


**BUKU
AJAR**

 penamuda
media

ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF PADA MASA NIFAS

Hindun Mila Hudzaifah, M.Tr.Keb

ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF PADA MASA NIFAS

Penulis:

Hindun Mila Hudzaifah, M.Tr.Keb



ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF PADA MASA NIFAS

Copyright © PT Penamuda Media, 2025

Penulis:

Hindun Mila Hudzaifah, M.Tr.Keb

ISBN: 978-634-7431-28-8

Penyunting dan Penata Letak:

Tim PT Penamuda Media

Desain Sampul:

Tim PT Penamuda Media

Penerbit:

PT Penamuda Media

Redaksi:

Casa Sidoarum RT03 Ngentak, Sidoarum Godean Sleman Yogyakarta

Web: www.penamudamedia.com

E-mail: penamudamedia@gmail.com

Instagram: @penamudamedia

WhatsApp: +6285700592256

Cetakan Pertama, Oktober 2025

xii + 202 halaman; 15 x 23 cm

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak maupun mengedarkan buku dalam bentuk dan
dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit maupun penulis

PRAKATA

Latar belakang penulisan buku ini didasari oleh kebutuhan mendalam akan panduan komprehensif dalam asuhan kebidanan pada masa nifas. Buku ini disusun untuk mendukung mahasiswa mata kuliah Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan menyusui agar memahami aspek kebijakan, sosial budaya, edukasi, inovasi, serta manajemen psikologis dan klinis yang relevan. Ruang lingkup materi mencakup berbagai aspek penting yang harus dikuasai oleh calon bidan dalam memberikan asuhan yang holistik dan berbasis bukti. Target pembaca utama adalah mahasiswa kebidanan yang sedang menempuh pendidikan di tingkat sarjana, serta tenaga kesehatan yang ingin memperdalam pengetahuan mereka. Saya berharap buku ini dapat menjadi referensi yang bermanfaat dan meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan di masa nifas. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat dan inspirasi dalam praktik nyata di lapangan.

Hindun Mila Hudzaifah

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga buku ini dapat tersusun dan diselesaikan dengan baik. Buku ini disusun sebagai panduan lengkap yang mengintegrasikan kebijakan, aspek sosial budaya, edukasi, inovasi, serta manajemen psikologis dan klinis dalam asuhan kebidanan pada masa nifas. Diharapkan, buku ini dapat menjadi sumber belajar yang bermanfaat bagi mahasiswa dan tenaga kesehatan dalam meningkatkan kompetensi dan kualitas pelayanan di bidang kebidanan. Penulis menyadari bahwa keberhasilan penyusunan buku ini tidak lepas dari dukungan berbagai pihak, termasuk rekan sejawat dan semua pihak yang telah memberikan masukan dan motivasi. Semoga buku ini dapat memperkaya wawasan dan mendukung praktik profesional yang bermutu tinggi.

Hindun Mila Hudzaifah

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	v
PRAKATA	v
KATA PENGANTAR	vi
BAB 1 KEBIJAKAN PROGRAM NASIONAL TERKAIT ASUHAN PADA MASA NIFAS.....	1
Tujuan Pembelajaran	1
1.1 Program nasional kesehatan ibu dan anak	3
1.2 Regulasi dan standar pelayanan masa nifas	4
1.3 Implementasi kebijakan dalam praktik kebidanan	6
Rangkuman	8
Latihan Mahasiswa.....	10
BAB 2 ASPEK SOSIAL BUDAYA YANG TERKAIT ASUHAN KEBIDANAN PADA MASA NIFAS	14
Tujuan Pembelajaran	14
2.1 Pengaruh budaya terhadap perawatan ibu nifas	16
Rangkuman	19
Latihan Mahasiswa.....	21
BAB 3 EDUKASI DAN PENGATURAN KEHAMILAN PADA MASA NIFAS.....	25
Tujuan Pembelajaran	25
3.1 Pentingnya edukasi kesehatan ibu nifas	27
3.2 Perencanaan keluarga pasca persalinan	29
3.3 Strategi komunikasi bidan dalam memberikan edukasi	32
Rangkuman	34
Latihan Mahasiswa.....	35

BAB 4 <i>EVIDENCE BASED</i> DALAM MASA NIFAS	39
Tujuan Pembelajaran	39
4.1 Perkembangan intervensi berbasis bukti (<i>evidence-based practice</i>)	41
4.2 Teknologi terbaru dalam pemantauan masa nifas.....	44
4.3 Implementasi inovasi dalam praktik kebidanan.....	46
Rangkuman	47
Latihan Mahasiswa.....	49
BAB 5 MANAJEMEN LAKTASI.....	53
Tujuan Pembelajaran	53
5.1 Konsep dasar manajemen laktasi.....	55
5.2 Teknik menyusui yang benar	56
5.3 Faktor pendukung dan penghambat keberhasilan laktasi..	58
Rangkuman	59
Latihan Mahasiswa.....	61
BAB 6 PERAN BIDAN DALAM MANAJEMEN LAKTASI.....	65
Tujuan Pembelajaran	65
Pendahuluan.....	66
6.1 Tugas bidan dalam mendukung ibu menyusui	67
6.2 Konseling laktasi oleh bidan	70
6.3 Peran bidan dalam mengatasi masalah menyusui.....	72
Rangkuman	75
Latihan Mahasiswa.....	76
BAB 7 PERALATAN DAN TEKNOLOGI PADA MASA MENYUSUI (<i>BREASTFEEDING</i>)	80
Tujuan Pembelajaran	80
7.1 Peralatan dasar untuk mendukung menyusui	82

7.2 Teknologi laktasi modern.....	83
7.3 Pemanfaatan peralatan dalam praktik kebidanan	85
Rangkuman	87
Latihan Mahasiswa.....	88
BAB 8 KONSEP DASAR ADAPTASI PSIKOLOGIS PADA MASA NIFAS	92
Tujuan Pembelajaran	92
8.1 Perubahan psikologis ibu pasca persalinan	93
8.2 Faktor yang memengaruhi adaptasi psikologis.....	95
8.3 Dukungan keluarga dan tenaga kesehatan	98
Rangkuman	100
8.2 Faktor yang memengaruhi adaptasi psikologis.....	101
8.3 Dukungan keluarga dan tenaga kesehatan	101
Latihan Mahasiswa.....	102
BAB 9 DETEKSI DINI GANGGUAN PSIKOLOGIS PADA MASA NIFAS.....	106
Tujuan Pembelajaran	106
9.1 Identifikasi risiko depresi postpartum	108
9.2 Alat ukur dan metode deteksi dini.....	111
9.3 Peran bidan dalam deteksi gangguan psikologis	114
Rangkuman	116
Latihan Mahasiswa.....	117
Soal Studi Kasus / Project.....	120
BAB 10 GANGGUAN PSIKOLOGIS PADA MASA NIFAS	121
Tujuan Pembelajaran	121
Pendahuluan.....	122
10.1 Kecemasan pada Ibu Nifas	123
10.2 Postpartum Blues	125

10.3 Depresi Postpartum	126
10.4 Psikosis Postpartum.....	128
10.5 Strategi Penanganan Gangguan Psikologis	129
Rangkuman	131
Latihan Mahasiswa.....	132
Soal Pilihan Berganda	133
Soal Project / Studi Kasus	135
BAB 11 TEKNIK RELAKSASI PADA MASA NIFAS	136
Tujuan Pembelajaran	136
11.1 Konsep relaksasi pasca persalinan	138
11.2 Teknik relaksasi untuk ibu nifas (<i>hypnobreastfeeding</i> , pijat laktasi, yoga postpartum, aromaterapi).....	139
11.3 Peran bidan dalam memfasilitasi relaksasi masa nifas....	146
Rangkuman	149
Latihan Mahasiswa.....	150
Soal Pilihan Berganda	151
BAB 12 ASUHAN KEBIDANAN PADA KUNJUNGAN RUMAH DI MASA NIFAS.....	154
Tujuan Pembelajaran	154
12.1 Tujuan kunjungan rumah masa nifas.....	156
12.2 Prosedur dan standar kunjungan rumah	159
12.3 Peran bidan dalam kunjungan rumah	162
Rangkuman	164
Latihan Mahasiswa.....	166
BAB 13 MANAJEMEN ASUHAN KEBIDANAN PADA MASA NIFAS DENGAN KASUS	169
Tujuan Pembelajaran	169
Pendahuluan.....	170

13.1 Bendungan ASI.....	171
13.2 Putting Lecet	173
13.3 Post SC (<i>Sectio Caesarea</i>)	174
13.4 Infeksi Luka Perineum	175
13.5 Retensio Urin	176
Rangkuman	177
Latihan Mahasiswa.....	179
BAB 14 MANAJEMEN DAN DOKUMENTASI ASUHAN KEBIDANAN PADA MASA NIFAS	183
Tujuan Pembelajaran	183
14.1 Prinsip Manajemen Asuhan Kebidanan.....	185
14.2 Dokumentasi Asuhan Kebidanan.....	187
14.3 Evaluasi Keberhasilan Asuhan	189
Rangkuman	191
Latihan Mahasiswa.....	192
REFERENSI.....	196
TENTANG PENULIS.....	201

ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF PADA MASA NIFAS

Buku ini disusun untuk mendukung mahasiswa pada mata kuliah Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas agar memahami aspek kebijakan, sosial budaya, edukasi, inovasi dalam pelayanan masa nifas, serta manajemen psikologis dan klinis yang relevan. Ruang lingkup materi terkait Asuhan Komprehensif pada masa nifas harapannya dapat meningkatkan kualitas pelayanan berdasarkan evidence based dan holistik serta mencegah permasalahan yang terjadi pada masa nifas tersebut. Buku ini berisi topik-topik yang relevan yakni :

1. Kebijakan Program Nasional Terkait Asuhan Pada Masa Nifas
2. Aspek Sosial Budaya Yang Terkait Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas
3. Edukasi Dan Pengaturan Kehamilan Pada Masa Nifas
4. Inovasi Terbaru Dalam Masa Nifas (Evidence Based)
5. Manajemen Laktasi
6. Peran Bidan Dalam Manajemen Laktasi
7. Peralatan Dan Teknologi Pada Masa Menyusui (Breastfeeding)
8. Konsep Dasar Adaptasi Psikologis Pada Masa Nifas
9. Deteksi Dini Gangguan Psikologis Pada Masa Nifas
10. Gangguan Psikologis Pada Masa Nifas
11. Teknik Relaksasi Pada Masa Nifas
12. Asuhan Kebidanan Pada Kunjungan Rumah Di Masa Nifas
13. Manajemen Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Dengan Kasus
14. Manajemen Dan Dokumentasi Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas

Semoga buku ini dapat menjadi salah satu referensi yang bermanfaat dan meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan di masa nifas.

ISBN 978-634-7431-26-8



9

786347

431288



Penamuda.com

PT Penamuda Media
Casa Sidoarum, Ngentak Godean
penamuda_media