



STIKes Mitra keluarga



ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU PASCA PARTUM

Modul Keperawatan Maternitas

Oleh Ns.Lina HP. S.Kep.,M.Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan modul pasca partum ini. Modul ini disusun agar dapat menjadi bahan pembelajaran keperawatan khususnya keperawatan maternitas.

Dalam menyelesaikan modul ini, penulis mendapatkan masukan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis menyampaikan terima kasih khususnya kepada teman-teman tim Pengajar Keperawatan Maternitas yang sudah berusaha keras selama penyusunan modul ini

Akhirnya penulis berharap semoga modul ini dapat bermanfaat bagi pengembangan mahasiswa/i serta tenaga keperawatan. Penulis berharap atas saran dan kritik yang bersifat membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Bekasi, Juli 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HLM

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	ii
A. PENGANTAR	1
B. TUJUAN.....	2
C. BAHAN BACAAN	
1. Post Partum	5
a. Konsep Dasar Post Partum	5
b. Periode Post Partum	6
c. Adaptasi Fisiologis Post Partum	7
d. Adaptasi Psikologis Orang Tua	12
e. Komplikasi Post Partum.....	13
f. Penatalaksanaan Medis	14
g. Asuhan keperawatan Post Partum.....	14
2. Komplikasi Post Partum	26
a. Definisi	26
b. Etiologi	27
c. Manifestasi Klinis	28
d. Penatalaksanaan	28
e. Asuhan Keperawatan Komplikasi Post Partum	29
3. Infeksi Puerperium	32
a. Definisi	32
b. Etiologi	32
c. Manifestasi Klinis	33
d. Penatalaksanaan	33
e. Asuhan Keperawatan Pada infeksi Puerperium	34
4. Mastitis	
a. Definisi	35
b. Etiologi	36

c. Manifestasi Klinis	36
d. Penatalaksanaan	37
e. Asuhan Keperawatan Mastitis	37
5. Tromboemboli	
a. Definisi	39
b. Etiologi	40
c. Manifestasi Klinis	40
d. Penatalaksanaan	41
e. Asuhan Keperawatan Tromboemboli.....	41
6. Gangguan Psikologi Postpartum	
a. Definisi	43
b. Etiologi	44
c. Manifestasi Klinis	44
d. Penatalaksanaan	44
e. Asuhan Keperawatan.....	44
D. RANGKUMAN	46
E. TES FORMATIF	47
F. DAFTAR PUSTAKA.....	50

KOMPETENSI

1. Kompetensi Umum

Setelah mempelajari modul ini, mahasiswa diharapkan mampu melakukan menerapkan tindakan perawatan pada ibu nifas normal dan ibu nifas dengan komplikasi.

2. Kompetensi Khusus

Setelah mempelajari modul ini, mahasiswa diharapkan mampu:

- a. Menguraikan tentang pengertian manajemen laktasi
- b. Menguraikan tentang Inisiasi Menyusu Dini
- c. Menguraikan tentang Teknik menyusui
- d. Menguraikan tentang ASI Eksklusif
- e. Menjelaskan cara penyimpanan ASI
- f. Menjelaskan permasalahan yang sering terjadi pada masa menyusui

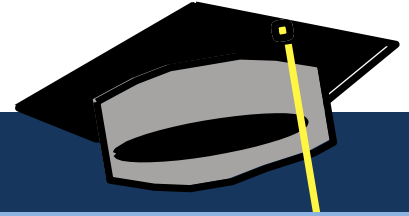
Daftar Isi

Modul ini akan membahas tentang pengertian manajemen laktasi, Inisiasi Menyusu Dini, teknik menyusui yang benar, ASI Eksklusif, cara penyimpanan ASI, permasalahan yang sering terjadi pada masa menyusui

UNIT I

MANAJEMEN LAKTASI

▮ 200 Menit



A. PENGANTAR

Masih ingatkah anda perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuh ibu setelah melahirkan? Salah satu perubahan yang terjadi adalah hormon ibu sehingga ASI diproduksi. ASI diproduksi agar ibu dapat menyusui bayinya, sehingga bayi sehat dan dapat mencegah perdarahan dan mencegah kehamilan selama ibu menyusui dengan rutin. Tetapi anda juga tahu bahwa masyarakat Indonesia pada umumnya merasa bangga bila mampu memberikan susu formula pada bayinya. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) pada bayi semakin jarang ditemukan. Bahkan di Rumah sakitpun masih banyak tenaga kesehatan yang memberikan susu formula pada bayi baru lahir. Padahal seharusnya bayi baru lahir harus menyusu sesegera mungkin pada ibunya dan difasilitasi agar ibu dapat menyusui bayinya sesering mungkin. Setelah ibu pulang dari rumah sakitpun ibu harus menyusui terus sampai usia bayinya 2 tahun, walaupun ibu tersebut harus bekerja.

Sebagai tenaga kesehatan, sudah selayaknya anda memikirkan bagaimana strategi agar hubungan ibu dan bayi lebih dekat dan proses menyusui berlangsung secara efektif sehingga ibu dan bayi dapat terhindar dari komplikasi. Dengan mempelajari modul ini, anda akan menemukan alasan mengapa tenaga kesehatan harus mendukung pemberian ASI pada bayi. Modul ini secara khusus akan membahas tentang ASI dan manfaatnya, kendala-kendala yang dialami selama menyusui, tehnik menyusui dan tehnik menyimpan ASI.

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

Modul ini juga dilengkapi dengan latihan soal. Ujilah kemampuan anda setelah selesai mempelajari pokok bahasan dengan mengerjakan soal latihan. Oleh karena itu, selain sebagai bahan bacaan, modul ini juga dapat digunakan untuk mengukur keberhasilan belajar. Setelah membaca modul ini, anda akan tertantang untuk lebih mengetahui tentang keajaiban ASI.

Prasyarat untuk mempelajari modul ini adalah mahasiswa sudah lulus pada mata ajar anatomi fisiologi. Karena di dalam anatomi sistem reproduksi anda sudah mempelajari tentang payudara dan hormon sehingga mempermudah penguasaan tentang fisiologi menyusui. Pelajarilah modul ini secara sistematis dan disiplin. Di samping itu, penguasaan modul ini akan lebih mudah jika mahasiswa juga menambah wawasan dengan membaca referensi lain.



KOMPETENSI

Kompetensi :

Setelah mempelajari pokok bahasan ini diharapkan mahasiswa DIII keperawatan semester IV mampu: Melakukan manajemen laktasi dengan tepat pada ibu post partum di tatanan klinik

Tujuan pembelajaran :

Diharapkan mahasiswa mampu:

1. Menjelaskan tentang pengertian manajemen laktasi
2. Menjelaskan tentang Inisiasi Menyusu Dini
3. Menjelaskan tentang teknik menyusui yang benar
4. Menjelaskan tentang ASI Eksklusif
5. Menjelaskan cara penyimpanan ASI
6. Menjelaskan permasalahan yang sering terjadi pada masa menyusui

B. BAHAN BACAAN

MANAJEMEN LAKTASI

Managemen laktasi merupakan pengelolaan kegiatan yang menunjang keberhasilan menyusui baik pada tahap antenatal, perinatal dan postnatal. Kesuksesan manajemen laktasi dipengaruhi oleh dukungan dan pengetahuan tenaga kesehatan tentang hal-hal yang berkaitan dengan proses laktasi. (Maryunani, 2009)

A. Mekanisme Menyusui

Mengapa Air susu tidak diproduksi selama kehamilan ? Bisa anda bayangkan jika air susu ibu sudah diproduksi sejak awal kehamilan sementara belum ada yang mengisapnya, para ibu harus buang ASI tiap hari, Mubazir bukan?



Gambar 1.1 Ibu Menyusui

Pada masa kehamilan, payudara mulai membesar karena terjadinya proliferasi sel duktus laktiferus dan sel kelenjar pembuat ASI akibat pengaruh hormone estrogen, prolaktin, dan progesterone. Kolostrum kadang kala sudah keluar pada usia kehamilan lima bulan tetapi masih dalam jumlah sedikit. Hal ini disebabkan oleh kadar estrogen yang tinggi dalam masa kehamilan yang menghambat kerja hormone prolaktin. Anda harus tahu bahwa didalam tubuh kita sudah diatur agar peningkatan hormon satu dengan yang lainnya tidak meningkat secara bersamaan atau salah satunya akan dihambat.

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

Pada saat persalinan, setelah plasenta lepas, kadar estrogen dan progesterone menurun, sehingga tidak ada yang menghambat kerja prolaktin untuk memproduksi ASI. Produksi ASI diperlancar oleh rangsangan isapan bayi saat proses menyusui yang memacu pelepasan prolaktin (Depkes, 2010). Proses produksi sampai air susu memenuhi payudara adalah satu hingga tiga hari setelah melahirkan. Oleh karena itu, jangan khawatir apabila air susu belum keluar atau yang keluar hanya sedikit sekali pada hari-hari pertama. Pada saat ini yang keluar masih kolostrum.

Proses pengeluaran ASI atau sering disebut sebagai refleksi “letdown” berada dibawah kendali neuroendokrin, dimana bayi yang menghisap payudara ibu merangsang produksi oksitosin yang menyebabkan kontraksi sel-sel miopitel. Kontraksi dari sel-sel ini akan memeras air susu yang telah diproduksi keluar dari alveoli dan masuk ke sistem duktulus laktiferus masuk ke mulut bayi sehingga ASI tersedia bagi bayi. Selain menyebabkan kontraksi sel-sel miopitel, oksitosin juga mempengaruhi jaringan otot polos uterus berkontraksi sehingga mempercepat lepasnya plasenta dari dinding uterus dan membantu mengurangi terjadinya perdarahan. Oleh karena itu, setelah bayi lahir maka bayi harus segera disusukan pada ibunya (Inisiasi Menyusui dini). Dengan seringnya menyusui, proses pengecilan uterus akan terjadi makin cepat dan makin baik. Tidak jarang perut ibu akan terasa mulas yang sangat pada hari-hari pertama menyusui, hal ini merupakan mekanisme alamiah yang baik untuk kembalinya uterus ke bentuk semula (Wong, 2009)

B. Inisiasi Menyusu Dini (IMD)



Menurutmu perlu kah bayi yang baru lahir dilakukan IMD ??

IMD adalah proses membiarkan bayi dengan nalurinya sendiri menyusu dalam 1 jam pertama setelah lahir, bersamaan dengan kontak kulit (skin to skin contact) antara kulit ibu dengan kulit bayinya (Nurtjahjo dalam Permatasari 2010).

Menurut Roesli (2008) dalam Permatasari (2010), ada beberapa manfaat yang bisa didapat dengan melakukan IMD adalah :

1. Menurunkan resiko kedinginan (hypothermia)

Bayi yang diletakkan segera di dada ibunya setelah melahirkan akan mendapatkan kehangatan sehingga dapat menurunkan resiko hypothermia sehingga angka kematian karena hypothermia dapat ditekan.

2. Membuat pernapasan dan detak jantung bayi lebih stabil

Ketika berada di dada ibunya bayi merasa dilindungi dan kuat secara psikis sehingga akan lebih tenang dan mengurangi stres sehingga pernafasan dan detak jantungnya akan lebih stabil

3. Bayi akan memiliki kemampuan melawan bakteri

IMD memungkinkan bayi akan kontak lebih dahulu dengan bakteri ibu yang tidak berbahaya atau ada antinya di ASI ibu, sehingga bakteri tersebut membuat koloni di usus dan kulit bayi yang akan dapat menyaingi bakteri yang lebih ganas di lingkungan luar.

4. Bayi mendapat kolostrum dengan konsentrasi protein dan immunoglobulin paling tinggi

IMD akan merangsang pengeluaran oksitosin sehingga pengeluaran ASI dapat terjadi pada hari pertama kelahiran. ASI yang keluar pada hari pertama kelahiran mengandung kolostrum yang memiliki protein dan immunoglobulin dengan konsentrasi paling tinggi. Kolostrum sangat bermanfaat bagi bayi karena kaya akan antibodi dan zat penting untuk pertumbuhan usus dan ketahanan terhadap infeksi yang sangat dibutuhkan bayi demi kelangsungan hidupnya .

5. Mendukung keberhasilan ASI Eksklusif

Bayi yang diberikan kesempatan menyusu dini akan mempunyai kesempatan lebih berhasil menyusu Eksklusif dan mempertahankan menyusu dari pada yang menunda menyusu dini

6. Membantu pengeluaran plasenta dan mencegah pendarahan

Sentuhan, kuluman dan jilatan bayi pada puting susu ibu akan merangsang sekresi hormon oksitosin yang penting untuk menyebabkan rahim kontraksi yang membantu pengeluaran plasenta dan mengurangi pendarahan sehingga mencegah anemia, merangsang hormon lain yang membuat ibu menjadi tenang, rileks dan mencintai bayinya serta merangsang pengaliran ASI dari payudara.

C. Teknik Menyusui yang Benar

Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar (Suradi 2005 dalam Rachmaniah, (2014)

Menurutmu bagaimana cara menyusui yang benar ??



Cara Menyusui Yang Benar

1. Posisi Badan Ibu dan Badan Bayi (DepKes RI, 2005 dalam Rachmaniah, (2014)

- a. Ibu duduk atau berbaring dengan santai
- b. Pegang bayi pada belakang bahunya, tidak pada dasar kepala
- c. Rapatkan dada bayi dengan dada ibu atau bagian bawah payudara
- d. Tempelkan dagu bayi pada payudara ibu
- e. Dengan posisi seperti ini telinga
- f. bayi akan berada dalam satu garis dengan leher dan lengan bayi
- g. Jauhkan hidung bayi dari payudara ibu dengan cara menekan pantat bayi dengan lengan ibu.

2. Posisi Mulut Bayi dan Puting Susu Ibu (DepKes RI, 2005 dalam Rachmaniah, 2014).

- a. Payudara dipegang dengan ibu jari diatas jari yang lain menopang dibawah (bentuk C) atau dengan menjepit payudara dengan jari telunjuk dan jari tengah (bentuk gunting), dibelakang areola (kalang payudara)
- b. Bayi diberi rangsangan agar membuka mulut (rooting reflek) dengan cara menyentuh puting susu, menyentuh sisi mulut puting susu.
- c. Tunggu sampai bayi bereaksi dengan membuka mulutnya lebar dan lidah ke bawah
- d. Dengan cepat dekatkan bayi ke payudara ibu dengan cara menekan bahu belakang bayi bukan bagian belakang kepala
- e. Posisikan puting susu diatas bibir atas bayi dan berhadapan-hadapan dengan hidung bayi
- f. Kemudian masukkan puting susu ibu menelusuri langit-langit mulut bayi
- g. Usahakan sebagian aerola (kalang payudara) masuk ke mulut bayi, sehingga puting susu berada diantara pertemuan langit-langit yang keras (palatum durum) dan langit- langit lunak (palatum molle)

- h. Lidah bayi akan menekan dinding bawah payudara dengan gerakan memerah sehingga ASI akan keluar dari sinus lactiferous yang terletak dibawah kalang payudara
- i. Setelah bayi menyusui atau menghisap payudara dengan baik, payudara tidak perlu dipegang atau disangga lagi
- j. Dianjurkan tangan ibu yang bebas dipergunakan untuk mengelus-elus bayi
- k. Cara Menyendawakan Bayi
 - 1) Letakkan bayi tegak lurus bersandar pada bahu ibu dan perlahan-lahan diusap punggung belakang sampai bersendawa
 - 2) Kalau bayi tertidur, baringkan miring ke kanan atau tengkurap. Udara akan keluar dengan sendirinya



D. ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan nasi tim, kecuali vitamin dan mineral dan obat (Roesli, 2000) dalam Salmani, 2011). Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga berhubungan dengan tindakan memberikan ASI kepada bayi hingga

berusia 6 bulan tanpa makanan dan minuman lain, kecuali sirup obat. Setelah usia bayi 6 bulan, barulah bayi mulai diberikan makanan pendamping ASI, sedangkan ASI dapat diberikan sampai 2 tahun atau lebih (Prasetyono, 2005 dalam Salmani, 2011).

1. Komponen Air Susu Ibu (ASI)

Dalam Soetjiningsih, 2012 pembagian ASI berdasarkan waktu diproduksi dapat dibagi menjadi 3 yaitu:

a. Colostrum

Merupakan cairan yang pertama kali disekresi oleh kelenjar mammae yang mengandung tissue debris dan residual material yang terdapat dalam alveoli dan ductus dari kelenjar mammae sebelum dan segera sesudah melahirkan anak. Disekresi oleh kelenjar mammae dari hari pertama sampai hari ketiga atau keempat, dari masa laktasi. Komposisi colostrum dari hari ke hari berubah.

Colostrum merupakan cairan kental yang ideal yang berwarna kekuning-kuningan, lebih kuning dibandingkan ASI Mature. Lebih banyak mengandung protein dibandingkan ASI Mature, tetapi berlainan dengan ASI Mature dimana protein yang utama adalah casein pada colostrum protein yang utama adalah globulin, sehingga dapat memberikan daya perlindungan tubuh terhadap infeksi. Lebih banyak mengandung antibodi dibandingkan ASI Mature yang dapat memberikan perlindungan bagi bayi sampai 6 bulan pertama. Lebih rendah kadar karbohidrat dan lemaknya dibandingkan dengan ASI Mature. Total energi lebih rendah dibandingkan ASI Mature yaitu 58 kalori/100 ml colostrum.

b. Air Susu Masa Peralihan (Masa Transisi)

Merupakan ASI peralihan dari colostrum menjadi ASI Mature. Disekresi dari hari ke 4 – hari ke 10 dari masa laktasi, tetapi ada pula yang berpendapat bahwa ASI Mature baru akan terjadi pada minggu ke 3 ke 5. Kadar protein semakin

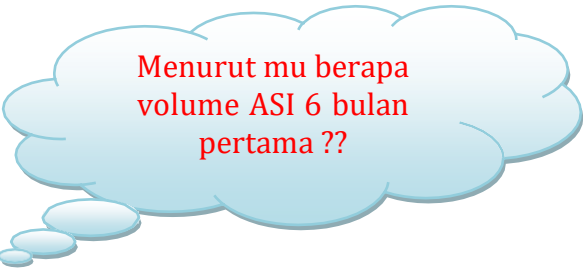
rendah, sedangkan kadar lemak dan karbohidrat semakin tinggi. Volume semakin meningkat.

c. Air Susu Mature (matang)

ASI yang disekresi pada hari ke 10 dan seterusnya, yang dikatakan komposisinya relatif konstan, tetapi ada juga yang mengatakan bahwa minggu ke 3 sampai ke 5 ASI komposisinya baru konstan. Merupakan makanan yang dianggap aman bagi bayi, bahkan ada yang mengatakan pada ibu yang sehat ASI merupakan makanan satu-satunya yang diberikan selama 6 bulan pertama bagi bayi. ASI merupakan makanan yang mudah di dapat, selalu tersedia, siap diberikan pada bayi tanpa persiapan yang khusus dengan temperatur yang sesuai untuk bayi. Merupakan cairan putih kekuning-kuningan, karena mengandung kasein, riboflavin dan karotin. Tidak menggumpal bila dipanaskan, Volume: 300 – 850 ml/24 jam, Terdapat anti microbial factor, yaitu:

- 1) Antibodi terhadap bakteri dan virus.
- 2) Cell (phagocyte, granulocyte, macrophage, lymphocyte type T)
- 3) Enzim (lysozyme, lactoperoxidase)
- 4) Protein (lactoferrin, B12 Binding Protein)
- 5) Faktor resisten terhadap staphylococcus.
- 6) Complement (C3 dan C4)

2. Volume Produksi ASI



Menurut mu berapa volume ASI 6 bulan pertama ??

Pada minggu bulan terakhir kehamilan, kelenjar-kelenjar pembuat ASI mulai menghasilkan ASI. Apabila tidak ada kelainan, pada hari pertama sejak bayi lahir akan dapat menghasilkan 50-100 ml sehari dari jumlah ini akan terus bertambah sehingga mencapai sekitar 400-450 ml pada waktu bayi mencapai usia minggu kedua. Jumlah tersebut dapat dicapai dengan menyusui bayinya selama 4 – 6 bulan pertama. Karena itu selama kurun

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

waktu tersebut ASI mampu memenuhi lkebutuhan gizinya. Setelah 6 bulan volume pengeluaran air susu menjadi menurun dan sejak saat itu kebutuhan gizi tidak lagi dapat dipenuhi oleh ASI saja dan harus mendapat makanan tambahan.

Dalam keadaan produksi ASI telah normal, volume susu terbanyak yang dapat diperoleh adalah 5 menit pertama. Penyedotan/ penghisapan oleh bayi biasanya berlangsung selama 15-25 menit. Selama beberapa bulan berikutnya bayi yang sehat akan mengkonsumsi sekitar 700-800 ml ASI setiap hari. Akan tetapi penelitian yang dilakukan pada beberapa kelompok ibu dan bayi menunjukkan terdapatnya variasi dimana seseorang bayi dapat mengkonsumsi sampai 1 liter selama 24 jam, meskipun kedua anak tersebut tumbuh dengan kecepatan yang sama.

Konsumsi ASI selama satu kali menyusui atau jumlahnya selama sehari penuh sangat bervariasi. Ukuran payudara tidak ada hubungannya dengan volume air susu yang diproduksi, meskipun umumnya payudara yang berukuran sangat kecil, terutama yang ukurannya tidak berubah selama masa kehamilan hanya memproduksi sejumlah kecil ASI

Pada ibu-ibu yang mengalami kekurangan gizi, jumlah air susunya dalam sehari sekitar 500-700 ml selama 6 bulan pertama, 400-600 ml dalam 6 bulan kedua, dan 300-500 ml dalam tahun kedua kehidupan bayi. Penyebabnya mungkin dapat ditelusuri pada masa kehamilan dimana jumlah pangan yang dikonsumsi ibu tidak memungkinkan untuk menyimpan cadangan lemak dalam tubuhnya, yang kelak akan digunakan sebagai salah satu komponen ASI dan sebagai sumber energi selama menyusui. Akan tetapi kadang-kadang terjadi bahwa peningkatan jumlah produksi konsumsi pangan ibu tidak selalu dapat meningkatkan produksi air susunya. Produksi ASI dari ibu yang kekurangan gizi seringkali menurun jumlahnya dan akhirnya berhenti, dengan akibat yang fatal bagi bayi yang masih sangat muda. Di daerah-daerah dimana ibu-ibu sangat kekurangan gizi seringkali ditemukan “merasmus” pada bayi-bayi berumur sampai enam bulan yang hanya diberi ASI.

3. Komposisi ASI

Kandungan colostrum berbeda dengan air susu yang mature, karena colostrum mengandung berbeda dengan air susu yang mature, karena colostrum dan hanya sekitar 1% dalam air susu mature, lebih banyak mengandung imunoglobulin A (Iga), laktoterin dan sel-sel darah putih, terhadap, yang kesemuanya sangat penting untuk pertahanan tubuh bayi, terhadap serangan penyakit (Infeksi) lebih sedikit mengandung lemak dan laktosa, lebih banyak, mengandung vitamin dan lebih banyak mengandung mineral-mineral natrium (Na) dan seng (Zn).

Berdasarkan sumber dari *food and Nutrition Boart, National research Council* Washington tahun 1980 dalam Old (2009) diperoleh perkiraan komposisi Kolostrum ASI dan susu sapi untuk setiap 100 ml antara lain:

Susu sapi mengandung sekitar tiga kali lebih banyak protein daripada ASI. Sebagian besar dari protein tersebut adalah kasein, dan sisanya berupa protein whey yang larut. Kandungan kasein yang tinggi akan membentuk gumpalan yang relatif keras dalam lambung bayi. Bila bayi diberi susu sapi, sedangkan ASI walaupun mengandung lebih sedikit total protein, namun bagian protein “whey”nya lebih banyak, sehingga akan membetuk gumpalan yang lunak dan lebih mudah dicerna serta diserap oleh usus bayi.

Sekitar setengah dari energi yang terkandung dalam ASI berasal dari lemak, yang lebih mudah dicerna dan diserap oleh bayi dibandingkan dengan lemak susu sapi, sebab ASI mengandung lebih banyak enzim pemecah lemak (lipase). Kandungan total lemak sangat bervariasi dari satu ibu ke ibu lainnya, dari satu fase laktasi air susu yang pertama kali keluar hanya mengandung sekitar 1 – 2% lemak dan terlihat encer. Air susu yang encer ini akan membantu memuaskan rasa haus bayi waktu mulai menyusui. Air susu berikutnya disebut “Hand milk”, mengandung sedikitnya tiga sampai empat kali lebih banyak lemak. Ini akan memberikan sebagian besar energi yang dibutuhkan oleh bayi, sehingga penting diperhatikan agar bayi, banyak memperoleh air susu ini.

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

Laktosa (gula susu) merupakan satu-satunya karbohidrat yang terdapat dalam air susu murni. Jumlahnya dalam ASI tak terlalu bervariasi dan terdapat lebih banyak dibandingkan dengan susu sapi.

Disamping fungsinya sebagai sumber energi, juga didalam usus sebagian laktosa akan diubah menjadi asam laktat. Didalam usus asam laktat tersebut membantu mencegah pertumbuhan bakteri yang tidak diinginkan dan juga membantu penyerapan kalsium serta mineral-mineral lain.

ASI mengandung lebih sedikit kalsium daripada susu sapi tetapi lebih mudah diserap, jumlah ini akan mencukupi kebutuhan untuk bahan-bahan pertama kehidupannya ASI juga mengandung lebih sedikit natrium, kalium, fosfor dan chlor dibandingkan dengan susu sapi, tetapi dalam jumlah yang mencukupi kebutuhan bayi.

Apabila makanan yang dikonsumsi ibu memadai, semua vitamin yang diperlukan bayi selama empat sampai enam bulan pertama kehidupannya dapat diperoleh dari ASI. Hanya sedikit terdapat vitamin D dalam lemak susu, tetapi penyakit polio jarang terjadi pada anak yang diberi ASI, bila kulitnya sering terkena sinar matahari. Vitamin D yang terlarut dalam air telah ditemukan terdapat dalam susu, meskipun fungsi vitamin ini merupakan tambahan terhadap vitamin D yang terlarut lemak. Nah, tentunya anda sudah bisa membandingkan yang terbaik buat bayi adalah ASI

4. Manfaat ASI

Manfaat pemberian ASI Eksklusif atau menyusui antara lain :

1. Manfaat ASI buat ibu :

- Secara ekonomis mengurangi pengeluaran biaya untuk pembelian susu formula
- Membantu meningkatkan kontraksi uterus sehingga mengurangi resiko perdarahan dan memperkecil ukuran uterus
- Menyusui secara teratur dapat menurunkan berat badan secara bertahap

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

- Memberikan perasaan positif seperti rasa puas, bangga dan bahagia karena berhasil menyusui bayinya
- Pemberian ASI secara eksklusif dapat mencegah kehamilan

2. Manfaat ASI buat bayi :

- ASI mengandung protein untuk meningkatkan daya tahan tubuh
- ASI merupakan makanan yang paling sesuai dengan kebutuhan bayi
- ASI lebih mudah dicerna dan diserap oleh usus bayi
- Memberi keuntungan psikologis
- Melatih daya isap dan membentuk otot pipi yang baik



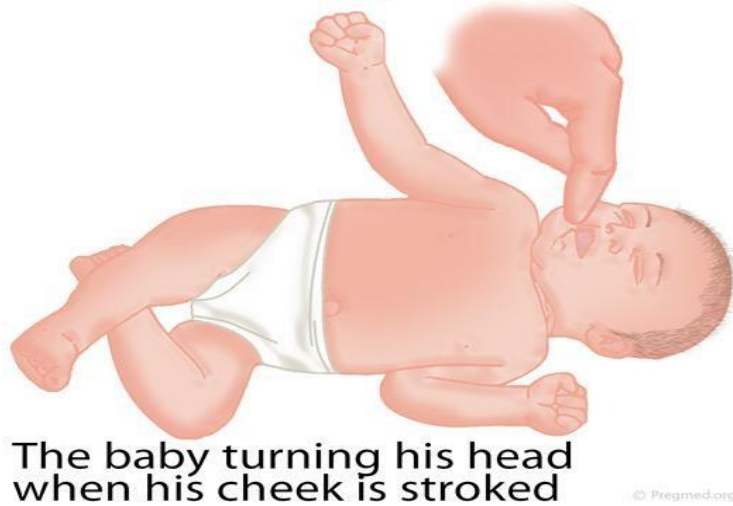
5. Mekanisme Menyusui

Keberhasilan menyusui memerlukan 3 refleks yang baik yaitu:

1. Refleksi Mencari/Mengkap (*Rooting Reflex*)

Istilah refleks mencari (*Rooting Reflex*) merupakan respon bayi bila diberi rangsangan seperti sentuhan di pipinya, bayi akan menoleh ke arah sentuhan. Bila bibirnya yang dirangsang maka bayi akan membuka mulut dan berusaha mencari puting untuk menyusui. Demikian halnya saat payudara ibu yang menempel pada pipi atau daerah sekeliling mulut bayi saat proses menyusui, merupakan rangsangan yang menimbulkan refleks kepala bayi berputar menuju puting susu yang menempel dan diikuti dengan membuka mulut kemudian puting susu ditarik masuk ke dalam mulut.

Rooting Reflex



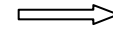
2. Refleks Menghisap (*Sucking Reflex*)

Teknik menyusui yang baik adalah apabila kalang payudara sedapat mungkin semuanya masuk ke dalam mulut bayi, sehingga memudahkan bayi untuk mulai menghisap puting susu.



3. Reflek Menelan (*swallowing reflex*)

Pada saat air susu keluar dari puting susu, akan disusul dengan gerakan menghisap, sehingga pengeluaran air susu akan bertambah dan diteruskan dengan mekanisme menelan masuk ke lambung (Soetjiningsih, 2012)



Swallowing
Reflex

Apa sajakah tanda- tanda bayi mendapat ASI yang cukup ? (Soetjiningsih, 2012)

- BAK sebanyak 6-8 kali/hari
- Peningkatan BB rata-rata 500 gr/bulan
- Bayi menetek kurang lebih 8-12 kali/hari
- Bayi tampak sehat, warna kulit, turgor baik dan bayi cukup aktif.

E. Masalah yang sering terjadi pada ibu menyusui

1. Putting susu lecet

Penyebab:

- a. Kesalahan dalam tehnik menyusui
- b. Terdapat infeksi candida pada mulut bayi
- c. Akibat dari pemakaian sabun krim atau zat iritan lainnya untuk mencuci putting susu

Penatalaksanaan :

- a. Bayi disusukan terlebih dahulu pada putting yang normal atau yang lecetnya sedikit. Untuk putting yang sakit atau lecet dianjurkan untuk mengurangi frekwensi dan lamanya menyusui
- b. Setiap habis menyusui bekas asi tidak perlu dibersihkan cukup dianginkan sebentar agar kering dengan sendirinya

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

- c. Jangan menggunakan sabun, alkohol atau zat iritan yang lain untuk membersihkan puting susu
- d. Pada puting susu bisa dibubuhkan minyak kelapa yang telah disterilkan dahulu.
- e. Menyusui lebih sering 8-12 kali dalam 24 jam sehingga payudara tidak terlalu penuh dan bayi tidak terlalu lapar
- f. Periksa apakah bayi menderita moniliasis yang dapat menyebabkan lecet pada puting susu ibu.

2. Payudara bengkak(engorgement)

Penyebab:

- a. ASI tidak disusukan dengan adekuat
- b. Terlambat menyusukan dini
- c. Perlekatan yang kurang baik
- d. Pembatasan waktu menyusui

Gejala:

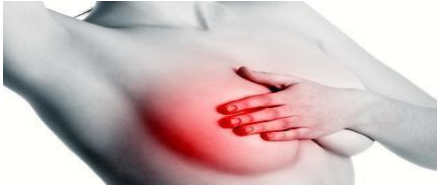
Payudara edema, sakit, puting susu kencang , kulit mengkilat ,ibu merasa demam , nyeri pada payudara

Penatalaksanaan

- a. Masase payudara dan ASI diperas dengan tangan sebelum menyusui
- b. Bisa dilakukan kompres hangat untuk memperlancar aliran darah payudara
- c. Menyusui lebih sering untuk memperlancar aliran asi dan menurunkan tegangan payudara
- d. Lakukan perawatan payudara post partum secara teratur
- e. Susukan bayi tanpa jadwal

3. Mastitis

Mastitis adalah radang pada payudara



Penyebab:

- a. Payudara bengkak yang tidak disusukan secara adekuat akhirnya menjadi mastitis
- b. Putting lecet akan memudahkan kuman masuk dan terjadinya payudara bengkak
- c. BH yang terlalu ketat yang menyebabkan segmental engorgement, bila tidak disusukan dengan adekuat dapat menyebabkan mastitis

Gejala:

- a. Bengkak, nyeri seluruh payudara atau nyeri lokal
- b. Kemerahan pada seluruh payudara atau lokal
- c. Payudara keras dan berbenjol-benjol
- d. Badan terasa panas

Penatalaksanaan

- a. Menyusui tetap diteruskan
- b. Pakai baju atau bh yang tidak terlalu ketat
- c. Istirahat yang cukup dan makan makanan bergizi
- d. Banyak minum air urang lebih 2 liter perhari

Walaupun ibu bekerja sebaiknya terus menyusui bayinya

- a. Sebelum ibu berangkat bekerja bayi harus disusui. Selanjutnya ASI diperas dan disimpan untuk diberikan pada bayi selama ibu bekerja, disamping susu formula kalau diperlukan
- b. Bila mungkin ibu pulang untuk menyusui ditengah hari
- c. Bayi disusui lebih sering setelah ibu pulang kerja

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

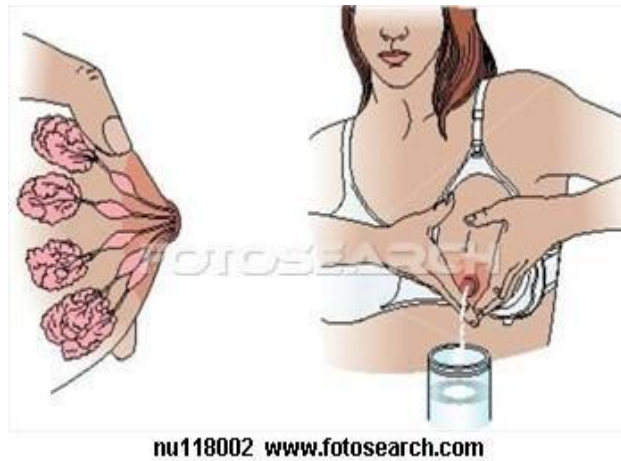
- a. Tidak menggunakan susu formula pada hari libur
- d. Tidak bekerja terlalu cepat setelah melahirkan , tunggu 1-2 bulan untuk meyakinkan lancarnya asi dan masalah awal menyusui telah teratasi

F. Cara / Teknik Menyimpan Asi Perasan :



Bagaimana
cara
penyimpanan
ASI Perah
yang benar ??

1. Cucilah kedua tangan anda sebelum menyentuh botol dan hindari untuk menyentuh bagian dalam dari botol dan tutupnya
2. Peras ASI anda kedalam botol susu yang sudah bersih



Gambar 2.1 Cara memeras ASI

3. Jika anda ingin menyimpan ASI perah dalam waktu yang cukup lama, bekukan ASI perah tersebut.
4. Catat pada botol, tanggal dan waktu anda memompa, jika anda tidak akan menggunakan ASI perah dengan segera
5. Bekukan ASI sesuai volume yang diminum bayi dalam sekali minum.
6. Ketika membekukan ASI, jangan mengisi botol hingga penuh untuk memberikan keleluasaan ASI untuk mengembang. Jika akan dipakai, kurang lebih 12 jam sebelum dipakai, turunkan ASI beku ke bagian tengah kulkas dari freezer, agar ASI mencair secara alami. “Jangan membekukan Kembali ASI yang sudah dibekukan sebelumnya”.
7. Tutuplah botol rapat-rapat jika anda ingin membekukan ASI selama beberapa hari

Panduan Penyimpanan ASI : (Soetjiningsih, 2012)

ASI	Pada Suhu Udara	Dalam Lemari Es	Dalam Freezer
Masih Fresh (baru di peras)	Mampu bertahan antara 6-8 jam pada suhu udara 26°C atau kurang	Bisa bertahan antara 3-5 hari pada suhu udara 4°C atau kurang	Bisa bertahan dalam waktu 2 minggu apabila freezer ada di dalam lemari es (1 pintu). Apabila 2 pintu bisa bertahan hingga 3 bulan
Yang sebelumnya sudah dibekukan dan dicairkan di lemari es	Bisa bertahan paling lama 4 Jam	Bisa bertahan 24 jam	“Jangan” dimasukkan kembali ke Freezer
Yang sudah dicairkan dengan air hangat	Harus diberikan sekaligus	Bisa bertahan untuk 4 jam	“Jangan” dimasukkan ke freezer kembali
Yang sudah diminumkan ke bayi dari botol yang sama	Sisa dibuang	Dibuang	Buang

Menghangatkan / Mencairkan ASI :

1. Tempatkan botol tertutup yang berisi ASI beku yang telah dicairkan kedalam sebuah mangkuk yang berisi air hangat ($\pm 60^{\circ}\text{C}$) hingga ASI terasa hangat. Uji suhu ASI dengan meneteskannya di pergelangan tangan anda.
2. Jangan mencairkan ASI dengan oven microwave. Suhu tinggi akan merusak nutrisi penting dalam ASI dan dapat menciderai mulut bayi.
3. ASI yang disimpan biasanya akan terpisah menjadi beberapa lapisan. Putarlah botol secara perlahan hingga ASI tercampur kembali.
4. Berikan ASI yang sudah dihangatkan segera. Jangan biarkan ASI terlalu lama pada suhu ruang.

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

5. Jika kembali bekerja atau hendak mengirimkan ASI, tas pendingin yang sudah dilengkapi dengan es batu ataupun gel pendingin akan menjaga ASI tetap dingin hingga Anda sampai di tempat tujuan.



LATIHAN

1. Coba anda buat susu formula yang diencerkan dalam satu gelas, satu gelas lagi diisi dengan air susu ibu dan biarkan selama 24 jam. Amatilah apa yang terjadi pada kedua gelas susu tersebut!
2. Coba anda cari perbedaan yang dialami oleh ibu yang menyusui dan yang tidak menyusui !



RANGKUMAN

Manajemen laktasi atau persiapan menyusui pada masa kehamilan dan masa nifas sangat penting untuk diperhatikan. Ibu harus dipersiapkan secara fisik dan psikologis dalam menghadapi proses menyusui sehingga keputusan dan sikap positif ibu sudah terbentuk pada masa kehamilan. Dukungan dari tenaga kesehatan dan keluarga sangat dibutuhkan agar ibu merasa berhasil menyusui bayinya.

Proses laktasi sangat bermanfaat setelah proses persalinan. ASI dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan bayi serta meningkatkan daya tahan tubuh bayi. Selain itu, manfaat untuk ibu juga tidak kalah penting, karena dapat meningkatkan kontraksi uterus untuk menghindari perdarahan postpartum.

TES FORMATIF

1. Hormon apakah yang mempengaruhi produksi ASI ?
 - b. Estrogen
 - c. Progesteron
 - d. Laktogen
 - e. Oksitosin
2. Seorang ibu yang melahirkan 2 hari yang lalu mengeluh mengalami pembengkakan dan nyeri payudara serta badannya terasa panas. Berdasarkan keluhan tersebut, ibu sedang mengalami komplikasi nifas yaitu.....
 - a. Thromboplebitis
 - b. Mastitis
 - c. Laserasi
 - d. Perdarahan post partum
3. Apa sajakah tanda- tanda bayi mendapat ASI yang cukup ?
 - a. BAK sebanyak 6-8 kali/hari
 - b. Peningkatan BB rata-rata 500 gr/bulan
 - c. Bayi menetek kurang lebih 8-12 kali/hari
 - d. Bayi tampak sehat, warna kulit, turgor baik dan bayi cukup aktif.
 - e. Semua benar
4. ASI yang baru saja diperah dapat disimpan dalam lemari es selama.....
 - a. Bisa bertahan antara 3-5 hari pada suhu udara 4⁰C atau kurang
 - b. Bisa bertahan 24 jam
 - c. Bisa bertahan untuk 4 jam
 - d. Bisa bertahan dalam waktu 2 minggu

Modul 4 – Perawatan Pada Periode Pasca Partum

5. Pada usia berapakah bayi dapat diberikan makanan tambahan ?

a. 4 bulan

b. 1 bulan

c. 1 tahun

d. 6 bulan

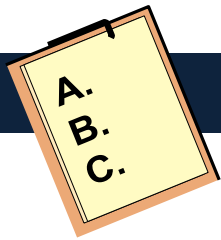
1. C

3. E

5. D

2. B

4. A



6. GLOSARIUM

- a. Proliferasi sel : Bertambah besarnya suatu organ karen bertambahnya jumlah sel.
- b. Duktus Laktiferus : Saluran ASI dalam payudara
- c. Kolostrum : Air susu ibu yang pertama kali keluar, berwarna kekuningan mengandung protein dan daya tahan tubuh, sering disebut cairan emas.
- d. Hormone prolaktin : Hormon yang memproduksi Air Susu Ibu.
- e. Hormon oksitosin : Hormon yang merangsang pengeluaran ASI dan kontraksi rahim

d. DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI, (2010). *Asuhan keperawatan postnatal : Modul diklat jarak jauh keperawatan*, Jakarta : Depkes.
- Maryunani A. (2009). *Asuhan pada ibu dalam masa nifas (postpartum)*, Trans Info Media : Jakarta
- Old, Marcia L., London, Patricia A. & Ladewig. (2009). *Maternal newborn nursing: a family centered approach*. California: Addison-Wesley Nursing
- Pilliteri, A. (2007). *Maternal and child health nursing ; Care of the childbearing and childbearing family* (3th ed.), Philadelphia : Lippincott
- Sherwen, L.N. (2008). *Maternity nursing; Care of the childbearing family* (4th ed.). Toronto : Appleton and lange
- Soetjiningsih. (2012). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Wong, D.L., Perry, S.E., & Hockenberry, M. (2009). *Maternal child nursing care*, (2th ed.), St.Louis : Mosby Inc.
- Permatasari, A. F. (2010). *Hubungan Iniasiasi Menyusui Dini dengan pemberian ASI Eksklusif terhadap kejadian ISPA di kecamatan Tumpang Malang* diunduh pada
- Rachmaniah, N. (2014). *Hubungan Tingkat Pendapatan Keluarga Dengan Minat Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Kecamatan Batu Raya* diunduh dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/29086/Chapter%20II.pdf;jsessionid=E7198F66D4E3223AF891102337391E6A?sequence=4> pada 18 April 2017 pukul 08.00
- Salmani. (2011). *Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Ibu. Menyusui Tentang Teknik Menyusui Yang Benar di Wilayah Kerja* diunduh dari <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/118/jtptunimus-gdl-azzadeelly-5856-2-babii.pdf> diunduh pada 18 April 2017 pukul 08.00