



# PUERPERIUM (NIFAS)

RENASYA NUR SARIFAH

1810211034



## DEFINISI

periode setelah melahirkan sampai pulihnya organ reproduksi seperti keadaan normal sebelum hamil, yang lamanya kurang lebih 6-8 minggu.

Periode masa nifas (puerperium) adalah periode waktu selama 6-8 minggu setelah persalinan. Proses ini dimulai setelah selesainya persalinan dan berakhir setelah alat-alat reproduksi kembali seperti keadaan sebelum hamil/tidak hamil sebagai akibat dari adanya perubahan fisiologi dan psikologi karena proses persalinan



## Periode masa nifas :

1. puerperium dini → kepulihan dimana ibu telah diperbolehkan berdiri dan berjalan
2. puerperium intermedial → kepulihan menyeluruh organ reproduksi yang lamanya 6-8 minggu
3. remote puerperium → waktu yang diperlukan untuk pulih sehat sempurna, bisa sampai tahunan)



## Periode masa nifas :

- a. Periode immediate postpartum, Masa segera setelah plasenta lahir sampai dengan 24 jam. Pada masa ini sering terdapat banyak masalah, misalnya pendarahan karena atonia uteri, oleh karena itu, bidan dengan teratur harus melakukan pemeriksaan kontraksi uterus, pengeluaran lokeha, tekanan darah, dan suhu.
- b. Periode early postpartum (24 jam-1 minggu) Pada fase ini bidan memastikan involusi uteri dalam keadaan normal, tidak ada perdarahan, lokeha tidak berbau busuk, tidak demam, ibu cukup mendapatkan makanan dan cairan, serta ibu dapat menyusui dengan baik. Selain itu, pada fase ini ibu sudah memiliki keinginan untuk merawat dirinya dan diperbolehkan berdiri dan berjalan untuk melakukan perawatan diri karena hal tersebut akan bermanfaat pada semua sistem tubuh.
- c. Periode late postpartum (1 minggu- 5 minggu) Pada periode ini bidan tetap melakukan perawatan dan pemeriksaan sehari-hari serta konseling KB



# Perubahan Organ Reproduksi

- a. uterus, secara berangsur akan mengecil (involusi). hari pertama pasca melahirkan ukurannya masih cukup besar (fundus setinggi pusat atau 2 jari dibawah pusat), kemudian berangsur mengecil mendekati ukuran sebelum hamil
- b. vagina dan organ genitalia eksterna

warna : vagina selama hamil bewarna livid (merah kebiruan) berubah menjadi merah setelah melahirkan.

edematosa : edema vagina selama hamil akan mengalami regresi

luka: trauma/laserasi akan mengalami penyembuhan

varises dan hemoroid

rugae : terlihat pada akhir minggu ke-3

hymen : berubah menjadi caruncula hymenalis



# Perubahan Organ Reproduksi

c. payudara, pada ahri pertama kelahiran, ibu akan mengeluarkan ASI pertamanya yang bewarna kekuningan (colustrum)

d. lochia (discharge uterus)

lochia tersusun oleh: eritrosit, kelupasan desidua, sel epitel dan bakteri

ada 3 macam lochia : cruenta/rubra, sanguinolenta, alba

kelainan pada lochia : berbau busuk dan locia warna kemerahan setelah 2 minggu



# Pemantauan

1. anamnesis : keluhan subjektif ibu, kemampuan BAK dan BAB, menyusui dini, lochia
2. pemeriksaan fisik : uterus (invulusi), vulvovagina dan perineum (bekas laserasi), payudara
3. konseling : kebersihan diri, gizi, aktivitas fisik, kontrasepsi (KB).