah atau terlihat kurang memahami informasi yang ibu bidan berikan

☞ **Sediakan cukup waktu yang cukup untuk pertanyaan, tapi ingat, wanita yang hamil pertama kali mungkin tidak tahu pertanyaan apa harus ditanyakan Apabila diinginkan oleh ibu, biarkan suami, mertua atau teman-temannya hadir waktu diskusi Teman dan keluarga sering kali sangat menolong**

Berikut ini adalah beberapa saran dan nasehat yang harus diberikan kepada ibu dan suaminya pada kunjungan ini Bidan mungkin harus mengulangi beberapa informasi yang sudah dijelaskan pada kunjungan-kunjungan sebelumnya (Lihat latihan 5-4)

TANDA-TANDA BAHAYA

Wanita pasca salin dengan salah satu dari tanda-tanda berikut harus segera dirujuk ke rumah sakit

- ✓ Perdarahan yang berlebihan
- ✓ Demam
- ✓ Nyeri perut atau lochia yang berbau busuk

1 **Infeksi pada payudara** (Mastitis)
Jika pada payudara ibu terdapat area yang terasa sakit, panas dan berwarna merah atau jika ditemukan benjolan, kemungkinan ibu menderita infeksi pada payudara

- ✓ Katakan pada ibu untuk menyusui bayi dengan teratur dan menyusui bayi pada payudara yang sakit terlebih dahulu Ibu ***TIDAK AKAN*** menularkan infeksinya pada bayinya
- ✓ Ibu harus beristirahat dan banyak minum
- ✓ Ibu dapat meletakkan kain basah yang hangat pada payudara yang luka sebelum dan sesudah menyusui

☞ **Kunjungi ibu ini setiap hari sampai keadaannya membaik. Jika ia tidak membaik dalam dua hari, atau ibu mengalami demam, *RUJUKLAH***

2 **Infeksi Saluran Reproduksi (ISR)**

Adalah penyakit-penyakit yang ditularkan dari satu orang ke orang lain sewaktu berhubungan seks Infeksi yang sering adalah gonorea, klamidia, trikomonas, sifilis, chaneroid, herpes dan AIDS Wanita yang baru melahirkan bayi dapat terkena infeksi penyakit ini pada waktu ia melahirkan Bayi juga dapat terinfeksi melalui darah ibunya atau ketika bayi melalui vagina ibunya

Ibu harus dianjurkan untuk mendapatkan perawatan secepat mungkin, jika ia menduga bahwa ia atau bayinya telah terinfeksi Tanda-tanda infeksi pada ibu meliputi keluarnya lendir vagina yang berbau busuk atau yang menyebabkan iritasi dan rasa sakit, luka di sekitar vagina, atau rasa sakit pada bagian bawah perut yang disertai dengan demam Tanda-tanda infeksi pada bayi ialah adanya kotoran pada mata Untuk mencegah infeksi saluran reproduksi, ibu/pasangan suami-isteri dapat menggunakan kondom

3 Keluarga Berencana (KB)

Jika memungkinkan, hubungan suami-isteri sebaiknya ditunda sampai 40 hari pasca salin jika memungkinkan Sebaiknya pasangan menunggu sampai benar-benar sembuh sebelum berhubungan kembali, tetapi jika tidak memungkinkan pasangan harus menggunakan pencegah kehamilan untuk menghindari kehamilan yang tidak diinginkan

Idealnya pasangan harus menunggu sekurang-kurangnya 2 tahun sebelum ibu hamil kembali Setiap pasangan harus menentukan sendiri kapan dan bagaimana mereka ingin merencanakan tentang keluarganya Tidak ada yang bisa menentukannya untuk mereka Namun, bidan dapat membantu mereka merencanakan keluarganya dengan mengajarkan kepada mereka tentang cara mencegah kehamilan yang tidak diinginkan Pada umumnya sebagian besar metoda KB dapat dimulai 2 minggu setelah kelahiran

Biasanya wanita akan menghasilkan telur (ovulasi) sebelum ia mendapatkan lagi haidnya setelah persalinan Tidak ada cara untuk mengetahui kapan ovulasi pertama ini akan terjadi Oleh karena itu penggunaan metoda KB dibutuhkan sebelum haid pertama kembali untuk mencegah terjadinya kehamilan baru

Meskipun beberapa metoda KB mengandung risiko seperti yang pernah didengar para wanita, mengontrol kelahiran (KB) tetap lebih aman daripada kehamilan dan kelahiran Resiko-resiko penyakit yang serius atau kematian yang disebabkan oleh kehamilan jauh lebih besar daripada resiko metoda KB manapun

☞ **Wanita yang berumur kurang dari 20 tahun, atau lebih dari 35 tahun, memiliki bayi dengan jarak berdekatan (kurang dari 2 tahun), atau memiliki lebih dari 4 bayi, mempunyai resiko lebih tinggi untuk mendapatkan masalah-masalah kesehatan bahkan kematian, bahkan kematian Bayi mereka juga menghadapi resiko yang lebih besar untuk mengalami kesakitan atau kematian**

Bicarakan dengan ibu/pasangan suami-isteri mengenai KB secara terperinci Gunakan tabel pada halaman sebelah dan *Checklist Penyuluhan KB* yang terdapat pada akhir topik ini untuk membantu ibu/pasangan memilih metoda KB yang akan digunakan Di beberapa area mungkin cuma sedikit metoda yang tersedia Bidan harus menjelaskan hal-hal berikut untuk setiap metoda KB

- Bagaimana metoda ini dapat mencegah kehamilan dan efektivitasnya
- Kelebihan/keuntungannya
- Kekurangannya
- Efek sampingan
- Bagaimana menggunakan metoda itu
- Kapan metoda itu dapat mulai digunakan untuk wanita pasca salin yang menyusui

Jika seorang ibu/pasangan telah memilih metoda KB tertentu, ada baiknya untuk bertemu dengannya lagi dalam dua minggu untuk mengetahui apakah ada yang ingin ditanyakan oleh ibu/pasangan itu dan untuk melihat apakah metoda tersebut bekerja dengan baik

METODA KB UNTUK WANITA MENYUSUI

METODA	EFEKTIVITAS	BAGAIMANA MENCEGAH KEHAMILAN	KEUNTUNGAN	KEKURANGAN	PETUNJUK PENGGUNAAN UNTUK PASIEN
PILIHAN PERTAMA METODA NON-HORMONAL					
MAL (Metoda Amenore Karena Laktasi)	98%	Menunda Ovulasi	1 Tidak mengganggu menyusui 2 Tidak mahal 3 Mudah digunakan	Jika petunjuk tidak diikuti dengan baik ibu dapat mengalami ovulasi dan menjadi hamil	Hanya digunakan jika 1 Bayi berumur kurang dari enam bulan 2 Ibu memberikan *HANYA* ASI kepada bayi 3 Ibu menyusui bayi setiap kali bayi lapar (setidaknya 10 kali sepanjang hari dan satu kali sepanjang malam hari) 4 Menyusui tidak boleh berjarak lebih dar enam jam 5 Ibu belum mulai haid kembali Menggunakan metoda lain *DENGAN* metoda ini dapat memberikan perlindungan lebih terhadap kehamilan
Kondom	88%	Mencegah sperma memasuki vagina	1 Tidak mengganggu menyusui 2 Tidak mahal dan mudah didapat 3 Memberikan perlindungan tambahan ketika memulai metoda KB baru lainnya 4 Membantu mencegah ISR (Infeks Saluran Reproduksi)	1 Harus digunakan setiap kali berhubungan 2 Orang orang tertentu alergi terhadap latex atau karet pada kondom 3 Kurang efektif jika dibandingkan dengan metoda lainnya (jika digunakan dengan metoda lain seperti spermisida efektivitasnya meningkat)	1 Gunakan kondom pada penis yang sedang ereksi *SEBELUM* memasuki vagina 2 Tunggu sampai vagina basah sebelum memasukinya (vagina yang kering dapat menyebabkan kondom robek) 3 Jangan menggunakan petroleum jelly untuk melicinkan ini dapat menyebabkan karet menjadi melemah 4 Pakailah kondom sampai ke ujung penis yang sedang ereksi 5 Tinggalkan 1 1/2 cm ruang kosong pada ujung kondom 6 Keluarkan penis dari vagina ketika masih mengeras (sehingga kondom tidak lepas di dalam vagina) 7 Ketika mengeluarkan penis pegang pinggiran kondom untuk mencegah tumpahan sperma 8 Buka kondom dan buang di tempat yang aman 9 Simpan kondom pada tempat yang sejuk dan kering (panas dapat menyebabkan karet melemah)

METODA	EFEKTIVITAS	BAGAIMANA MENCEGAH KEHAMILAN	KEUNTUNGAN	KEKURANGAN	PETUNJUK PENGGUNAAN UNTUK PASIEN
PILIHAN PERTAMA METODA NON-HORMONAL (LANJUTAN)					
Spermisida	79%	Mematikan sperma yang memasuki vagina	1 Tidak mengganggu menyusui 2 Menambah basahnya vagina selama bersetubuh 3 Meningkatkan efektivitas kondom 4 Membantu mencegah ISR	1 Harus digunakan setiap kali berhubungan 2 Orang orang tertentu alergi pada spermisida 3 Kurang efektif jika dibandingkan dengan metoda lainnya (jika digunakan dengan metoda lain seperti kondom efektivitasnya meningkat)	1 Gunakan metoda ini setiap kali bersetubuh 2 Cuci tangan sebelum memasukkannya 3 Jika menggunakan bentuk foam (busa) bisa segera efektif 4 Jika menggunakan bentuk tablet krim atau jelly tunggu 10 menit agar menghangat dan menutupi vagina 5 Jika seorang laki laki mengalami ejakulasi lebih dari satu kali spermisida yang baru harus dimasukkan kembali setiap kalinya 6 Jangan membersihkan vagina dalam sekurangnya 8 jam setelah bersetubuh
IUD	99%	Mencegah sperma bersatu dengan telur	1 Tidak mengganggu menyusui 2 Sangat efektif 3 Mudah digunakan 4 Tidak perlu mengingat untuk menggunakannya sebelum bersetubuh 5 Baik untuk wanita yang tidak ingin anak lagi 6 Bertahan lama beberapa IUD dapat bertahan sampai 8 tahun	1 Tidak melindungi dari ISR 2 Sebaiknya tidak digunakan oleh wanita yang beresiko tinggi untuk terjangkit ISR 3 Dapat memperburuk infeksi uterus yang dapat menyebabkan kesulitan untuk hamil di kemudian hari	1 Ibu harus memastikan diri bahwa sedang tidak hamil sebelum IUD dipasang 2 Sebaiknya ibu ditemani oleh anggota keluarga atau teman ketika pergi untuk dipasang IUD 3 Ibu harus sering memeriksa benang di vagina untuk memastikan bahwa IUD masih di sana 4 IUD dapat lepas 5 Dapat menambah perdarahan haid dan sakit perut selama haid serta menimbulkan bercak darah di antara haid (tidak pada semua wanita) 6 Jika ibu terlambat haid segera temui bidan atau dokter 7 Jika ibu mengira menderita ISR segera temui bidan atau dokter

METODA	EFEKTIVITAS	BAGAIMANA MENCEGAH KEHAMILAN	KEUNTUNGAN	KEKURANGAN	PETUNJUK PENGGUNAAN UNTUK PASIEN
PILIHAN PERTAMA METODA NON-HORMONAL (LANJUTAN)					
Sterilisasi (Wanita)	Hampir 100%	Menutup tuba wanita sehingga sperma tidak dapat bersatu dengan telur	1 Tidak mengganggu menyusui 2 Metoda KB yang paling efektif dan segera efektif 3 Setelah operasi dilakukan tidak memerlukan perlindungan lain 4 Tidak mempengaruhi hubungan badan	1 Tidak melindungi dari ISR 2 Membutuhkan prosedur operasi 3 Kemungkinan kecil terjadi komplikasi operasi	1 Ibu harus yakin tidak ingin menambah anak lagi karena metoda ini *PERMANEN* 2 Sebaiknya ibu ditemani oleh anggota keluarga atau teman ketika dioperasi 3 Ibu harus beristirahat sekurangnya dua hari setelah dioperasi (aturlah agar ada yang membantu ibu di rumah) dan hanya mengerjakan pekerjaan ringan selama 2 7 hari 4 Tidak berhubungan selama satu minggu setelah operasi 5 Jika ibu merasa hamil setelah dioperasi segera temui dokter
Sterilisasi (Laki laki)	Hampir 100%	Menutup tuba laki laki sehingga sperma tidak dapat bertemu dengan telur	1 Tidak mengganggu menyusui 2 Lebih murah daripada sterilisasi wanita 3 Metoda KB laki laki yang paling efektif 4 Dapat dilakukan kapan saja 5 Operasi yang mudah dan aman	1 Tidak melindungi dari ISR 2 Membutuhkan prosedur ISR 3 Kemungkinan kecil mengalami komplikasi 4 Mungkin mengalami rasa sakit pembengkakan atau lebam pada daerah skrotum beberapa hari setelah operasi	1 Pasangan suami isteri harus yakin bahwa mereka tidak ingin menambah anak lagi karena ini metoda yang PERMANEN 2 Setelah operasi seorang laki laki harus tetap menggunakan kondom saat bersetubuh setidak tidaknya pada 10 kali pertama (karena mungkin ada sperma yang tertinggal pada tuba) 3 Operasi ini TIDAK MEMPENGARUHI kemampuan atau kenikmatan seks 4 Jangan sampai skrotum tertekan dan beristirahatlah selama 2 3 hari setelah operasi (jangan mengendarai sepeda atau berjalan jauh selama waktu itu) dan jangan bekerja keras selama satu minggu 5 Jangan mandi atau menyiram daerah kemaluan selama 2 hari setelah vasektomi

METODA	EFEKTIVITAS	BAGAIMANA MENCEGAH KEHAMILAN	KEUNTUNGAN	KEKURANGAN	PETUNJUK PENGGUNAAN UNTUK PASIEN
PILIHAN KEDUA METODA YANG HANYA MENGANDUNG PROGESTIN					
Pill mini	90 4 98% Hampir 100% pada wanita yang menyusui	Mencegah pembuatan dan pelepasan telur Menutup serviks dengan lendir tebal	1 Tidak memberi efek negatif pada menyusui ASI atau pertumbuhan janin 2 Efektivitasnya lebih tinggi pada wanita yang menyusui 3 Dapat menyebabkan berkurangnya perdarahan dan sakit perut selama haid 4 Tidak memiliki efek estrogen seperti sakit kepala atau tekanan darah tinggi 5 Dapat digunakan untuk wanita yang mengalami permasalahan bila minum pil estrogen	1 Harus ingat untuk minum satu pil setiap harinya 2 Sangat penting untuk minum pil *PADA WAKTU YANG SAMA* setiap hari (jika tidak kemungkinan pelepasan telur menjadi lebih besar) 3 Dapat mengakibatkan haid tidak teratur atau tidak haid dan bercak perdarahan di antara haid 4 Tidak seefektif metoda lainnya 5 Tidak melindungi dari ISR	1 Harus minum pil *PADA WAKTU YANG SAMA* setiap harinya 2 Harus minum pil setiap hari tidak boleh terlewat seharipun 3 Gunakan metoda KB lainnya sebagai pelindung pada a 7 hari pertama setelah minum pil b Selama ibu mengalami muntah muntah atau diare dan sampai selama 48 jam setelah sembuh 4 Jika ibu lupa minum a *SATU PIL* 1) Minum pil yang lupa diminum itu segera 2) Minum pil yang harus diminum hari itu pada waktu biasa 3) Gunakan metoda KB lainnya sebagai pelindung selama 48 jam b *DUA ATAU LEBIH PIL* 1) Minum dua pil sehari selama dua hari 2) Gunakan metoda KB lainnya sebagai pelindung selama 7 hari 3) Jika haid tidak mulai dalam 4 6 minggu temui bidan atau dokter untuk memeriksa kehamilan 5 Pada masa pasca salin ibu harus mulai berpikir untuk mengganti dengan pil kombinasi (estrogen dan progestin) setelah 6 bulan 6 Perlindungan yang diberikan oleh metoda KB ini berhenti segera setelah ibu berhenti minum pil 7 Jika ibu ingin hamil tunggu sampai 2 3 bulan setelah berhenti minum pil (pada saat itu gunakan metoda KB lain)

METODA	EFEKTIVITAS	BAGAIMANA MENCEGAH KEHAMILAH	KEUNTUNGAN	KEKURANGAN	PETUNJUK PENGGUNAAN UNTUK PASIEN
PILIHAN KEDUA METODA YANG HANYA MENGANDUNG PROGESTIN (LANJUTAN)					
Suntikan	99 2%	Mencegah pembuatan dan pelepasan telur Menutup serviks dengan lendir tebal	1 Tidak memberi efek negatif pada menyusui ASI atau pertumbuhan bayi 2 Sangat efektif 3 Bertahan lama (disuntikkan setiap 3 bulan) 4 Mudah digunakan 5 Dapat digunakan oleh wanita yang mengalami masalah dengan pil estrogen 6 Tidak mengganggu hubungan badan 7 Baik bagi wanita yang lebih tua atau tidak ingin menambah anak	1 Tidak melindungi dari ISR 2 Setelah berhenti mungkin tidak akan mengalami pembuahan selama 9 12 bulan 3 Dapat menyebabkan haid tidak teratur atau tidak haid 4 Dapat meningkatkan selera makan dan berat badan	1 Menggunakan metoda KB lainnya sebagai pelindung selama 2 minggu pertama setelah penyuntikan 2 Kembali untuk mendapatkan suntikan berikutnya setiap 3 bulan 3 Efek sampingan tidak sama pada setiap wanita tetapi dapat berupa perubahan siklus haid (haid tidak teratur tidak haid bercak darah di antara haid) meningkatnya selera makan dan berat badan 4 Karena ovulasi dapat tertunda sampai 9 12 bulan setelah berhenti mengggunakan metoda ini MUNGKIN MEMBUTUHKAN WAKTU YANG LEBIH LAMA UNTUK HAMIL KEMBALI
Norplant	99 8% pada tahun pertama Menurun menjadi 98 9% pada tahun ke lima	Mencegah pembuatan dan pelepasan telur Melapisi serviks dengan lendir tebal	1 Tidak memberi efek negatif pada menyusui ASI atau pertumbuhan janin 2 Sangat efektif 3 Bertahan lama (5 tahun) 4 Mudah digunakan 5 Dapat menyebabkan haid sedikit atau tidak haid 6 Dapat digunakan oleh wanita yang mengalami masalah dengan pil estrogen 7 Tidak mengganggu hubungan badan 8 Baik bagi wanita yang lebih tua atau tidak ingin menambah anak 9 Tidak menunda terjadinya pembuahan setelah berhenti menggunakan metoda ini	1 Tidak melindungi dari ISR 2 Lebih mahal pada mulanya 3 Dapat menyebabkan haid tidak teratur atau tidak haid 4 Dapat meningkatkan selera makan dan berat badan 5 Membutuhkan prosedur operasi ringan untuk memasukkan dan mengeluarkannya	1 Efektif 24 jam setelah dimasukkan 2 Efek sampingannya tidak sama pada setiap wanita tetapi dapat berupa perubahan pada siklus haid (haid tidak teratur tidak haid atau bercak darah di antara haid) meningkatnya selera makan dan berat badan jerawat payudara menegang 3 Jika ibu merasa sakit di tempat implant temui Bidan atau dokter 4 Perlu dilepas sesudah 5 tahun

METODA	EFEKTIVITAS	BAGAIMANA MENCEGAH KEHAMILAN	KEUNTUNGAN	KEKURANGAN	PETUNJUK PENGGUNAAN UNTUK PASIEN
PILIHAN KETIGA ESTROGEN DAN PROGESTIN					
Pil Kombinasi	95 3 99 9%	Mencegah pembuatan dan pelepasan telur	1 Dapat mengurangi perdarahan dan sakit perut selama haid 2 Tidak mempengaruhi hubungan badan 3 Sangat efektif 4 Mudah digunakan	1 Dapat menurunkan jumlah ASI yang dihasilkan wanita 2 Hormon dapat masuk ke tubuh bayi melalui ASI 3 Harus ingat untuk minum pil setiap hari 4 Tidak melindungi dari ISR 5 Mahal untuk sebagian wanita 6 Efek sampingan yang mungkin terjadi seperti mual sakit kepala meningkatnya tekanan darah bercak darah di antara haid peningkatan berat badan depresi	1 Gunakan metoda KB lainnya sebagai pelindung pada bulan pertama penggunaan pil 2 Minum satu pil setiap harinya (jika mendapatkan paket yang berisi 28 pil) pada waktu yang sama 3 Gunakan metoda pelindung lainnya sampai selama mengalami muntah muntah atau diare dan selama 48 jam pertama setelah sembuh 4 Jika ibu lupa minum a *SATU PIL* 1) Minum pil yang lupa diminum itu segera 2) Minum pil yang harus diminum hari itu pada waktu biasa 3) Gunakan metoda pelindung lain selama bulan itu b *DUA PIL* 1) Minum dua pil sehari selama dua hari 2) Gunakan metoda KB lainnya sebagai pelindung lain selama bulan itu c *TIGA PIL* 1) Minum dua pil selama tiga hari 2) Gunakan metoda pelindung lain selama bulan itu 3) Pertimbangkan untuk menggunakan metoda lain jika mengalami kesulitan dalam mengingat untuk minum pil 5 Efek perlindungan berhenti begitu ibu berhenti minum pil 6 Jika ibu ingin hamil tunggu 2 3 bulan setelah berhenti minum pil (pada saat itu gunakan metoda KB lain)

SAAT METODA KB DAPAT DIMULAI UNTUK WANITA PASCA SALIN YANG MENYUSUI

METODA	PERSALINAN	4 MINGGU	6 MINGGU	6 BULAN
PILIHAN PERTAMA				
MAL	⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨			
KONDOM	⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨			
SPERMISIDA	⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨			
IUD	⇨⇨⇨⇨		⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨	
STERILISASI	⇨⇨⇨⇨		⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨	
PILIHAN KEDUA				
PIL MINI		⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨		
SUNTIKAN		⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨		
NORPLANT		⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨⇨		
PILIHAN KETIGA				
PIL KOMBINASI				⇨⇨⇨⇨

☞ **Pasangan harus menunggu sampai 6 bulan setelah persalinan untuk menggunakan pil kombinasi (estrogen dan progesterone) sehingga banyaknya ASI yang dihasilkan ibu tidak berkurang Namun bila pil yang hanya mengandung progestin saja atau metoda KB lain tidak tersedia, pil kombinasi dapat mulai dipakai pada 4 bulan setelah persalinan**

METODA AMENORE KARENA LAKTASI (MAL)

MAL adalah metoda KB yang memanfaatkan proses menyusui untuk mencegah kehamilan selama enam bulan pertama setelah persalinan dan sebelum haidnya kembali ***Hal-hal di bawah ini harus dilakukan agar metoda ini dapat berjalan baik***

MAL HANYA DAPAT BEKERJA BILA

1 Bayi berumur kurang dari 6 bulan

2 Ibu hanya memberikan ASI pada bayi

3 Ibu menyusui setiap kali bayi merasa lapar , sekurangnya 10 kali sehari dan sekurangnya 1 kali pada malam hari

4 Menyusui tidak boleh berjarak lebih dari 6 jam

5 Ibu belum mengalami haid bulanannya

Menyusui dapat menjadi metoda KB yang efektif selama 6 bulan setelah persalinan Jika 100 wanita menggunakan metoda ini dengan baik dalam 6 bulan setelah persalinan, diperkirakan hanya 2 yang menjadi hamil Namun, wanita menyusui yang pasti tidak ingin hamil atau tidak mengikuti ***ketentuan yang diharuskan agar MAL bekerja*** harus menggunakan metoda lainnya juga

☞ **Segera setelah makanan tambahan diberikan, metoda KB yang lain (pil, Depo Provera, IUD, Norplant, metoda penghambatan atau sterilisasi) *HARUS* digunakan**

☞ **Catat temuan ibu bidan pada catatan pasca salin untuk ibu**

B PERAWATAN BAYI

Ibu harus ditanya mengenai keadaan bayi sebab ia akan memperhatikan jika ada sesuatu yang tidak baik pada bayi Tanyakan bagaimana bayi menyusu Bayi yang sedang sakit tidak akan menyusu dengan baik Bidan juga perlu memeriksa bayi dan memberikan perhatian khusus pada setiap masalah yang ibu rasakan Pemeriksaan yang dilakukan sama dengan pemeriksaan bayi yang dijelaskan pada latihan 5-3

TANYA* dan *DENGAR (Riwayat)

- ✓ Apakah bayi menyusu dengan baik?
  - Seberapa sering?
  - Apakah bayi kencing 6-8 kali sehari?
  - Apakah bayi menyusu setidaknya setiap 2-3 jam?
  - Apakah bayi mendapatkan kolostrum/ASI?
- ✓ Apakah ada kotoran pada mata bayi?
- ✓ Apakah tali pusat bayi sudah sembuh ? Apakah baunya busuk?
- ✓ Bagaimana bayi tidur?
- ✓ Apakah warna kotorannya? Seberapa sering ia buang air besar?

LIHAT* dan *RABA (Pemeriksaan)

Jelaskan apa yang akan dilakukan oleh bidan kepada ibu Sambil memeriksa bayi, jelaskan pada ibu apa yang ditemukan ***Cuci*** tangan dan kenakan ***sarung tangan*** terlebih dahulu Temuan-temuan normal meliputi

✓	Keadaan umum	Aktif ketika sedang bangun
✓	Pernapasan	Bernapas dengan mudah 30-40 kali permenit
✓	Suhu	Hangat waktu disentuh Suhu berkisar antara 36,5-37,2° C
✓	Berat	Lebih berat daripada ketika lahir
✓	Kepala	Bagian yang lunak tidak tertekan atau menonjol keluar
✓	Mata	Tidak boleh mengandung kotoran
✓	Mulut	Periksa hisapannya dengan melihat caranya menyusu
✓	Refleks	Memiliki refleks Moro yang baik
✓	Kulit	Tidak kuning (ikterus), biru (cyanosis) atau kering
✓	Pusar	Sudah lepas pada kunjungan 2 minggu pasca salin

Lepaskan sarung tangan* dan *cuci tangan ibu bidan setelah menyelesaikan pemeriksaan

MENGENALI MASALAH / KEBUTUHAN

Sambil ***BERTANYA*** **dan** ***MENDENGAR*** serta ***MELIHAT*** **dan** ***MERABA,*** bidan mencari tanda-tanda masalah pada bayi Bayi mungkin sedang tidur, tetapi ia harus bernapas dengan mudah, warna tubuh merah muda dan hangat jika disentuh Ketika sedang bangun, bayi harus menghisap dengan baik dan menangis dengan kuat Bayi harus mengalami kenaikan berat badan

NASEHAT, PENYULUHAN **dan** ***PERAWATAN*** (Mengambil tindakan)

Berikut ini adalah beberapa pesan dan nasehat yang harus diberikan kepada ibu pada kunjungan ini Ibu bidan mungkin harus menjelaskan kembali beberapa hal yang sudah dijelaskan pada kunjungan sebelumnya (Lihat latihan 5-4)

TANDA-TANDA BAHAYA

Bayi dengan salah satu dari tanda-tanda berikut harus dirujuk ke dokter

- Menyusu dan menghisap dengan lemah
- Lethargi
- Demam atau hypothermia
- Cyanosis atau kebiruan pada bibir dan kulit
- Ikterus yang berat
- Muntah terus menerus
- Muntah disertai dengan perut kembung
- Perilaku yang tidak biasa dan menangis
- Mata mengeluarkan kotoran
- Kotoran bayi cair atau hijau tua serta bercampur lendir atau darah

1 **Menyusui -- apakah bayi mendapatkan ASI yang cukup?**

- Bayi harus menyusu sekurang-kurangnya tiap 2-3 jam sekali, walaupun pada malam hari
- Bayi hanya minum ASI dan harus mengalami kenaikan berat badan
- Bayi harus lebih berat daripada ketika lahir

2 **Imunisasi**

Bayi harus mendapatkan imunisasi berikut

1) BCG untuk mencegah tubercolosis
2) Vaksin polio secara oral
3) Vaksin hepatitis B

☞ **Catat temuan ibu bidan pada catatan pasca salin untuk bayi**

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

Ibu bidan mengunjungi Ibu Susi dan bayinya 2 minggu setelah persalinan

1 Jelaskan 6 pertanyaan yang dapat ditanyakan pada ibu Susi pada kunjungan ini

1

2

3

4

5

6

2 Ibu Susi mengeluh bahwa ASInya tidak cukup banyak Bagaimana ibu bidan dapat menentukan apakah ibu Susi memiliki ASI yang cukup?

3 Saran apa yang dapat ibu bidan berikan kepada ibu Susi untuk meningkatkan jumlah ASInya?

4 Apa yang ibu bidan harapkan akan ditemukan waktu memeriksa bayi ibu Susi pada kunjungan ini?

Berat badan

Tali pusat

Mata

Kulit

Bandingan jawaban dengan informasi yang ada pada latihan 5-5

LATIHAN 5-6
PERAWATAN PASCA SALIN
6 MINGGU SETELAH PERSALINAN

Pada saat ini ibu dan bayi harus diperiksa untuk

1 Memastikan bahwa alat-alat reproduksi ibu sudah kembali ke keadaan sebelum hamil

2 Memastikan bahwa laktasi berjalan baik, dan berat badan bayi meningkat

3 Melihat hubungan antara ibu dan bayi

4 Memulai penggunaan alat KB atau memulai penyuluhan KB, jika belum dimulai

5 Menganjurkan ibu untuk membawa bayinya ke posyandu untuk penimbangan dan imunisasi Bayi harus mendapatkan imunisasi DPT 1 pada usia 2 bulan, DPT 2 satu sampai dua bulan berikutnya, dan imunisasi campak pada usia 9 bulan

Riwayat (***TANYA* dan *DENGAR***) dan pemeriksaan (***LIHAT* dan *RABA***) untuk ibu dan bayi sama dengan kunjungan-kunjungan sebelumnya Ikuti checklist keterampilan untuk kunjungan 6 minggu pasca salin untuk ibu dan bayi serta untuk memberikan penyuluhan KB

LATIHAN 5-7
PENCATATAN

Catatan kelahiran pada umumnya diharuskan ada oleh pemerintah Dibeberapa tempat, hal ini menjadi tanggung jawab bidan, di beberapa tempat lain menjadi tugas ayahnya Bidan harus mengetahui aturan yang berlaku untuk daerahnya dan bertindak sesuai dengan ketentuan Informasi yang biasanya diperlukan adalah

1 Nama ibu

2 Nama ayah

3 Alamat

4 Tanggal dan jam lahir

5 Jenis kelamin bayi

6 Nama bidan

"Catatan pasca salin" dipergunakan bidan untuk mengikuti perkembangan ibu dan bayinya Bidan memberikan perawatan pada ibu dan bayinya segera setelah persalinan dan dalam 6 jam setelah persalinan, pada hari ketiga, pada dua minggu serta 6 minggu setelah persalinan Pencatatan tentang temuan-temuan dan perawatan yang diberikan penting untuk dilakukan Di halaman berikut terlampir contoh formulir pencatatan perawatan pasca salin yang dapat digunakan untuk ibu maupun anak

IBU YANG MELAHIRKAN Nama _____ G / P/AB _____ Melahirkan Tanggal _____ Jam _____

Tempat Persalinan _____ Perineum (Lingkari salah satu) Utuh/ Episiotomi/ Laserasi

KETERANGAN Komplikasi _____

CATATAN MASA NIFAS IBU

PROSES		Kunjungan #1 (6 12 JAM)	Kunjungan #2 (3 HARI)	Kunjungan #3 (2 MINGGU)	Kunjungan #4 (6 MINGGU)
TANGGAL + JAM					
TANYA/ DENGAR	Umum				
	Perdarahan				
	Makanan				
	Kandung Kemih				
	Lain lain				
LIHAT/ RABA	Tanda tanda vital (N TD Suhu)				
	Payudara				
	Rahim				
	Lochia				
	Perineum				
	Lain lain				
TENTUKAN MASALAH KEBUTUHAN					
LAKUKAN TINDAKAN YANG TEPAT	Penyuluhan	Tanda Bahaya Kebersihan Gizi ASI Lain lain	Tanda Bahaya Kebersihan Istirahat Gizi Latihan ASI Lain lain	Tanda Bahaya ASI Saluran reproduksi Infeksi Keluarga Berencana Lain lain	Keluarga Berencana Lain lain
	Tindakan lain		Tablet Besi # _____ Vitamin A Kapsul 200 000 units_____		
	Rujukan				

IBU YANG MELAHIRKAN Nama _____ Apgar _____ Jenis kelamin _____

KETERANGAN Komplikasi _____

CATATAN BAYI

PROSES		Kunjungan #1 (6 12 JAM)	Kunjungan #2 (3 HARI)	Kunjungan #3 (2 MINGGU)	Kunjungan #4 (6 MINGGU)
TANGGAL + JAM					
TANYA/ DENGAR	Umum				
	ASI				
LIHAT/ RABA	Umum				
	Pernafasan				
	Suhu				
	Berat				
	Mata				
	Mulut				
	Gerak Refleks				
	Kulit				
	Tali pusat				
	Lain lain				
TENTUKAN MASALAH KEBUTUHAN					
LAKUKAN TINDAKAN YANG TEPAT	Penyuluhan	Tanda Bahaya ASI Lain lain	Tanda Bahaya Kebersihan ASI Tidur Tali pusat Kuning Imunisasi Lain lain	Tanda Bahaya ASI Imunisasi Lain lain	ASI Imunisasi KMS Lain lain
	Tindakan lain	Perawatan tali pusat Perawatan mata Menunda memandikan			
	Rujukan				

APA YANG TELAH SAYA PELAJARI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Sebutkan perubahan fisik yang terjadi pada ibu Susi enam minggu setelah melahirkan bayi

2 Jelaskan apa yang dapat ibu bidan dan yang lainnya lakukan untuk membantu bayi ibu Susi yang baru lahir menyesuaikan diri setelah persalinan agar bisa memenuhi kebutuhan

Oksigen

Makanan

Kehangatan

3 Ibu Susi melahirkan 2 jam yang lalu Bagaimana ibu bidan dapat menentukan bahwa ia tidak mengalami perdarahan yang berlebihan pada waktu ini?

4 Jika Ibu bidan memutuskan bahwa ibu Susi mengalami perdarahan terlalu banyak, apa yang harus dilakukan oleh ibu bidan?

5 Ibu bidan mengunjungi ibu Susi tiga hari setelah persalinan Puting payudaranya lecet Jelaskan tiga hal yang dapat dilakukan untuk menanggulangi masalah ini

1)

2)

3)

6 Waktu memeriksa bayi ibu Susi tiga hari setelah persalinan, apa yang ibu bidan harapkan akan ditemukan dalam pemeriksaan

Mata

Kulit

Tali pusat

Berat badan

7 Jelaskan apa yang ibu Susi perlu lakukan agar dapat menggunakan menyusui sebagai metode pencegahan kehamilan

8 Jelaskan metode KB lainnya yang tersedia untuk Ibu Susi dan suaminya pada enam minggu setelah persalinan

Bandingkan jawaban ibu bidan dengan jawaban yang ada pada Topik ini

Kaji ulang informasi yang tidak dimengerti dengan jelas

Latih keterampilan dengan menggunakan checklist ketrampilan

Peragakan ketrampilan pasca salin dengan disaksikan dan diberi umpan balik oleh rekan sekerja , menggunakan checklist ketrampilan Perawatan untuk Ibu dan Bayi pada

1) ***Enam jam pertama setelah persalinan***
2) ***Tiga hari setelah persalinan***
3) ***Dua minggu setelah persalinan***
4) ***Enam minggu setelah persalinan***
5) ***Penyuluhan Keluarga Berencana***

Jika ibu bidan tidak memiliki rekan sekerja, latih ketrampilan ini dengen menggunakan checklist ketrampilan dan beri penilaian sendiri Ulangi latihan ini sebanyak lima kali dan catat kemajuan yang dirasakan

TOPIK 6
BEKERJA DENGAN ANGGOTA MASYARAKAT

PENDAHULUAN

Suatu keluarga terdiri dari suami, istri, anak-anak dan anggota keluarga lainnya yang hidup dibawah satu atap dan berinteraksi dengan erat Keluarga merupakan bagian dari masyarakat Suatu masyarakat adalah orang-orang yang hidup bersama dan saling bekerja sama Masyarakat akan mengusahakan agar sebanyak mungkin keluarga dalam masyarakat tersebut mempunyai pekerjaan, memiliki tanah, serta mendapatkan cukup makanan dan air bersih Makanan bergizi dengan jumlah yang cukup, air bersih serta kasih sayang penting bagi kesehatan seorang ibu hamil atau ibu yang sedang menyusui

Semakin lama seorang bidan berpraktek, semakin banyak ia mengetahui bahwa banyak hal yang menyebabkan mengapa seorang wanita sulit mempertahankan kesehatannya Alasan tersebut diantaranya kemiskinan, kurangnya pelayanan kesehatan, kurangnya pendidikan, kepercayaan (tahyul) yang merugikan dan sikap suami atau keluarga yang tidak mendukung Seorang bidan dapat bekerja sama dengan wanita secara perseorangan untuk mengatasi masalah-masalah tersebut Namun seringkali masalah-masalah tersebut juga merupakan masalah di dalam masyarakat Untuk mengatasinya masyarakat harus dilibatkan pula

Adalah tugas seorang bidan untuk bekerja bagi masyarakatnya Bidan harus bekerja sama dengan anggota masyarakat untuk memberi pelayanan kesehatan yang mereka butuhkan atau inginkan Bila suatu kelompok masyarakat menginginkan pelayanan kesehatan yang lebih baik, mereka dapat menyediakan uang untuk membeli obat-obatan, atau mendirikan tempat bersalin Masyarakat dapat juga menyediakan orang-orang yang ingin membantu, yang dapat dilatih untuk memberikan perawatan Bidan harus menanyakan kepada masyarakat tentang pelayanan yang telah diberikan Apa yang dianggap baik dari pelayanan tersebut? Hal apa yang dianggap kurang baik? Apa yang menurut mereka dapat dilakukan untuk memperbaikinya?

TUJUAN

Setelah menyelesaikan Topik ini ibu bidan akan dapat

1 Melakukan pertemuan dengan tokoh masyarakat

2 Melakukan pertemuan dengan anggota masyarakat untuk menggali apa yang diketahui oleh masyarakat mengenai bidan dan pelayanan yang diberikan oleh bidan

3 Melakukan pertemuan kedua dengan anggota masyarakat untuk menyusun rencana kegiatan pendidikan/penyuluhan kesehatan

4 Memberikan pendidikan, nasehat dan penyuluhan mengenai kesehatan, untuk perseorangan atau kelompok dengan topik yang ada dalam ***Perawatan Ibu Sehat dan Bayi Sehat***

APA YANG TELAH SAYA KETAHUI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Apakah suatu masyarakat itu?

2 Tulislah hal-hal apa saja yang dapat menyebabkan mengapa wanita sering mengalami hambatan untuk menjadi sehat?

3 Apakah rencana pendidikan kesehatan itu?

4 Tulislah lima pelajaran mengenai ibu dan bayi yang dapat ibu bidan jelaskan ketika memberikan penyuluhan kesehatan di masyarakat

LATIHAN 6-1
MENCARI TAHU TENTANG MASYARAKAT

Menganjurkan perubahan dalam perilaku melalui pendidikan kesehatan tidaklah mudah Perlu dipahami bahwa ada beberapa tahapan dalam proses tersebut

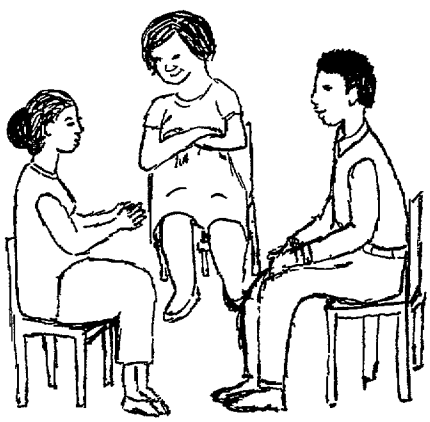
LANGKAH 1 BERTEMU DENGAN TOKOH MASYARAKAT

Adakan pertemuan dengan tokoh masyarakat Ini mungkin melibatkan pemuka desa, pemimpin agama, kepala desa atau pemimpin desa lainnya Dalam diskusi ibu bidan

1) Perkenalkan diri ibu bidan dan ceritakan mengenai minat ibu bidan untuk meningkatkan kesehatan keluarga di masyarakat
2) Mintalah bantuan mereka untuk mengindentifikasi masalah yang mengganggu kesehatan ibu dan bayi
3) Mintalah dukungan mereka, misalnya dalam memperoleh informasi yang diperlukan agar bersama-sama dapat dibuat rencana perbaikan kesehatan

LANGKAH 2 BELAJAR TENTANG ANGGOTA MASYARAKAT UNTUK MENGETAHUI APA YANG INGIN MEREKA PELAJARI ATAU UBAH

Setelah ibu bidan tahu apa yang diinginkan oleh masyarakat, perlu pula diketahui bagaimana dan mengapa mereka melakukan sesuatu Ibu bidan harus mengetahui cara kehidupan mereka, makanan apa dimakan oleh ibu-ibu hamil, dan dimana ibu hamil biasanya melahirkan Biasanya tidak mungkin untuk mengetahui segalanya sekaligus Banyak hal bisa diketahui dengan cara berdiskusi dengan ibu-ibu atau bapak-bapak di klinik Kunjungi ibu hamil di rumahnya jika memungkinkan Beberapa orang mungkin ragu-ragu mengemukakan masalahnya didepan orang lain Jadi, aturlah waktu dan tempat dimana ibu bidan dapat berbincang-bincang secara tenang tanpa didengar orang lain Usahakan agar ibu hamil merasa bahwa ibu bidan menaruh perhatian terhadap masalahnya dan betul-betul ingin menolongnya



Belajar tentang anggota masyarakat

LANGKAH 3 BUATLAH DAFTAR PERUBAHAN-PERUBAHAN ATAU HAL-HAL YANG AKAN DIAJARKAN

Ibu bidan akan mengetahui dari perorangan atau kelompok masyarakat hal-hal yang ingin mereka ubah atau pelajari Mungkin ibu bidan tidak dapat menolong dalam semua hal yang ditemukan/ dikemukakan, tetapi ibu bidan dapat menyarankan dimana mereka dapat memperoleh bantuan lainnya

LANGKAH 4 BUATLAH PERENCANAAN TENTANG BAHAN PELAJARAN YANG AKAN DIAJARKAN

Rencana pendidikan kesehatan untuk klinik kesehatan ibu adalah berupa daftar perubahan-perubahan perilaku yang perlu dilakukan, sehingga ibu bidan dapat mengajarkan kepada keluarga untuk melakukan perubahan tersebut Setiap pelajaran harus diberi judul, misalnya Makanan yang Dibutuhkan Ibu Hamil, Perawatan Tali Pusat Bayi yang Baru Lahir, atau KB untuk Keluarga Rencana pendidikan kesehatan merupakan suatu daftar pelajaran

☞ **Lihatlah *PESAN-PESAN DAN NASEHAT* di topik 2 dan 5 dalam manual ini sebagai pedoman untuk menentukan bahan pelajaran Ingatlah mengajar harus secara aktif dan menarik**

LANGKAH 5 BERKAWANLAH DENGAN ORANG-ORANG YANG AKAN IBU BIDAN AJARI

Orang-orang akan lebih mudah belajar bila mereka menganggap ibu bidan sebagai kawan Berilah salam kepada orang-orang tersebut sebelum ibu bidan mulai menanyakan masalah mereka Bersikaplah bersahabat, sopan dan menghargai ibu-ibu dan bapak-bapak Bila seorang ibu telah melakukan sesuatu dengan baik, pujilah segera Selalu ucapkan salam sebelum ibu bidan mengakhiri penyuluhan dan ucapkan sampai berjumpa lagi

LANGKAH 6 TUNJUKKAN PADA MEREKA BAHWA MEREKA BISA MENCAPAI APA YANG MEREKA INGINKAN

Bantu ibu-ibu menyadari bahwa ada jalan keluar bagi masalahnya dengan merubah perilakunya Apakah ia selalu merasa lapar? Mungkin ia dapat membantu seseorang di kebunnya sehingga mereka dapat berbagi bahan makanan Apakah ia terlalu lelah ketika sedang hamil? Mungkin ia dapat mengajak suaminya untuk bicara dengan ibu bidan, agar si suami dapat mengerti mengapa seorang wanita hamil memerlukan lebih banyak istirahat

LANGKAH 7 CATATLAH BAHAN PELAJARAN YANG TELAH DIAJARKAN, TANGGAL DIBERIKANNYA, DAN JUMLAH YANG HADIR

Bila ibu bidan memberi pelajaran kepada sekelompok wanita tentang bahan makanan yang penting dalam kehamilan, catatlah hal ini dalam jurnal ibu bidan Bila ibu bidan menyuluh tentang cara-cara KB, buatlah catatan pada kartunya agar ibu bidan dapat melanjutkannya dikemudian hari Gunakan rencana ibu bidan sehingga semua bahan pelajaran tercakup dan ibu bidan tidak mengulang topik yang sudah dibahas kecuali jika dibutuhkan Catatan juga diperlukan untuk evaluasi Jika ibu bidan telah membicarakan KB dengan seseorang, dan pada saat berikutnya mereka telah lupa, ibu bidan mungkin perlu merubah cara pendekatan atau cara ibu bidan mengajar

LANGKAH 8 EVALUASI / NILAI PENDIDIKAN KESEHATAN YANG DILAKUKAN

Ini berarti mencari tahu apakah cara mengajar ibu bidan berhasil Apakah orang-orang melakukan hal-hal yang telah diajarkan? Salah satu cara adalah dengan mengunjungi mereka di rumah dan menanyakan kepada mereka apa yang dilakukannya atau melihat apa yang mereka lakukan Bila yang ibu bidan ajarkan berhasil dan keluarga melakukan apa yang diajarkan, artinya hasilnya baik Tetapi bagaimana bila mereka tidak melakukannya? Pikirkan baik-baik apa yang telah ibu bidan lakukan Mungkin ibu bidan perlu mengubah cara ibu bidan mengajar? Tetapi janganlah kehilangan kesabaran, dibutuhkan waktu lama untuk merubah perilaku seeorang

Setiap masyarakat berbeda satu sama lain, sehingga rencana pendidikan kesehatan mungkin harus berbeda-beda pula Ibu bidan harus menentukan perilaku mana yang paling perlu diubah dan mulai dengan perubahan perilaku itu Wanita dan laki-laki yang ibu bidan rawat akan lebih memperhatikan apa yang dilakukan oleh ibu bidan daripada yang diucapkan oleh ibu bidan Praktekkan apa yang ibu bidan ajarkan Adalah penting bagi ibu bidan untuk menikmati apa/ pekerjaan yang dilakukan Bila ibu bidan berlaku demikian, pekerjaan yang dilakukan akan menjadi lebih baik dan orang-orang akan berkeinginan mengikuti contoh yang ibu bidan berikan

JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN BERIKUT

1 Tulislah delapan langkah bagaimana cara mengenal masyarakat

1)

2)

3)

4)

5)

6)

7)

8)

2 Dimanakah ibu bidan dapat menemukan pesan-pesan untuk memberi nasehat dan penyuluhan?

3 Bagaimanakah ibu bidan dapat mengetahui bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan oleh ibu bidan berhasil?

LATIHAN 6-2
ADAKAN PERTEMUAN DI MASYARAKAT

Sambil bekerja dengan masyarakat dan menyuluh anggota masyarakat, ibu bidan dapat membantu mereka mengambil keputusan sendiri dan membantu mereka memperbaiki kehidupan Apabila masyarakat ikut membantu untuk memutuskan apa yang terjadi, mereka akan memiliki keberanian untuk mempergunakan kemampuannya sendiri, dan merasa bangga akan masyarakatnya

LANGKAH 1 MENCARI TAHU BAGAIMANA MASYARAKAT BEKERJA SAMA

Agar dapat mengadakan pertemuan di masyarakat, ibu bidan perlu mengetahui ***bagaimana masyarakat bekerja sama*** Ibu bidan perlu mengajukan pertanyaan-pertanyaan seperti

- Siapa tokoh masyarakat setempat?
  Apa pendapat anggota masyarakat tentang kesehatan?
- Siapa yang bersedia membantu ibu bidan untuk mencari tahu apa yang dibutuhkan masyarakat?
  Siapa yang dapat menyediakan waktu, dana, keterampilan, tempat, perlengkapan atau ide-ide?
- Siapa-siapa saja yang bisa membantu? Yang akan menyulitkan ?
- Siapa yang dapat mengorganisasikan pertemuan-pertemuan tersebut? Mempersiapkan tempat pertemuan, memberitahu adanya pertemuan, dan sebagainya

Bila ibu bidan mengetahui jawaban dari beberapa pertanyaan di atas catatlah sekarang Informasi lainnya dapat ibu bidan peroleh sewaktu mengunjungi masyarakat

LANGKAH 2 SIAPKAN DENGAN BAIK

Mengadakan suatu pertemuan atau pengajaran yang efektif dengan mempersiapkan diri dengan baik Pelajarilah pokok-pokok persoalan dan praktekkan bagaimana dan apa yang akan ibu bidan sajikan Adakan persiapan yang baik untuk pertemuan-pertemuan dan pengajaran Tulislah pokok-pokok persoalan yang ingin ibu bidan bicarakan

Bila ibu bidan mengajar, bawalah bahan peraga , supaya ibu bidan dapat memperlihatkannya dan orang-orang bisa berpraktek Misalnya bila ibu bidan membicarakan makanan untuk ibu hamil dan ibu menyusui, bawalah makanan Berikan sedikit makanan pada tiap orang Suasana akan terasa lebih seperti pesta dan bukan seperti pelajaran Orang-orang akan ingat setiap makanan yang mereka lihat Pergunakan bahan makanan setempat

Kreatiflah, pikirkan bagaimana mempergunakan apa yang ibu bidan miliki secara maksimal Sebagai contoh seorang wanita hamil mungkin mengalami kesulitan tidur oleh karena pinggulnya sakit Dengan mudah ibu bidan dapat mengusulkan agar ibu meletakkan bantal di antara kedua kakinya Tetapi bagaimana bila ia tidak memiliki bantal? Ibu tersebut dapat menggulung pakaian atau selimut atau bahkan daun pisang sebagai pengganti Pikirkan apa yang akan ibu bidan ajarkan, kemudian ciptakan cara baru untuk mengajarkannya

LANGKAH 3 PASTIKAN SEMUA ORANG SANTAI SERTA DAPAT MELIHAT DAN MENDENGAR

Hal ini tergantung pada tempat pertemuan Ada kalanya kursi tidak cukup atau ruangan terlalu sempit Di lain waktu ruangan terasa terlalu panas Tetapi berusahalah sebisanya, dan mintalah bantuan orang lain

LANGKAH 4 SAMBUT SETIAP ORANG

Ibu bidan dapat menyambut setiap orang waktu mereka datang Sebelum memulai pertemuan atau pengajaran ucapkan selamat datang sekali lagi Ucapkan kata-kata seperti mudah-mudahan perjalanan tidak terlalu jauh atau mudah-mudahan mereka tidak kebasahan (bila sedang hujan), dsb Usahakan agar semua orang merasa santai

LANGKAH 5 JELASKAN MAKSUD PERTEMUAN

Bila itu adalah pertemuan masyarakat, salah seorang (tidak harus ibu bidan) bisa memberi penjelasan tentang tujuan pertemuan tersebut Ibu bidan bisa menambahkan penjelasan atau memberitahukan kepada mereka apa yang dapat diharapkan dari pertemuan tersebut Bila sudah mengetahui tujuannya mereka dapat lebih mudah mengikuti perbincangan dan bahkan ikut serta dalam diskusi

LANGKAH 6 BICARALAH DENGAN CUKUP KERAS

Bicaralah dengan cukup keras agar semua orang dapat mendengar Volume suara ibu bidan harus disesuaikan dengan jumlah orang yang hadir Setiap orang yang hadir, berhak mendengar apa yang sedang dibicarakan Sebaiknya ibu bidan sesekali bertanya apakah suara ibu bidan dapat didengar oleh semua orang Ibu bidan mungkin melihat seseorang seperti kebingungan atau berusaha untuk mendengar Cobalah bicara dengan keras dan jelas

LANGKAH 7 PASTIKAN BAHWA IBU BIDAN MELAKUKAN KONTAK MATA DENGAN KELOMPOK PERTEMUAN

Pandanglah tiap orang sewaktu ibu bidan menyampaikan pesan atau ide anda Mungkin ada orang yang duduk di sebelah ibu bidan Berpalinglah ke arah mereka dan bicaralah pada mereka Kontak mata ini akan membuat peserta yang hadir merasa berpartisipasi dalam pertemuan tersebut Kontak mata ini juga akan memberi kesan pada ibu bidan bagaimana orang-orang bereaksi, apakah mereka mulai gelisah, apakah diskusi ini meresahkan mereka?

LANGKAH 8 DORONG UNTUK BERPARTISIPASI AKTIF

Dorong agar semua orang berpartisipasi Beri kesempatan pada orang-orang yang ingin mengajukan buah pikiran mereka Tanyakan apakah ada ide yang lain Ajukan pertanyaan, bila tepat tanyakan pada satu orang, atau tanyakan pada sekelompok orang yang sedang duduk bersama Cobalah dorong untuk berpartisipasi aktif

LANGKAH 9 DENGARKAN DAN JAWAB PERTANYAAN

Dengarkan dengan seksama dan jawablah semua pertanyaan dengan baik Pastikan bahwa ibu bidan mengerti pokok pembicaraan atau pertanyaan seseorang Cobalah jawab semua pertanyaan, tetapi apabila ibu bidan tidak yakin akan jawabannya, lebih baik berterus terang Katakanlah bahwa ibu bidan akan mencari tahu jawabannya dan akan menyampaikan jawaban tersebut sesegera mungkin atau pada pertemuan berikutnya

LANGKAH 10 ULANGI INFORMASI YANG PALING PENTING

Ulangi pokok pembicaraan Pada akhir pertemuan atau pelajaran ulangi informasi pokok Ibu bidan dapat meminta bantuan orang lain melakukannya Ibu bidan dapat melibatkan seluruh kelompok dengan meminta orang-orang untuk secara bergiliran menceritakan apa yang telah mereka pahami Ini juga merupakan umpan balik bagi bidan untuk mengetahui apa yang telah dimengerti oleh peserta pertemuan

LANGKAH 11 SIMPULKAN HASIL DISKUSI PADA PERTEMUAN TERSEBUT

Rangkum apa yang didiskusikan selama pertemuan Buat rangkuman singkat tentang hasil diskusi Cukup beberapa kalimat saja hanya untuk menyatukan hasil

LANGKAH 12 UCAPKAN TERIMA KASIH ATAS KEHADIRAN DAN PARTISIPASI MEREKA

Ucapkan terima kasih pada semua peserta atas kehadirannya dan ucapkan selamat jalan Ibu bidan dapat mengucapkan sampai jumpa pada pertemuan berikutnya Ibu bidan dapat pula menyempatkan diri untuk mengucapkan selamat jalan pada setiap orang

LATIHAN 6-3
KETRAMPILAN BERKOMUNIKASI SAAT MEMBERIKAN PENYULUHAN

Penyuluhan adalah memberikan informasi dan ide-ide pada masyarakat untuk membantu mereka memutuskan apa yang akan dilakukan Ini berarti mendengarkan masyarakat dan mencoba mengerti hal-hal yang menjadi perhatian dan masalah mereka Dalam pekerjaan ibu bidan, banyak kesempatan untuk berbicara dengan masyarakat Beberapa informasi mungkin bersifat pribadi dan peka, maka efektivitas pekerjaan ibu bidan akan tergantung dari keterampilan berkomunikasi

Keterampilan berkomunikasi adalah cara berbicara dengan orang-orang Penyuluhan dari ibu bidan dapat membantu masyarakat membuat keputusan apabila ibu bidan berhasil membuat mereka merasa tenang, mendengarkan mereka dengan seksama, dan memberi informasi yang tepat kepada mereka Ibu bidan harus belajar untuk

1 PEKA TERHADAP BUDAYA SETEMPAT

Ada topik tertentu yang dianggap pribadi atau peka Kepekaan ini dapat tergantung apakah seorang laki-laki berbicara dengan laki-laki, atau laki-laki berbicara dengan wanita dsb Seorang bidan harus mengetahui hal-hal yang berlaku di lingkungan masyarakatnya

2 GUNAKAN ISTILAH SETEMPAT/LOKAL

Untuk dapat berkomunikasi dengan masyarakat, penting untuk dapat berbicara bahasa setempat serta dapat berbicara dengan berbagai kelompok umur Sebagai bidan, ibu bidan mempelajari bahasa medis yang dapat digunakan saat mendiskusikan penyakit dengan seorang dokter atau bidan lainnya Belajarlah menggunakan bahasa setempat agar dapat berkomunikasi secara jelas dengan masyarakat Pemilihan kata-kata yang tepat penting untuk berkomunikasi secara efektif

3 SAMPAIKAN IDE-IDE DENGAN JELAS

Penting bagi seorang bidan untuk dapat menjelaskan proses kehamilan dan memberi pentunjuk mengenai kehamilan yang sehat Bicaralah secara jelas dan spesifik sesuai adat istiadat setempat

4 DENGARKAN SECARA AKTIF

Seorang bidan harus dapat mendengarkan dengan baik, dan memberikan ***seluruh*** perhatian kepada ibu hamil waktu ia berbicara Artinya ibu bidan harus meletakkan pena dan kartu catatan dan betul-betul berkonsentrasi pada apa yang diutarakan dan dirasakan si ibu Hal ini akan membantu ibu bidan dalam memahami kekhawatiran ibu dan membantunya membuat keputusan

5 DORONG IBU UNTUK BERTANYA

Penting bagi ibu bidan untuk memberi kesempatan kepada seorang ibu atau pasangan suami isteri untuk bertanya dan menjawab pertanyaan-pertanyaan mereka secara lengkap Ibu atau pasangan suami isteri harus dirangsang untuk bertanya lagi Tanya jawab secara aktif akan membantu untuk lebih memahami ide-ide dan perubahan perilaku

6 BANTU DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN

Diskusi dengan ibu atau pasangan suami isteri harus mengarah pada pengambilan beberapa keputusan mengenai tindakan-tindakan yang akan dilakukan Hal ini bisa mengarah pada pilihan untuk melahirkan di rumah, kembali ke rumah untuk membicarakan hal tersebut atau tidak tidak merubah apa-apa pada saat ini Bidan harus membantu membimbing diskusi kearah pengambilan keputusan

APA YANG TELAH SAYA PELAJARI?

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut

1 Apakah suatu masyarakat itu?

2 Tulislah lima hal yang dapat menyebabkan mengapa wanita sering mengalami hambatan untuk menjadi sehat

3 Apakah rencana pendidikan kesehatan itu?

4 Tulislah lima pelajaran mengenai ibu dan bayi yang dapat ibu bidan jelaskan ketika memberikan penyuluhan kesehatan di masyarakat

1)

2)

3)

4)

5)

Lihat dan bandingkan jawaban ibu bidan dengan jawaban di dalam Topik ini

Kaji ulang informasi yang belum dimengerti secara jelas dan ulangilah sesuai dengan kebutuhan

Latihlah pelaksanaan pertemuan yang efektif dengan menggunakan checklist *Melaksanakan Pertemuan Yang Efektif*

Apabila memungkinkan, mulailah bekerja sama dengan masyarakat Mintalah rekan kerja atau supervisor ibu bidan untuk membantu dalam menyusun rencana dan memulai kegiatan