

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Kehamilan

1. Pengertian

Kehamilan merupakan proses yang alamiah perubahan-perubahan yang terjadi pada wanita selama kehamilan normal adalah bersifat fisiologis. Oleh karena itu, asuhan yang diberikan adalah asuhan yang meminimalkan intervensi. Bidan harus memfasilitasi proses alamiah dari kehamilan dan menghindari tindakan-tindakan yang bersifat medis yang tidak terbukti manfaatnya. (Dartiwen dan Nurhayati, 2019).

Hari pertama haid terakhir ibu guna menentukan usia kehamilan dan memperkirakan tanggal kelahiran. rumus sederhana menentukan tanggal kelahiran yaitu tanggal ditambah 7, sedangkan bulan ditambah 3 (dihitung dari hari pertama haid terakhir). (Atiqoh, 2020).

Suatu keadaan dimana janin dikandung di dalam tubuh wanita, yang sebelumnya diawali dengan proses pembuahan dan kemudian akan diakhiri dengan proses persalinan disebut kehamilan. Lamanya kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 trimester yang masing-masing dibagi dalam 13 minggu atau 3 bulan (Munthe, 2019).

2. Tanda Gejala Kehamilan

Menurut Andina (2019) untuk memastikan kehamilan ditetapkan dengan melakukan penilaian terhadap beberapa tanda dan gejala hamil antara lain:

a) Kehamilan Pasti

Tanda-tanda objektif yang didapatkan oleh pemeriksa yang dapat digunakan untuk menegakkan diagnosa pada kehamilan. Yang termasuk tanda pasti kehamilan yaitu:

- 1) Ibu merasakan gerakan kuat bayi di dalam perutnya. Sebagian besar ibu mulai merasakan tendangan bayi pada usia kehamilan 5 bulan.
- 2) Bayi dapat dirasakan di dalam rahim. Sejak usia kehamilan 6 atau 7

bulan, bidan dapat menentukan kepala, leher, punggung, lengan, bokong, dan tungkai dengan meraba perut ibu.

- 3) Denyut jantung bayi dapat terdengar. Saat usia kehamilan menginjak bulan ke-5 atau ke-6 denyut jantung bayi terkadang dapat didengar menggunakan instrument yang dibuat untuk mendengarkan, seperti *stetoskop* atau *fetoskop*. Menginjak bulan ke-7 atau ke-8 kehamilan, bidan yang terampil biasanya dapat menggambarkan denyut jantung bayi saat ia melewati telinga pada perut ibu.
- 4) Tes kehamilan medis menunjukkan bahwa ibu hamil. Tes ini dilakukan dengan perangkat tes kehamilan di rumah atau di laboratorium dengan urine atau darah ibu. Tes ini mungkin mahal biayanya dan biasanya tidak perlu. Akan tetapi tes ini bermanfaat, misalnya jika ibu ingin tahun apakah ia hamil sebelum mengonsumsi obat yang kemungkinan membahayakan bayi dalam kandungannya.

b) Kehamilan Tidak Pasti

1) Ibu tidak menstruasi

Hal ini seringkali menjadi tanda pertama kehamilan. Jika ini terjadi, ada kemungkinan ibu hamil, sebab berhentinya haid adalah pertanda dibuahnya sel telur oleh *sperma*. Kemungkinan penyebab tanda lain tanda ini adalah gizi buruk, masalah emosi, *menopause* (berhenti haid) atau karena makan obat-obatan seperti *Primolut N*, *norethisteron*, *lutenil* atau pil kontrasepsi. Ada kemungkinan kehamilan positif, akan tetapi masih mengeluarkan darah haid. Hal ini terjadi karena, *corpus luteum* tidak memproduksi cukup *progesterone* untuk menghentikan menstruasi, sehingga keluar sedikit darah yang menyerupai haid. Hal semacam ini terjadi satu atau dua kali, ada pula yang terus berlangsung selama kehamilan, meskipun jarang terjadi.

2) Mual atau ingin muntah

Banyak ibu hamil merasa mual di pagi hari (sehingga rasa mual itu disebut *morning sickness*, namun ada beberapa ibu yang merasa mual sepanjang hari. Mual umumnya terjadi pada tiga bulan pertama

kehamilan. Mual dan muntah ini dialami 50% ibu yang baru hamil, 2 minggu setelah tidak haid. Pemicunya adalah meningkatnya hormon HCG (*Human Chorionic Gonadotrophin*) atau hormon manusia yang menandakan adanya manusia lain dalam tubuh ibu. Kemungkinan penyebab lain dari mual adalah penyakit atau *parasite*.

3) Payudara menjadi peka

Payudara lebih lunak, sensitif, gatal, dan berdenyut seperti kesemutan dan jika disentuh terasa nyeri. Hal ini menunjukkan peningkatan produksi hormon *estrogen* dan *progesterone*.

4) Ada bercak darah dan kram perut

Ada bercak darah dan kram perut disebabkan oleh *implementasi* atau menempelnya *embrio* ke dinding *ovulasi* atau lepasnya sel telur matang dari rahim. Hal ini merupakan keadaan yang normal.

5) Ibu merasa letih dan mengantuk sepanjang hari

Rasa letih dan mengantuk umum dirasakan ibu pada 3 atau 4 bulan pertama kehamilan. Hal ini diakibatkan oleh perubahan hormon dan kerja ginjal, jantung serta paru-paru yang semakin keras untuk ibu dan janin. Kemungkinan penyebab lain tanda ini adalah anemia, gizi buruk, masalah emosi, dan terlalu banyak bekerja.

6) Sakit kepala

Sakit kepala terjadi karena lelah, mual dan tegang serta *depresi* yang disebabkan oleh perubahan hormon tubuh saat hamil. Meningkatnya pasokan darah ke tubuh juga membuat ibu hamil pusing setiap ganti posisi.

7) Ibu sering berkemih

Tanda ini sering terjadi pada 3 bulan pertama dan 1 hingga 2 bulan terakhir kehamilan. Kemungkinan penyebab lain tanda ini adalah *stress*, infeksi, diabetes ataupun infeksi saluran kemih. Ibu hamil sering berkemih disebabkan oleh rahim yang membesar menekan kandung kemih, meningkatnya sirkulasi darah serta adanya perubahan hormonal akan berpengaruh pada fungsi ginjal.

8) Sembelit

Sembelit dapat disebabkan oleh meningkatnya hormon progesterone. Selain mengendur otot rahim, hormon itu juga mengendur otot dinding usus, sehingga memperlambat gerakan usus. Tujuannya adalah penyerapan nutrisi untuk janin lebih sempurna.

9) Sering meludah

Sering meludah atau *hipersalivasi* disebabkan oleh perubahan kadar estrogen. Temperatur basal tubuh naik. Temperatur basal adalah suhu yang diambil dari mulut saat bangun pagi. Temperatur itu sedikit meningkat setelah ovulasi dan akan turun ketika mengalami haid. Maka, jika tetap tinggi, hal itu menunjukkan kehamilan.

10) Ngidam

Tidak suka atau tidak ingin makanan tertentu merupakan ciri khas ibu hamil. Penyebabnya adalah perubahan hormon.

11) Perut ibu membesar

Setelah 3 atau 4 bulan kehamilan biasanya perut ibu tampak cukup besar sehingga terlihat dari luar. Kemungkinan penyebab lain tanda ini adalah ibu mengalami kanker atau pertumbuhan lain di dalam tubuhnya atau mungkin ibu hanya menjadi lebih gemuk.

3. Kehamilan Palsu (*Pseudocyesis*)

Kehamilan Palsu (*Pseudocyesis*) adalah keyakinan bahwa seorang wanita sedang hamil namun sebenarnya ia tidak hamil. Wanita yang mengalami *Pseudocyesis* akan merasakan sebagian besar, atau bahkan semua tanda-tanda dan gejala kehamilan. Meskipun penyebab pastinya masih belum diketahui, dokter menduga bahwa faktor psikologislah yang mungkin menjadi penyebab tubuh untuk berpikir bahwa ia hamil (Sutanto & Fitriana, Asuhan Pada Kehamilan, 2019).

Kehamilan bayangan jarang terjadi dan biasanya menimpa wanita-wanita yang berumur 30-an atau awal 40-an. Mereka sangat menginginkan hamil dan umumnya sudah mencoba selama bertahun-tahun. Penyakit ini juga bias menimpa wanita muda yang terlalu berhasrat untuk hamil. Kondisi

ini juga bias terjadi pada wanita yang pernah mengalami keguguran atau bayinya meninggal. Tanda-tanda kehamilan palsu dapat berlangsung selama beberapa minggu, 9 bulan, atau bahkan beberapa tahun. Adapun tanda-tanda kehamilan palsu seperti, gangguan menstruasi, perut bertumbuh, payudara membesar dan mengencang, merasakan pergerakan janin, mual dan muntah, kenaikan berat badan (Sutanto & Fitriana, Asuhan Pada Kehamilan, 2019).

Kadang-kadang, beberapa perubahan fisik yang umum terjadi pada kehamilan normal, terjadi pula pada wanita, yang mengalami kehamilan palsu, seperti rahim yang membesar dan leher rahim yang melunak. Tes urin akan selalu memberi hasil negatif, kecuali ada kanker langka yang memproduksi hormon yang mirip dengan hormon kehamilan. Kondisi medis tertentu juga dapat meniru tanda-tanda dan gejala kehamilan termasuk kehamilan ektopik, obesitas morbid dan kanker (Sutanto & Fitriana, Asuhan Pada Kehamilan, 2019).

4. Perubahan Fisiologi Kehamilan

Selama kehamilan terjadi adaptasi anatomis, fisiologi dan biokimia yang mencolok, banyak perubahan ini dimulai segera setelah pembuahan dan berlanjut selama kehamilan, dan sebagian besar terjadi sebagai respon terhadap rangsangan fisiologi yang ditimbulkan oleh janin dan plasenta. Selama kehamilan normal, hampir semua sistem organ mengalami perubahan anatomis dan fungsional. Dibawah ini akan dijelaskan perubahan-perubahan yang terjadi selama kehamilan. (Sutanto & Fitriana, Asuhan Pada Kehamilan, 2019).

1) Sistem Reproduksi

a. Uterus

Pada wanita tidak hamil, uterus normal memiliki berat sekitar 70 gram dan rongga berukuran 10 ml atau kurang. Selama kehamilan uterus berubah menjadi organ muscular dengan dinding relatif tipis yang mampu menampung janin, plasenta, dan cairan amnion.

b. Serviks

Pada satu bulan setelah konsepsi, *serviks* sudah mulai mengalami pelunakan dan *sianosis* yang *signifikan*. Perubahan-perubahan ini terjadi karena peningkatan *vaskularitas* dan *oedema serviks* keseluruhan, disertai oleh *hyperplasia* kelenjer *serviks*.

c. Ovarium

Selama kehamilan, *ovulasi* berhenti dan pematangan folikel-folikel baru ditunda. Biasanya hanya satu korpus luteum yang ditemukan pada wanita hamil. Struktur ini berfungsi maksimal selama 6-7 minggu pertama kehamilan, 4-5 minggu pasca *evolusi* dan setelah itu tidak banyak berkontribusi dalam produksi *progesteron*.

d. Vagina dan *perineum*

Selama kehamilan, terjadi peningkatan *vaskularitas* dan *hyperemia* di kulit dan otot *perineum vulva*, disertai pelunakan jaringan ikat di bawahnya meningkatnya *vaskularitas* sangat memengaruhi vagina dan menyebabkan warnanya menjadi keunguan.

2) Payudara

Pada minggu-minggu awal kehamilan, wanita sering merasakan *prestesia* dan nyeri payudara. Setelah bulan kedua payudara membesar dan memperlihatkan vena-vena halus di bawah kulit.

3) Sistem Endokrin

a. Aliran darah ke kulit

Meningkatnya aliran darah ke kulit selama kehamilan berfungsi untuk mengeluarkan kelebihan panas yang terbentuk karena meningkatnya *metabolisme*.

b. Dinding abdomen

Pada pertengahan kehamilan sering terbentuk alur-alur kemerahan yang sedikit cekung di kulit abdomen, serta kadang di kulit payudara dan paha.

c. Hiperpigmentasi

Hiperpigmentasi terjadi pada hampir pada 90 persen wanita. *Hiperpigmentasi* biasanya lebih mencolok pada mereka yang berkulit gelap.

d. Perubahan vascular

Angioma yang disebut vaskular spider terbentuk pada sekitar dua pertiga wanita kulit hitam.

4) Sistem Perkemihan

a. Ginjal

Pada sistem kemih ditemukan sejumlah perubahan nyata akibat kehamilan.

b. Ureter

Setelah keluar dari panggul, uterus bertumpu pada *ureter*, menggesernya ke lateral dan menekannya di tepi panggul.

c. Kandung kemih

Terjadi sedikit perubahan anatomis di kandung kemih sebelum 12 minggu.

5) Sistem Pencernaan

Selama kehamilan normal, kontraksilitas kandung empedu berkurang, sehingga terjadi peningkatan volume residual. Ukuran hati manusia akan membesar selama kehamilan, hal ini tidak terjadi pada hewan. Namun aliran darah hati meningkat secara substansial, demikian juga diameter vena porta.

6) Sistem Muskuloskeletal

Lordosis progresif adalah gambaran khas kehamilan normal. *lordosis* sebagai kompensasi posisi anterior uterus yang membesar, menggeser pusat gravitasi kembali ke ekstremitas bawah.

7) Sistem Kardiovaskular

Selama kehamilan dan masa nifas, jantung dan sirkulasi mengalami adaptasi fisiologis yang besar. Perubahan pada fungsi jantung mulai tampak selama 8 minggu pertama kehamilan.

8) Sistem Integument

Warna kulit biasanya sama dengan rasnya. Jika terjadi perubahan warna kulit, misalnya pucat hal itu menandakan *anemis jaudince* menandakan gangguan pada hepar, lesi, *hiperpigmentasi* seperti *cloasma garvidarum* serta linea nigra berkaitan dengan kehamilan dan *striae*.

9) Perubahan Metabolic

Sebagai respons terhadap peningkatan kebutuhan janin dan plasenta, wanita hamil mengalami perubahan-perubahan *metabolik* yang besar dan intens.

5. Tanda Bahaya Kehamilan

Tanda bahaya kehamilan adalah gejala yang menunjukkan bahwa ibu dan bayi dalam keadaan bahaya. Kehamilan merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi kehamilan yang normal pun dapat berubah menjadi patologi. Salah satu asuhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk menepis adanya risiko ini yaitu melakukan pendeteksian dini adanya komplikasi atau penyakit yang mungkin terjadi selama kehamilan, (Sutanto, 2019). Menurut Walyani, 2019 tanda dan bahaya kehamilan adalah sebagai berikut

a) Macam-macam tanda bahaya kehamilan

- 1) Perdarahan pervaginam
- 2) Sakit kepala yang hebat
- 3) Penglihatan kabur
- 4) Bengkak diwajah dan jari-jari tangan
- 5) Keluar cairan pervaginam
- 6) Gerakan janin tidak terasa
- 7) Nyeri abdomen yang hebat

b) Tanda bahaya yang perlu segera dirujuk:

- 1) Keluar darah dari janin
- 2) Keluar air ketuban sebelum waktunya
- 3) Kejang
- 4) Gerakan janin tidak ada atau kurang (minimal 3 kali dalam 1 jam)
- 5) Demam tinggi

- 6) Nyeri perut yang hebat
- 7) Sakit kepala yang hebat
- 8) Muntah terus dan tidak bisa makan pada kehamilan muda
- 9) Selaput kelopak mata pucat.

6. Kebutuhan Dasar Asuhan Kehamilan Trimester 1, 2, dan 3

a. Oksigen

Kebutuhan oksigen untuk wanita hamil bertambah, hal ini terjadi karena selain untuk memenuhi kebutuhan pernafasan ibu juga harus memenuhi kebutuhan oksigen janin. Penambahan ini sekitar 20% dari jumlah yang diperlukan sebelumhamil.

b. Nutrisi

- 1) Semua wanita harus makan makanan yang seimbang, yaitu makanan yang mengandung, ada sumber energi (daging, susu, telur, ikan, yogurt, keju), sayuran dan buah-buahan.
- 2) Zat besi (daging, hati, telur, kacang tanah, sayuran berwarna hijau tua, kerang).
- 3) Vitamin A, hati, produk susu, telur, ubi, wortel, pepaya, labu.
- 4) Kalsium susu, sayuran berwarna hijau, udang, buncis, kacang kacangan, tepung.
- 5) Vitamin C, jeruk, tomat, kentang, buah-buahan.

c. Kalori

Makanan sumber kalori adalah kentang, singkong, tepung, cereal, nasi. Wanita hamil membutuhkan penambahan 150 kal/hari pada trimester I dan 300 kal/hari selama trimester II dan III, total yang diperlukan untuk menunjang meningkatnya metabolisme, pertumbuhan janin dan plasenta

d. Protein

Kebutuhan protein selama ibu hamil bertambah sebanyak 10 gr/hari, berarti wanita hamil harus mengkonsumsi protein sebanyak 60 gr/hari. Hal ini digunakan untuk pertumbuhan perkembangan sel sekresi essensial tubuh.

e. Lemak

Adapun lemak bagi ibu hamil tidak boleh melebihi 25% kebutuhan energi. Lemak ini hanya sebagai tambahan, cukup gunakan 1-2 sendok makan minyak untuk memasak atau dioles.

f. Vitamin B

Vitamin B6 berfungsi untuk metabolisme karbohidrat, dan protein. Sumber makanan vitamin B6 : daging, telur, sayuran kuning tua, tepung, cereal. Vitamin B1, B2, B3 digunakan untuk metabolisme energi. Sumber makanan terdapat pada : hati, daging sapi, produk susu, telur, keju, sayuran hijau. Tidak ada suplementasi yang direkomendasikan. Vitamin B12 berguna untuk pembentukan sel darah merah dan sel darah putih, pembelahan sel, sintesa protein dan memelihara sel saraf. Vitamin suplemen 2 mikrogram/hari.

g. Asam Folat

Penting untuk sintesis protein, produksi Hb, mitosis, sintesis purin. Kebutuhan folat meningkat selama hamil karena meningkatnya aktivitas dan ukuran sel uterin. Perkembangan plasenta dan meningkatnya sel darah merah. Asam folat terdapat pada cereal, buncis, padi-padian, ragi, sayuran berdaun, buah-buahan. Kebutuhan folat bagi ibu hamil 400-600 mikrogram/hari

h. Zat Besi

Selama hamil kebutuhan zat besi bertambah menganjurkan kebutuhan zat besi bagi wanita hamil yang tidak anemia adalah 30 mg ferrous mulai 12 minggu kehamilan. Pada wanita dengan anemia defisiensi besi diberikan 60-120 mg/hari. Setiap sulfaferrus 320 mg mengandung zat besi 60 mg dan asam folat 500 mikrogram, minimal masing-masing diberikan 90 tablet. Tablet besi sebaiknya tidak diminum bersama teh dan kopi karena akan mengganggu penyerapan

i. *Personal Hygiene*

Menjaga kebersihan diri selama kehamilan adalah sangatlah penting hal ini dapat mencegah terjadinya penyakit dan infeksi. Wanita hamil sebaiknya tetap menjaga kebersihan diri seperti menjaga pola mandi, keramas, menggosok gigi, mengganti pakaian, mengganti celana dalam, membersihkan payudara dan genetalia saat mandi.

j. Sexual

Selama kehamilan wanita tidak perlu menghindari hubungan seks. Pada wanita yang mudah keguguran dianjurkan untuk tidak melakukan coitus pada hamil muda. *Coitus* pada hamil muda harus dilakukan dengan hati-hati. *Coitus* pada akhir kehamilan juga sering menimbulkan infeksi pada persalinan. Di samping itu, sperma mengandung prostaglandin yang dapat menimbulkan kontraksi uterus. Namun pada kehamilan trimester 3 wanita dianjurkan untuk sering melakukan hubungan seksual guna untuk merangsang kontraksi yang baik.

k. Senam Hamil

Pada masa kehamilan, ibu harus dapat menjaga kesehatannya. Keadaan fisik yang bugar merupakan bagian penting dari setiap individu yang sehat dan komplit. Selain itu, wanita hamil yang senam secara teratur menyatakan bahwa mereka jarang mengalami keluhan yang terkait dengan kehamilannya, misalnya sakit punggung, pinggang pegal atau kejang otot, ibu-ibu yang senam juga cenderung mendapatkan persalinan yang lebih cepat dan mudah bila dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukannya. Yang perlu dipersiapkan untuk menyambut kelahiran si buah hati, adalah fisik dan mental serta perlengkapan bayi. Persiapan fisik, yaitu dengan cara melakukan senam hamil sejak usia kehamilan 24 minggu.

B. Konsep Dasar Persalinan

Persalinan adalah serangkaian kejadian yang berakhir dengan pengeluaran bayi cukup bulan atau hampir cukup bulan, disusul dengan pengeluaran plasenta dan selaput janin dari tubuh (Diana, 2019).

1. Fisiologi Persalinan

- a. Persalinan spontan adalah bila persalinan berlangsung dengan kekuatan ibu sendiri, melalui jalan lahir ibu tersebut.
- b. Persalinan buatan adalah bila persalinan dibantu dengan tenaga dari luar misalnya *ekstraksi forceps*, atau dilakukan operasi *sectio caesaria*
- c. Persalinan anjuran adalah persalinan yang tidak dimulai dengan sendirinya tetapi baru berlangsung setelah pemecahan ketuban, pemberian *pitocin* atau *prostaglandin*, (Ari Kurniarum, 2018).

2. Tanda dan Gejala Persalinan

Menurut Jahorihyah, 2018 sebelum terjadi persalinan sebenarnya beberapa minggu sebelumnya wanita memasuki kala pendahuluan (preparatory stage of labor), dengan tanda-tanda:

- a. *Lightening* atau *setting* yaitu kepala turun memasuki pintu atas panggul terutama pada primigravida. Pada multigravida tidak begitu kelihatan.
- b. Perut kelihatan lebih melebar, fundus *uteri* turun.
- c. Perasaan sering atau susah buang air kecil (*polakisuria*) karena kandung kemih tertekan oleh bagian terbawah janin.
- d. Perasaan sakit diperut dan dipinggang oleh adanya kontraksi-kontraksi lemah dari uterus, disebut "*false labor pains*".
- e. *Serviks* menjadi lembek, mulai mendatar, dan sekresinya bertambah bisa bercampur darah (bloody show). Persalinan dimulai (*inpartu*) sejak uterus berkontraksi dan menyebabkan perubahan pada *serviks* (membuka dan menipis) dan berakhir dengan lahirnya plasenta secara lengkap. Belum *inpartu* jika kontraksi uterus tidak mengakibatkan perubahan *serviks*.

Tanda dan gejala *inpartu*:

- a. Kontraksi uterus yang semakin lama semakin sering dan teratur dengan jarak kontraksi yang pendek, yang mengakibatkan perubahan pada *serviks* (frekuensi minimal 2 kali dalam 10 menit).
- b. Cairan lendir bercampur darah (*show*) melalui vagina.
- c. Cairan ketuban keluar melalui vagina

Pada pemeriksaan dalam, dapat ditemukan:

- a. Pelunakan *serviks*
- b. Penipisan dan pembukaan *serviks*.
- c. Dapat disertai ketuban pecah.

3. Jenis Persalinan

- a. Persalinan Spontan Yaitu persalinan yang berlangsung dengan kekuatan ibu sendiri, melalui jalan lahir ibu tersebut.
- b. Persalinan Buatan Bila persalinan dibantu dengan tenaga dari luarmisalnya ekstraksi forceps, atau dilakukan operasi Sectio Caesaria.
- c. Persalinan Anjuran Persalinan yang tidak dimulai dengan sendirinya tetapi baru berlangsung setelah pemecahan ketuban, 88 pemberian pitocin atau prostaglandin (Yulizawati et al., 2018)

4. Tahapan Persalinan (Kala I,II,III,dan IV)

a. Kala I

Kala I persalinan dimulai sejak terjadinya kontraksi uterus dan pembukaan servix hingga mencapai pembukaan lengkap (10 cm). Persalinan kala I berlangsung 18-24 jam dimana primi memiliki rentang waktu 12 jam dan multi memiliki rentang waktu 10 jam serta kala I terbagi menjadi dua fase yaitu fase laten dan fase aktif.

1) Fase Laten Persalinan

- a) Dimulai sejak awal kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan servix secara bertahap
- b) Pembukaan servix dari 1 sampai 4 cm
- c) Biasanya berlangsung di bawah hingga 7 sampai 8 jam

2) Fase Aktif Persalinan, berlangsung selama 6 jam dan dibagi atas 3 subfase terbagi atas tiga subfase.

- a) Fase akselerasi: berlangsung 2 jam, pembukaan menjadi 4 cm.
- b) Fase dilatasi maksimal: berlangsung dengan cepat menjadi 9 cm dalam waktu 2 jam.
- c) Fase deselerasi: dalam waktu 2 jam pembukaan 10 cm(lengkap)

b. Kala II

1) Pengertian Persalinan kala II

Dimulai dengan pembukaan lengkap dari serviks dan berakhir dengan lahirnya bayi. Proses ini berlangsung 1-2 jam pada primi dan ½-1 jam pada multi

2) Tanda dan gejala kala II

Tanda – tanda bahwa kala II persalinan sudah dekat adalah:

- a) Ibu ingin meneran
- b) Perineum menonjol
- c) Vulva vagina dan sphincter anus membuka
- d) Jumlah pengeluaran air ketuban meningkat
- e) His lebih kuat dan lebih cepat 2-3 menit sekali.
- f)Pembukaan lengkap (10 cm)
- g) Pada Primigravida berlangsung rata-rata 1-2 jam dan multipara rata-rata ½-1 jam
- h) Pemantauan: Tenaga atau usaha mengedan dan kontraksi uterus, Janin yaitu penurunan presentasi janin dan kembali normalnya detak jantung bayi setelah kontraksi, Kondisi ibu sebagai berikut:

c. Kala III

Kala tiga disebut juga kala persalinan plasenta. Lahirnya plasenta dapat diperkirakan dengan memperhatikan tanda-tanda sebagai berikut:

- 1) Uterus menjadi bundar
- 2) Uterus terdorong keatas karena plasenta dilepas ke segmen bawah rahim
- 3) Tali pusat bertambah Panjang
- 4) Terjadi perdarahan (adanya semburan darah secara tiba-tiba);
- 5) Biasanya plasenta akan lepas dalam waktu kurang lebih 6-15 menit setelah bayi lahir

d. Kala IV (2 jam setelah melahirkan)

Kala IV persalinan ditetapkan berlangsung kira-kira dua jam setelah plasenta lahir. Periode ini merupakan masa pemulihan yang terjadi segera jika homeostatis berlangsung dengan baik. Pada tahap ini, kontraksi otot Rahim meningkat sehingga pembuluh darah terjepit

untuk menghentikan perdarahan. Pada kala ini dilakuka observasi terhadap tekanan darah, pernafasan, nadi, kontraksi otot Rahim dan perdarahan selama 2 jam pertama. Selain itu juga dilakuakn penjahitan luka episiotomy. Setelah 2 jam, bila keadaan baik, ibu dipindahkan keruangan bersama bayinya (Yulizawati et al., 2018).

5. Kebutuhan Asuhan Persalinan

a. Kebutuhan fisiologis

- 1) Oksigen
- 2) Makan dan minum
- 3) Istirahat selama tidak ada his
- 4) Kebersihan badan terutama genetalia
- 5) Buang air kecil dan buang air besar
- 6) Pertolongan persalinan yang terstandar
- 7) Penjahitan perineum bila perlu b. Ke

b. Kebutuhan rasa aman

- 1) Memilih tempat dan penolong persalinan
- 2) Informasi tentang proses persalinan atau tindakan yang akan
- 3) tidur yang dikehendaki ibu
- 4) Pendampingan oleh keluarga
- 5) Pantauan selama persalinan
- 6) Intervensi yang diperlukan

c. Kebutuhan dicintai dan mencintai

- 1) Pendampingan oleh suami/keluarga
- 2) Kontak fisik (memberi sentuhan ringan)
- 3) Masase untuk mengurangi rasa sakit
- 4) Berbicara dengan suara yang lemah, lembut dan sopan

d. Kebutuhan harga diri

- 1) Merawat bayi sendiri dan mentekinya
- 2) Asuhan kebidanan dengan memperhatikan privacy ibu
- 3) Pelayanan yang bersifat empati dan simpati
- 4) Informasi bila akan melakukan tindakan

- 5) Memberikan pujian pada ibu terhadap tindakan positif yang ibu lakukan

e. Kebutuhan aktualisasi diri

- 1) Memilih tempat dan penolong sesuai keinginan
- 2) Memilih pendamping selama persalinan
- 3) Bounding and attachment
- 4) Ucapan selamat atas kelahirannya

C. Konsep Dasar Bayi Baru Lahir

Bayi baru lahir adalah bayi yang baru mengalami proses kelahiran dan harus menyesuaikan diri dari kehidupan intra uterin ke kehidupan ekstra uterin. Pertumbuhan dan perkembangan normal masa neonatal adalah 28 hari, (Purwoastuti, 2016).

1. Klasifikasi Bayi Baru Lahir

Segera setelah bayi lahir, jaga kehangatan bayi dan lakukan penilaian bayi yaitu nafas bayi dan tonus otot bayi. Asuhan bayi baru lahir normal diberikan pada bayi dengan kondisi umur cukup bulan, bayi menangis dan tonus otot baik (JNPK-KR, 2017). Adapun tanda bayi baru lahir sehat yaitu; bayi lahir langsung menangis, tubuh bayi kemerahan, bayi bergerak aktif dan berat lahir 2500 sampai 4000 gram (Armini dkk., 2020).

2. Ciri-Ciri Bayi Lahir Normal

Ciri-ciri bayi baru lahir normal, yaitu :

- a. Lingkar kepala 33-35 cm
- b. Lingkar dada 30,5-50 cm
- c. Panjang badan 45-50 cm
- d. Berat badan bayi 2500-4500 gram
- e. Suhu tubuh bayi 36,5-37,5°C
- f. Denyut nadi bayi berkisar 120-140 kali
- g. Pernafasan bayi baru lahir tidak teratur kedalaman, kecepatan, iramanya. Pernafasan bervariasi dari 30 sampai 60 kali per menit (Purwoastuti, 2016).

3. Tanda Bahaya Bayi Baru Lahir

Beberapa tanda bahaya pada bayi baru lahir harus diwaspadai, dideteksi lebih dini untuk segera dilakukan penanganan agar tidak mengancam nyawa bayi. Menurut Dewi (2022), beberapa tanda bahaya pada bayi baru lahir tersebut, antara lain:

- a. Pernafasan sulit atau lebih dari 60 kali permenit.
- b. Retraksi dada saat inspirasi.
- c. Suhu terlalu panas lebih dari 38 derajat selsius, terlalu dingin atau kurang dari 36 derajat selsius.
- d. Warna abnormal yaitu kulit atau bibir biru atau pucat, memar atau sangat kuning (terutama pada 24 jam pertama)
- e. Gangguan pada gastrointestinal bayi seperti: mekonium tidak keluar setelah 3 hari pertama kelahiran, urine tidak keluar dalam 24 jam pertama, muntah terus-menerus, distensi abdomen, feses hijau atau berlendir atau berdarah.
- f. Bayi menggigil lemas, mengantuk, lunglai, kejang-kejang halus, tidak tenang, menangis terus-menerus, mata bengkak dan mengeluarkan cairan

4. Kebutuhan Asuhan Bayi Baru Lahir

a. Pakaian

Pertama, siapkan pakaian untuk sang buah hati. Mulai dari pakaian harian, jaket, pakaian tidur yang lebih hangat, celana pendek dan panjang, kaos kaki, dan sarung tangan. Supaya lebih mudah, belikan pakaian dengan kancing depan. Tak ada salahnya pula membelikan beberapa buah topi untuknya.

b. Kebutuhan bayi baru lahir: bedung dan selimut

Kebutuhan bayi baru lahir selanjutnya yang wajib ada yaitu kain bedung (bedong) dan selimut. Tujuannya tentu saja untuk membantu menghangatkan tubuh Si Kecil seperti ia berada di dalam perut ibu. Selain itu, membedong juga membuat bayi baru lahir merasa lebih nyaman dan tidak mudah kaget.

c. Perlak dan kain alas

Kemudian, ibu juga perlu membeli perlak dan kain alas. Keduanya saat bermanfaat saat ibu hendak memakaikan baju untuk bayi yang baru lahir setelah mandi atau ganti popok. Tujuannya supaya tubuh bayi tidak langsung bersentuhan dengan meja, sehingga membuatnya lebih hangat dan nyaman.

d. Perlengkapan mandi

Ibu sudah bisa memandikan bayi yang baru lahir. Ini artinya, ibu juga wajib membelikan perlengkapan mandi untuknya. Ini termasuk bak mandi, beberapa helai handuk, sabun mandi dan sampo khusus untuk bayi baru lahir, dan kain waslap. Saat memilih sabun dan sampo, pastikan produk tersebut memang khusus untuk bayi yang baru lahir.

e. Perlengkapan pendukung kebersihan

Tak lupa, ibu juga perlu menyiapkan piranti penunjang kebersihan. Misalnya minyak telon, tisu basah, tisu kering, dan juga kapas. Tak ada salahnya juga menyediakan krim khusus untuk ruam yang bisa ibu pakaikan pada area pantat bayi setiap kali ibu selesai membersihkan organ intimnya.

f. Kebutuhan bayi baru lahir: popok kain atau popok sekali pakai

Perlengkapan bayi baru lahir satu ini tidak boleh terlupa, bu. Ibu dapat memilih untuk menggunakan popok kain atau popok sekali pakai. Memakai popok kain bisa jadi akan membuat pengeluaran ibu sedikit hemat daripada membeli popok sekali pakai. Namun, apabila ibu tidak punya cukup waktu luang untuk membersihkan popok kain, tidak ada salahnya membeli popok sekali pakai.

g. Alat kesehatan

Selanjutnya, perhatikan pula kebersihan dan kesehatan bayi. Tidak hanya mandi, ibu juga perlu memperhatikan kebersihan kuku bayi. Oleh karena itu, ibu dapat menyediakan gunting kuku berukuran kecil, bisa gunting manual atau gunting elektrik.

h. Alat pendukung menyusui

Tak hanya kebutuhan bayi, kebutuhan ibu juga perlu mendapat perhatian. Supaya ibu lebih lancar dan mudah dalam menyusui sang buah hati, ibu dapat menyiapkan pompa ASI, kantong asip untuk menyimpan ASI perah, bantal menyusui, dan apron (celemek) menyusui. Apron menyusui dapat memudahkan ibu untuk menyusui bayi saat sedang di luar rumah.

i. Tas khusus bayi untuk tempat kebutuhan bayi baru lahir

Jangan lupa, sediakan tas khusus untuk menyimpan semua kebutuhan bayi baru lahir. Tas ini sangat berguna untuk menaruh semua barang-barang bayi saat ibu harus membawanya ke rumah sakit untuk cek kesehatan atau vaksin. Dengan begitu, ibu tidak harus kerepotan untuk membawa semua kebutuhan sang buah hati dan tidak ada barang yang tertinggal.

j. Gendongan bayi

Terakhir adalah gendongan bayi. Mungkin ibu lebih nyaman menggunakan kain jarik, tetapi sekarang sudah ada berbagai model gendongan bayi yang pastinya lebih memudahkan ibu saat menggendong bayi. Ada model ransel, ada pula model kain yang dapat ibu kreasikan sesuai dengan kebutuhan.

D. Konsep Dasar Nifas

Masa Nifas (puerperium) merupakan masa dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat kandung kembali seperti semula sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau kurang lebih 40 hari, (Sutanto, 2019).

1. Perubahan Fisiologi Masa Nifas

a. Involusi *Uterus*

Setelah plasenta lepas, otot rahim akan berkontraksi atau mengerut (involusi uteri), sehingga pembuluh darah terjepit dan perdarahan berhenti.

Tabel 2. 1 *Involusi Uteri*

Involusi Uteri	Tinggi Fundus Uteri	Berat Uteri	Diameter Uteri
Plasenta lahir	Setinggi Pusat	1000 gram	12,5 cm
7 hari (minggu 1)	pertengahan pusat dan simpisis	500 gram	7,5 cm
14 hari (minggu 2)	Tidak teraba	350 gram	5 cm
6 minggu	Normal	60 gram	2,5 cm

Sumber : Wulandari, 2018. Asuhan Kebidanan Nifas, Yogyakarta, Halaman 76

b. Involusi Tempat Plasenta

Uterus pada bekas implantasi plasenta merupakan luka yang kasar dan masuk ke dalam kavum uteri. Segera setelah plasenta lahir, dengan cepat luka mengecil, pada akhir minggu ke-2 hanya sebesar 3-4 cm dan pada akhir nifas 1-2 cm.

c. Perubahan Ligamen

Setelah bayi lahir, ligamen dan diafragma *pelvis fasia* yang meregang sewaktu kehamilan dan saat melahirkan, kembali seperti sedia kala.

d. Perubahan Pada Serviks

Segera setelah melahirkan, serviks menjadi lembek, kendur, dan berbentuk seperti corong. Hal ini disebabkan korpus uteri berkontraksi, sedangkan serviks tidak berkontraksi, sehingga perbatasan antara korpus dan *serviks uteri* berbentuk cincin.

e. Lochea

Lochea adalah ekskresi cairan rahim selama masa nifas dan mempunyai reaksi basa/alkalis yang membuat organisme berkembang lebih cepat dari pada kondisi asam yang ada pada vagina normal.

f. Vulva, Vagina, dan *Perineum*

Selama proses persalinan vulva dan vagina mengalami penekanan serta peregangan, setelah beberapa hari persalinan kedua organ ini kembali dalam keadaan kendur, (Sutanto, 2019).

2. Tahapan Masa Nifas

a. Puerperium dini

Puerperium dini yaitu masa pemulihan, yakni saat-saat ibu dibolehkan berdiri dan berjalan.

b. Puerperium intermedial

Puerperium intermedial yaitu masa pemulihan menyeluruh dari organ-organ genital yang lamanya 6-8 minggu.

c. Remote Puerperium

Remote Puerperium adalah waktu yang diperlukan untuk pulih kembali dan sehat sempurna terutama bila selama hamil atau memiliki komplikasi (Sutanto, 2019)

3. Tanda Bahaya Nifas

Tanda- tanda bahaya masa nifas yaitu perdarahan, demam lebih dari dua hari, keluar cairan berbau dari jalan lahir, payudara bengkak merah disertai rasa sakit, preeklampsia dan depresi (Kemenkes, 2020).

4. Kebutuhan Dasar Nifas

a. Gizi

Anjuran bagi ibu nifas:

- a) Makan dengan diet seimbang, cukup karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral
- b) Mengonsumsi makanan tambahan, nutrisi 800 kalori/hari pada 6 bulan pertama, 6 bulan selanjutnya 500 kalori/hari dan tahun kedua 400 kalori/hari. Jadi jumlah kalori tersebut adalah tambahan dari kebutuhan kalori per hari
- c) Mengonsumsi vitamin A. Pemberian vitamin A dalam bentuk suplementasi dapat meningkatkan kualitas ASI, meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan kelangsungan hidup anak. Pada bulan-bulan pertama kehidupan bayi bergantung pada vitamin A yang terkandung dalam ASI

b. Kebersihan Diri

- a) Menjaga kebersihan seluruh tubuh
- b) Mengajarkan ibu cara membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air
- c) Menyarankan ibu untuk mengganti pembalut setiap kali mandi, BAB/BAK, paling tidak dalam waktu 3-4 jam supaya ganti pembalut

- d) Menyarankan ibu untuk mencuci tangan dengan sabun dan air sebelum menyentuh daerah kelamin
- e) Anjurkan ibu tidak sering menyentuh luka *episiotomy* dan *laserasi*
- c. Kebersihan Bayi
 - a) Memandikan bayi setelah 6 jam untuk mencegah hipotermi
 - b) Mandikan bayi 2 kali sehari tiap pagi dan sore
 - c) Mengganti pakaian bayi tiap habis mandi dan tiap kali basah atau kotor karena BAB/BAK
 - d) Menjaga pantat dan daerah kelamin bayi agar selalu bersih dan kering
 - e) Menjaga tempat tidur bayi selalu bersih dan hangat karena ini adalah tempat tinggal bayi
 - f) Menjaga alat apa saja yang dipakai bayi agar selalu bersih
- d. Istirahat dan Tidur
 - a) Istirahat yang cukup untuk mengurangi kelelahan
 - b) Tidur siang atau istirahat selagi bayi tidur
 - c) Kembali kegiatan rumah tangga secara perlahan-lahan
 - d) Mengatur kegiatan rumahnya sehingga dapat menyediakan waktu untuk istirahat pada siang kira-kira 2 jam dan malam 7-8 jam
- e. Akibat Kurang Istirahat Bagi Ibu Nifas
 - a) Mengurangi jumlah ASI
 - b) Memperlambat involusi, yang akhirnya bisa menyebabkan perdarahan
 - c) Depresi.
- f. Senam nifas adalah senam yang dilakukan sejak hari pertama melahirkan setiap hari sampai hari yang kesepuluh, terdiri dari sederetan gerakan tubuh yang dilakukan untuk mempercepat pemulihan keadaan ibu
- g. Buang air kecil (BAK)
 - a) Dalam enam jam ibu nifas harus sudah bisa BAK spontan, kebanyakan ibu bisa berkemih spontan dalam waktu 8 jam
 - b) Urin dalam jumlah yang banyak akan diproduksi dalam waktu 12-36 jam setelah melahirkan
- h. Buang Air Besar (BAB)

- a) BAB biasanya tertunda selama 2-3 hari, karena *oedema* persalinan, diit cairan, obat-obatan *analgetik*, dan *perineum* yang sangat sakit
 - b) Bila lebih dari tiga hari belum BAB bisa diberikan obat *laksantia*
 - c) Ambulasi secara dini dan teratur akan membantu dalam regulasi BAB
 - d) Asupan cairan yang adekuat dan tinggi serat sangat dianjurkan
- (Sutanto, 2019)

E. Asuhan Keluarga Berencana

Keluarga Berencana (KB) adalah salah satu usaha untuk mencapai kesejahteraan dengan jalan memberikan nasehat perkawinan, pengobatan kemandulan dan penjarangan kelahiran. KB merupakan tindakan membantu individu atau pasangan suami istri untuk menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang diinginkan, dan mengatur interval diantara kelahiran. KB adalah proses yang disadari oleh pasangan untuk memutuskan jumlah dan jarak anak serta waktu kelahiran (Matahari et.al, 2018). Kontrasepsi adalah usaha-usaha untuk mencegah terjadinya kehamilan, usaha itu dapat bersifat sementara atau bersifat permanen (Matahari et.al, 2018).

KLOP KB adalah singkatan dari roda Kriteria KeLayanan Medis KONtrasePsi yang bertujuan memperbaiki akses dan kualitas Keluarga Berencana dengan menyediakan rekomendasi-rekomendasi bagi pembuat kebijakan, pembuat keputusan dan komunitas ilmiah (Ditkesga dan BKKBN, 2020).

Diagram lingkaran ini berisi kriteria persyaratan medis untuk memulai penggunaan kontrasepsi tertentu. Pedoman ini memberikan informasi kepada penyedia pelayanan Keluarga Berencana dalam memberikan rekomendasi mengenai metode kontrasepsi yang aman untuk calon akseptor dengan kondisi medis atau karakteristik tertentu (Ditkesga dan BKKBN, 2020).

Roda KLOP yang berbentuk aplikasi berisikan (Ditkesga dan BKKBN, 2020):

- a. Langkah-langkah konseling
- b. Diagram lingkaran kriteria kelayakan medis

- c. Penapisan kehamilan
- d. Macam-macam metode kontrasepsi
- e. Tingkat efektivitas metode kontrasepsi
- f. Prosedur sebelum penggunaan metode kontrasepsi
- g. Kontrasepsi dalam keadaan khusus

Diagram lingkaran ini mencakup rekomendasi-rekomendasi untuk memulai penggunaan sebelas tipe metode kontrasepsi yang umum (Ditkesga dan BKKBN, 2020):

- a. Kontrasepsi Pil Kombinasi, KPK (kontrasepsi pil kombinasi dosis rendah, dengan $\leq 35 \mu\text{g}$ etinil estradiol)
- b. Kontrasepsi hormonal kombinasi transdermal, KHKT
- c. Cincin vagina kontrasepsi kombinasi, CVK
- d. Kontrasepsi suntik kombinasi, KSK
- e. Kontrasepsi Pil Progestin, KPP
- f. Kontrasepsi Suntik Progestin, DMPA (IM, SC)/NET-EN (Depot Medroxyprogesteron acetate intramuscular atau subkutan atau norethisterone enantate intramuscular).
- g. Implan Progestin, LNG/ETG (levonorgestrel atau etonogestrel)
- h. Alat Kontrasepsi Dalam Rahim-LNG, AKDR-LNG
- i. Alat Kontrasepsi Dalam Rahim-Copper T, AKDR-Cu
- j. Tubektomi
- k. Vasektomi

Pada penelitian Handini *et.al* (2020) bertujuan untuk menentukan Model Kriteria Kelayakan Medis Penggunaan Kontrasepsi Berbasis Aplikasi. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengharapkan alat bantu pengambilan keputusan sederhana, sistematis, bentuknya tidak bolak-balik, dan beserta gambar. Hasil uji lapangan pendahuluan menunjukkan bahwa 56,2% responden melakukan tingkat kepuasan yang tinggi tentang model berbasis aplikasi.

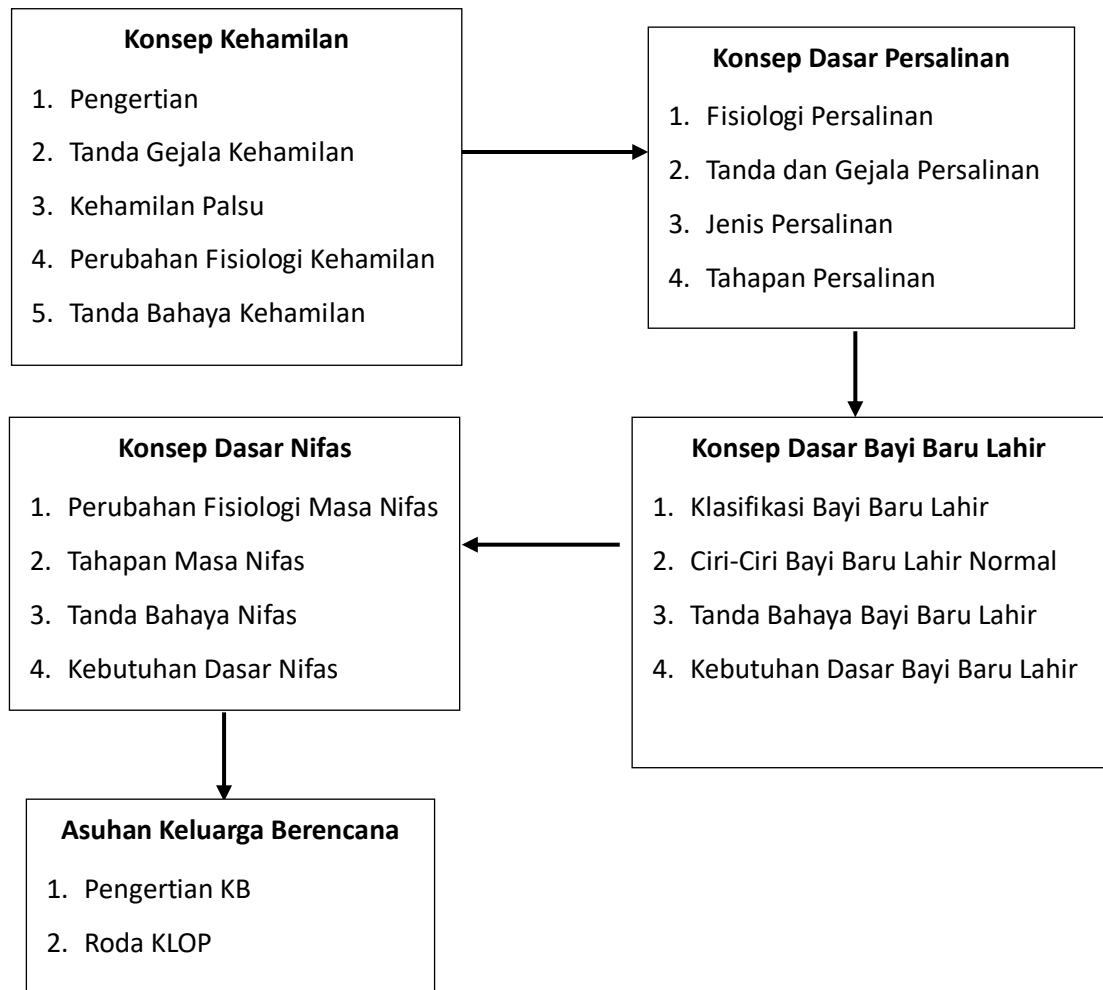
Kebutuhan Dasar KB:

- a. Pemberian kontrasepsi suntikan sering menimbulkan gangguan haid.

Gangguan haid ini biasanya bersifat sementara dan sedikit sekali mengganggu kesehatan.

- b. Dapat terjadi efek samping seperti peningkatan berat badan, sakit kepala, dan nyeri payudara, efek-efek samping ini jarang, tidak berbahaya, dan cepat hilang.
- c. Karena terlambat kembalinya kesuburan, penjelasan perlu diberikan pada ibu usia muda yang ingin menunda kehamilan, atau bagi ibu yang merencanakan kehamilan berikutnya dalam waktu dekat.
- d. Setelah suntikan dihentikan, haid tidak segera datang. Haid baru datang kembali pada umumnya setelah 6 bulan. Selama tidak haid tersebut dapat saja terjadi kehamilan. Bila setelah 3-6 bulan tidak juga haid, klien harus kembali ke dokter atau tempat pelayanan kesehatan untuk dicari penyebab tidak haid tersebut.
- e. Bila klien tidak dapat kembali pada jadwal yang telah ditentukan, suntikan dapat diberikan 2 minggu sebelum jadwal. Dapat juga suntikan diberikan 2 minggu setelah jadwal yang ditetapkan, asal saja tidak terjadi kehamilan. Klien tidak dibenarkan melakukan hubungan seksual selama 7 hari, atau menggunakan metode kontrasepsi lainnya selama 7 hari. Bila perlu dapat juga menggunakan kontrasepsi darurat.
- f. Bila klien, misalnya sedang menggunakan salah satu kontrasepsi suntikan dan kemudian meminta untuk digantikan dengan kontrasepsi suntikan yang lain, sebaiknya jangan dilakukan. Andaikata terpaksa juga dilakukan, kontrasepsi yang akan diberikan tersebut diinjeksi sesuai dengan jadwal suntikan dari kontrasepsi hormonal yang sebelumnya.
- g. Bila klien lupa jadwal suntikan, suntikan dapat segera diberikan, asal saja diyakini ibu tersebut tidak hamil.

F. Kerangka Teori



Bagan 2. 1 Kerangka Teori

Sumber: Dartiwen dan Nurhayati, (2019); Atiqoh, (2020); Munthe, (2019); Andina, (2019); Sutanto,et.al, (2019); Diana, (2019); Ari Kurniarum,dkk (2018); Johariyah, (2018); Yulizawati, et.al, (2018); JNPK-KR, (2017); Armini, dkk, (2020); Wulandari, (2018); Sutanto, (2019); Kemenkes RI. (2020); Matahari, et.al, (2018); Ditkesga dan BKKBN, (2020); Handini et.al, (2020).