

**LEMBAR BELAJAR MAHASISWI (LBM) 1
SGD 1 LBM 1 BLOK 15
SEMESTER 4
KELOMPOK 1**



Dosen Pembimbing :
Bu Hanifatur Rosyidah, S.Si.T, MPH

Ketua : Rizki Amalya Syajidah
Scriber : Salsabila Lintang

Anggota Kelompok :

- | | |
|--------------------------|-------------|
| 1. Cici Monika Sari | 32102000027 |
| 2. Putri Nur Rahmawati | 32102000044 |
| 3. Rizki Amalya Syajidah | 32102000047 |
| 4. Salsabila Lintang | 32102000050 |
| 5. Sovia Elviana Bintia | 32102000053 |
| 6. Winneke Ratih L | 32102000054 |
| 7. Sulastri | 32102000065 |
| 8. Suci Indah Permata | 32102000065 |

**FAKULTAS KEDOKTERAN PRODI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
2022**

LEMBAR BELAJAR MAHASISWA (LBM) 1

A. Judul

Capek habis melahirkan.....

B. Scenario

Seorang perempuan, umur 24 tahun melahirkan anak pertamanya 6 jam yang lalu di Praktik Mandiri Bidan (PMB) dengan keluhan perutnya terasa lapar, namun jika makan banyak, ibu merasa khawatir akan BAB karena menyebabkan sakit pada jahitan episiotominya. Hasil anamnesis perut terasa mules, ibu belum BAK dan BAB. Dari pemeriksaan fisik didapatkan : KU : baik, kesadaran : composmentis, TD : 110/70 mmHg, N : 80x/menit, P : 24x/menit, S : 38°C, palpasi abdomen : TFU 1 jari dibawah pusat, kontraksi uterus baik, konsistensi uterus keras. Genetalia : vagina tampak membuka lebar, tidak ada bengkak, ada darah yang keluar berwarna merah segar, dan terdapat luka jahitan jelujur pada perineum. Bidan memberikan penjelasan terhadap ibu berkaitan dengan perubahan kondisinya.

STEP 1

1. Jahitan jelujur (Lintang)
 - a. Adalah jahitan yang menghasilkan pola seperti rantai sehingga menghasilkan jahitan yang mudah untuk dilepaskan (Lya)
 - b. Dapat disebut juga jahitan sementara yang bertujuan untuk menutup robekan pada perineum (Winneke)
2. Perineum (Putri nur)
 - a. Adalah otot kulit dan jaringan yang ada diantara kelamin dan anus (Suci)
 - b. Yaitu area dibelakang vagina hingga anus yang termasuk bagian belakang kanal kelahiran (Sulastri)

STEP 2

1. Mengapa perut ibu terasa mules? (Putri)
2. Mengapa ibu setelah melahirkan merasa lapar? (Suci)
3. Bagaimana perubahan tanda – tanda vital pada ibu setelah melahirkan?
4. Mengapa ibu belum melakukan BAB & BAK ? (Lya)
5. Bagaimana perubahan sistem pencernaan pada ibu setelah melahirkan?
6. Apakah benar ibu setelah melahirkan jika BAB bisa menyebabkan sakit pada jahitan episiotominya ? (Cici)
7. Bagaimana perubahan sistem perkemihan pada ibu setelah melahirkan?
8. Bagaimana perubahan sistem reproduksi pada ibu setelah melahirkan?
9. Bagaimana perubahan TFU pada ibu nifas / pasca melahirkan?
10. Mengapa adanya perubahan TFU pada ibu pasca melahirkan?
11. Bagaimana pengeluaran cairan dari jalan lahir yang normal pada saat nifas? (Lya)
12. Bagaimana ciri – ciri jahitan episiotomy ibu nifas yang baik? (Lintang)
13. Bagaimana cara perawatan luka jahitan episiotomy pada ibu nifas ? (Sulastri)
14. Apa saja kebutuhan ibu setelah masa nifas ? (Winneke)

STEP 3

1. Mengapa perut ibu terasa mules? (Putri)

Jawab :

Setelah melahirkan rahim akan melar karena sudah tidak menampung bayi. Maka perut ibu akan berproses kembali dalam bentuk normal dan mengalami kontraksi yang disebabkan oleh oksitosin sehingga menyebabkan ibu sering merasa ingin BAB (Lya)

2. Mengapa ibu setelah melahirkan merasa lapar? (Suci)

Jawab :

Proses melahirkan → ibu membutuhkan tenaga serta energi extra → setelah melahirkan ibu merasa lapar dan membutuhkan makanan untuk mencukupi energinya -- setelah melahirkan ibu menyusui si bayi -- dibutuhkan kalori yang banyak -- untuk terpenuhi nutrisi dan cairan ibu dan bayi (Cici)

Karena ibu telah mengeluarkan energy yang begitu banyak pada saat proses persalinan, dan juga disebabkan oleh pengaruh peningkatan hormone oksitosin dan prolactin karena hormone ini diperlukan untuk memproduksi ASI bagi bayi. (Winneke)

3. Bagaimana perubahan tanda – tanda vital pada ibu setelah melahirkan?

Jawab :

- a. Suhu Tubuh

Setelah proses persalinan suhu tubuh dapat meningkat 0,50 celcius dari keadaan normal namun tidak lebih dari 380 celcius. Setelah 12 jam persalinan suhu tubuh akan kembali seperti keadaan semula.

- b. Nadi

Setelah proses persalinan selesai frekuensi denyut nadi dapat sedikit lebih lambat. Pada masa nifas biasanya denyut nadi akan kembali normal.

- c. Tekanan darah

Setelah partus, tekanan darah dapat sedikit lebih rendah dibandingkan pada saat hamil karena terjadinya perdarahan pada proses persalinan.

- d. Pernafasan

Pada saat partus frekuensi pernafasan akan meningkat karena kebutuhan oksigen yang tinggi untuk tenaga ibu meneran/ mengejan dan memepertahankan agar persediaan oksigen ke janin tetap terpenuhi. Setelah partus frekuensi pernafasan akan kembali normal. (Suci)

4. Mengapa ibu belum melakukan BAB & BAK ? (Lya)

Jawab :

BAK : Jadi memang buang air kecil sering sulit selama 24 jam pertama. Karena kemungkinan terdapat spasme sfingter (otot halus berbentuk cincin pada area vagina) dan edema leher buli-buli sesudah bagian ini akan mengalami kompresi antara kepala janin dan tulang pubis selama persalinan. Urine dalam jumlah yang besar akan dihasilkan dalam waktu 12-36 jam sesudah melahirkan.

BAB : Buang air besar biasanya mengalami perubahan pada 1-3 hari, hal ini disebabkan terjadinya penurunan tonus otot selama proses persalinan. (Winneke)

5. Bagaimana perubahan sistem pencernaan pada ibu setelah melahirkan
Jawab :
Penurunan kadar progesteron — nafsu makan meningkat — terjadi penurunan tonus otot cerna — konstipasi sering — berangsur pulih (Lya)

6. Apakah benar ibu setelah melahirkan jika BAB bisa menyebabkan sakit pada jahitan episiotominya ? (Cici)
Jawab :

7. Bagaimana perubahan sistem perkemihan pada ibu setelah melahirkan?
Jawab :
Setelah proses persalinan berlangsung, biasanya ibu akan sulit untuk buang air kecil dalam 24 jam pertama. Penyebab dari keadaan ini adalah terdapat spasme sfinkter dan edema leher kandung kemih setelah mengalami kompresi (tekanan) antara kepala janin dan tulang pubis selama persalinan berlangsung. Kadar hormon estrogen yang bersifat menahan air akan mengalami penurunan yang mencolok. Keadaan tersebut disebut “diuresis”. (Suci)

8. Bagaimana perubahan sistem reproduksi pada ibu setelah melahirkan?
 - a. Jawab :
Perubahan Ligamen
Setelah bayi lahir, ligamen dan diafragma pelvis fasia yang meregang sewaktu kehamilan dan saat melahirkan, kembali seperti sedia kala. Perubahan ligamen yang dapat terjadi pasca melahirkan antara lain: ligamentum rotundum menjadi kendur yang mengakibatkan letak uterus menjadi retrofleksi; ligamen, fasia, jaringan penunjang alat genitalia menjadi agak kendur.
 - b. Perubahan Serviks
Segera setelah melahirkan, serviks menjadi lembek, kendur, terkulai dan berbentuk seperti corong. Hal ini disebabkan korpus uteri berkontraksi, sedangkan serviks tidak berkontraksi, sehingga perbatasan antara korpus dan serviks uteri berbentuk cincin. Warna serviks merah kehitam-hitaman karena penuh

- c. Lokia
Akibat involusi uteri, lapisan luar desidua yang mengelilingi situs plasenta akan menjadi nekrotik. Lokia mempunyai bau yang amis (anyir) meskipun tidak terlalu menyengat dan volumenya berbeda-beda pada setiap wanita. Lokia mengalami perubahan karena proses involusi. Pengeluaran lokia dapat dibagi menjadi lokia rubra, sanguilenta, serosa dan alba.
- d. Perubahan 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. Ukuran vagina akan selalu lebih besar dibandingkan keadaan saat sebelum (Sulastri)

9. Bagaimana perubahan TFU pada ibu nifas / pasca melahirkan? (tabel)

Jawab :

- a. Involusi : Bayi lahir, TFU: Setinggi pusat, Berat Uterus: 1000gram
- b. Involusi : Uri lahir, TFU: 2 jari bawah pusat, Berat Uterus: 750gram
- c. Involusi : 1 minggu, TFU: Pertengahan pusat simpisis, Berat Uterus: 500gr
- d. Involusi : 2 minggu, TFU: Tidak teraba diatas simpisis, Berat Uterus: 350gr
- e. Involusi : 6 minggu, TFU: Normal, Berat Uterus: 50gr
- f. Involusi : 8 minggu, TFU: Normal tapi sebelumhamil, Berat Uterus: 30gr (Sulastri)

10. Mengapa adanya perubahan TFU pada ibu pasca melahirkan?

Jawab :

11. Bagaimana pengeluaran cairan dari jalan lahir yang normal pada saat nifas?

(Lya)

Jawab :

12. Bagaimana ciri – ciri jahitan episiotomy ibu nifas yang baik? (Lintang)

Jawab :

- a. Tidak terdapat perdarahan dari luka di perineum
- b. Rasa nyeri berkurang
- c. Vagina tidak mengeluarkan cairan berbau tak sedap.
- d. Tidak terdapat pembengkakan yang tidak wajar di area vagina dan sekitarnya.
- e. Tidak ada rasa nyeri atau sensasi seperti rasa panas terbakar saat buang air kecil. (Putri)

13. Bagaimana cara perawatan luka jahitan episiotomy pada ibu nifas ? (Sulastri)

Jawab :

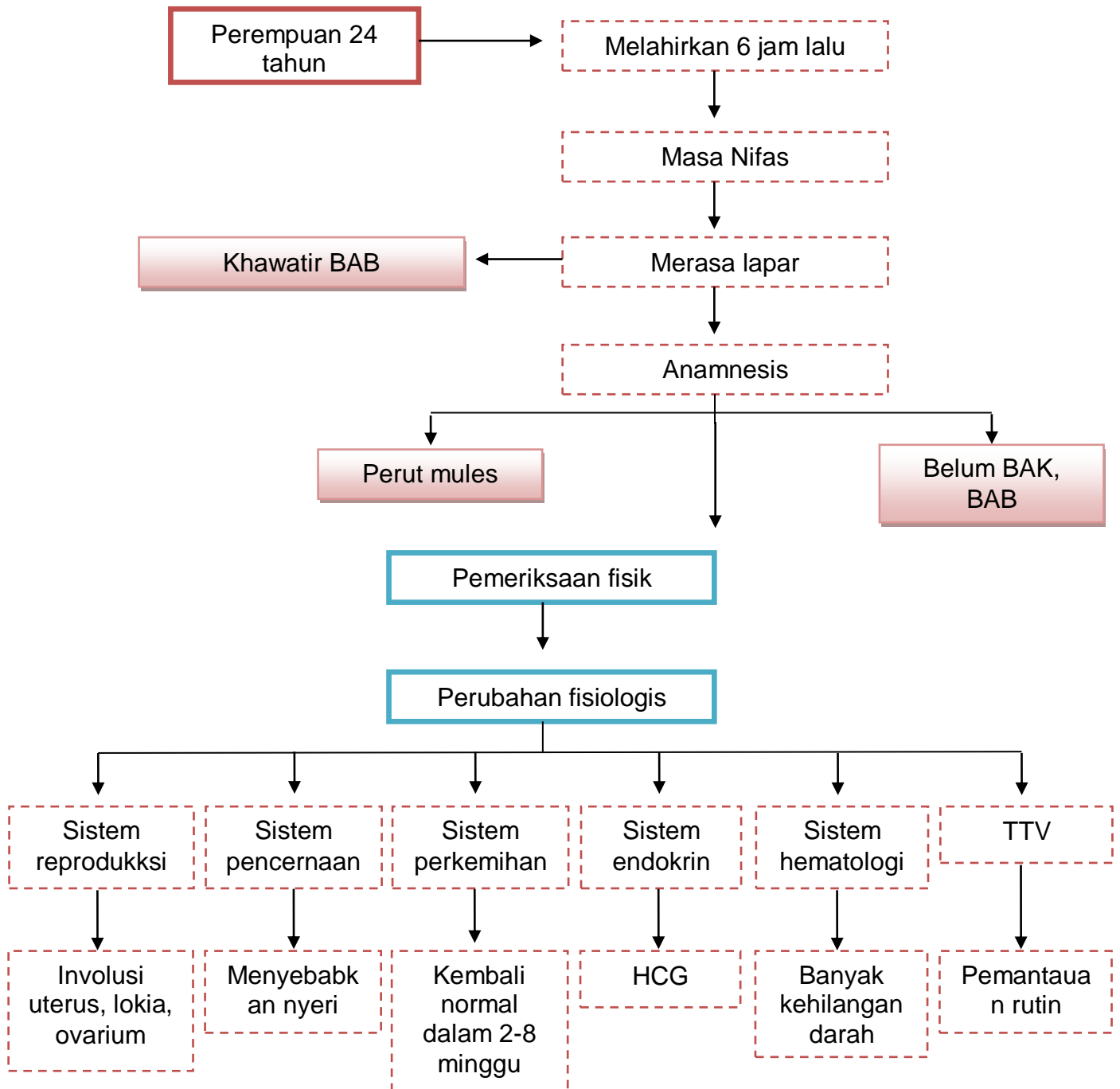
- a. Membersihkan dengan air bersih dan mengalir
- b. Membasuh dari depan kebelakang setelah BAB & BAK
- c. Boleh membasuh dengan antiseptic
- d. Tangan bersih setiap akan menyentuh area luka
- e. Setelah membasuh keringkan dengan handuk kering bersih
- f. Ganti celana jika terasa lembab
- g. Tidak menaburi area luka dengan bedak
- h. Perbanyak konsumsi serat (Lintang)

14. Apa saja kebutuhan ibu setelah masa nifas ? (Winneke)

Jawab :

- a. Kebutuhan nutrisi dan cairan
- b. Ambulasi
- c. Kebutuhan BAB & BAK
- d. Personal hygiene
- e. Kebutuhan istirahat
- f. Kebutuhan hubungan seksual (Putri)

STEP 4 KONSEP MAP



STEP 5

1. Mengapa perut ibu terasa mules? (Putri)
2. Mengapa ibu setelah melahirkan merasa lapar? (Suci)
3. Bagaimana perubahan tanda – tanda vital pada ibu setelah melahirkan?
4. Mengapa ibu belum melakukan BAB & BAK ? (Lya)
5. Bagaimana perubahan sistem pencernaan pada ibu setelah melahirkan?
6. Apakah benar ibu setelah melahirkan jika BAB bisa menyebabkan sakit pada jahitan episiotominya ? (Cici)
7. Bagaimana perubahan sistem perkemihan pada ibu setelah melahirkan?
8. Bagaimana perubahan sistem reproduksi pada ibu setelah melahirkan?
9. Bagaimana perubahan TFU pada ibu nifas / pasca melahirkan?
10. Mengapa adanya perubahan TFU pada ibu pasca melahirkan?
11. Bagaimana pengeluaran cairan dari jalan lahir yang normal pada saat nifas? (Lya)
12. Bagaimana ciri – ciri jahitan episiotomy ibu nifas yang baik? (Lintang)
13. Bagaimana cara perawatan luka jahitan episiotomy pada ibu nifas ? (Sulastri)
14. Apa saja kebutuhan ibu setelah masa nifas ? (Winneke)