



TANDA BAHAYA KEHAMILAN DAN MASA NIFAS

Panduan Praktis untuk Kader Kesehatan

Mengenali gejala, menghubungi tenaga kesehatan, dan mendampingi rujukan.



TIGA LANGKAH UTAMA KADER

1 KENALI

gejala dan tanda bahaya

2 HUBUNGI

bidan atau puskesmas

3 DAMPINGI

proses rujukan segera

Kehamilan • Masa Nifas • Tindakan Kader • Rujukan Cepat
Materi edukasi untuk membantu ibu dan keluarga memperoleh pertolongan tepat waktu

KEHAMILAN DAN TANDA BAHAYA KEHAMILAN

BAB 1. KONSEP DASAR KEHAMILAN

a. Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan proses pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam rahim sejak terjadinya pembuahan hingga persalinan. Masa kehamilan normal berlangsung sekitar 40 minggu atau 280 hari yang dihitung dari hari pertama haid terakhir.

b. Perubahan Normal Selama Kehamilan

Selama kehamilan, ibu dapat mengalami berbagai perubahan fisiologis seperti:

- Mual dan muntah ringan pada trimester pertama.
- Sering buang air kecil.
- Mudah lelah.
- Nyeri punggung ringan.
- Nafsu makan meningkat.
- Gerakan janin mulai dirasakan pada usia kehamilan tertentu.

Perubahan tersebut umumnya normal dan tidak membahayakan apabila tidak disertai tanda bahaya.

c. Pentingnya Pemeriksaan Kehamilan

Pemeriksaan kehamilan secara teratur bertujuan memantau kesehatan ibu dan janin serta mendeteksi komplikasi sejak dini. Ibu hamil dianjurkan melakukan pemeriksaan minimal enam kali selama kehamilan.

BAB 2. TANDA BAHAYA KEHAMILAN

Tanda bahaya kehamilan adalah gejala yang menunjukkan kemungkinan adanya komplikasi yang dapat membahayakan ibu maupun janin. Setiap kader kesehatan harus mampu mengenali tanda bahaya ini dan segera membantu keluarga mendapatkan pertolongan.

a. Perdarahan dari Jalan Lahir

Perdarahan dapat terjadi pada usia kehamilan berapa pun dan harus dianggap sebagai keadaan darurat.

Gejala:

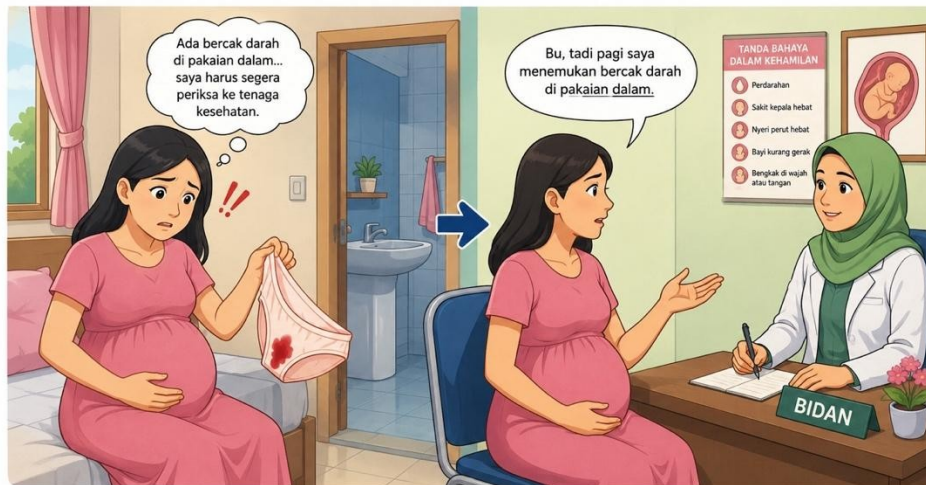
- Keluar darah merah segar atau kehitaman.
- Dapat disertai nyeri perut atau tanpa nyeri.
- Jumlah darah sedikit maupun banyak tetap perlu diperiksa.

Informasi Tambahan untuk Kader

Perdarahan pada awal kehamilan dapat berkaitan dengan ancaman keguguran. Pada kehamilan lanjut dapat disebabkan oleh masalah pada plasenta (ari-ari) yang memerlukan penanganan segera.

Tindakan Kader

- Kenali gejala perdarahan.
- Jangan memberikan obat sendiri.
- Hubungi bidan atau puskesmas.
- Dampingi keluarga dalam proses rujukan.



Gambar 2.1 Perdarahan pada Kehamilan

b. Bengkak pada Wajah dan Tangan Disertai Sakit Kepala Hebat

Kondisi ini dapat mengarah pada preeklamsia, yaitu komplikasi kehamilan yang ditandai tekanan darah tinggi.

Gejala:

- Bengkak mendadak pada wajah dan tangan.
- Sakit kepala hebat.
- Pandangan kabur.
- Nyeri ulu hati.

Informasi Tambahan untuk Kader

Apabila tidak ditangani, kondisi ini dapat berkembang menjadi kejang yang mengancam nyawa ibu dan janin.

Tindakan Kader

- Segera identifikasi gejala.
- Jangan memberikan obat pereda nyeri tanpa anjuran tenaga kesehatan.
- Hubungi bidan atau puskesmas.

- Dampingi ibu menuju fasilitas kesehatan.



Gambar 2.2 Tanda Preeklamsia

c. Demam Tinggi Selama Kehamilan

Demam dapat menjadi tanda adanya infeksi.

Gejala:

- Suhu tubuh lebih dari 38°C.
- Menggigil.
- Tubuh terasa lemah.
- Nafsu makan menurun.

Informasi Tambahan untuk Kader

Infeksi selama kehamilan dapat mengganggu kesehatan ibu dan perkembangan janin.

Tindakan Kader

- Ukur suhu tubuh bila memungkinkan.
- Jangan memberikan antibiotik tanpa resep.
- Segera rujuk ke fasilitas kesehatan.
- Pantau kondisi ibu sampai mendapatkan pelayanan.



Gambar 2.3 Ibu Hamil Mengalami Demam.

d. Ketuban Pecah Sebelum Waktunya

Gejala:

- Keluar cairan bening dari jalan lahir.
- Cairan keluar terus-menerus.
- Tidak dapat ditahan seperti buang air kecil.

Informasi Tambahan untuk Kader

Ketuban berfungsi melindungi janin dari infeksi. Ketuban yang pecah terlalu dini meningkatkan risiko infeksi pada ibu dan bayi.

Tindakan Kader

- Kenali tanda keluarnya cairan ketuban.
- Jangan memasukkan benda apa pun ke jalan lahir.
- Hubungi bidan.
- Segera lakukan rujukan.



Gambar 2.4 Ketuban Pecah Sebelum Waktunya.

e. Gerakan Janin Berkurang atau Tidak Bergerak

Gejala:

- Gerakan janin lebih sedikit dari biasanya.
- Janin tidak bergerak dalam waktu lama.

Tindakan Kader

- Tanyakan frekuensi gerakan janin.
- Edukasi keluarga bahwa kondisi ini berbahaya.
- Segera hubungi tenaga kesehatan.
- Dampingi rujukan.

f. Mual dan Muntah Berlebihan

Gejala:

- Tidak mampu makan dan minum.
- Berat badan menurun.
- Tubuh sangat lemas.

- Tanda dehidrasi.

Informasi Tambahan untuk Kader

Mual muntah berlebihan dapat menyebabkan kekurangan cairan dan gizi sehingga membahayakan ibu dan janin.

Tindakan Kader

- Kenali tanda dehidrasi.
- Jangan hanya menyarankan jamu atau obat tradisional.
- Segera rujuk.
- Dampingi keluarga memperoleh pelayanan.

g. Nyeri Perut Hebat

Gejala:

- Nyeri sangat kuat dan menetap.
- Perut terasa tegang.
- Dapat disertai perdarahan.

Tindakan Kader

- Identifikasi lokasi dan tingkat nyeri.
- Jangan melakukan pijatan pada perut.
- Hubungi tenaga kesehatan.
- Dampingi proses rujukan.

NYERI PERUT HEBAT PADA KEHAMILAN

TANDA BAHAYA KEHAMILAN

WASPADAI !

Nyeri perut hebat dapat menandakan komplikasi serius yang membahayakan ibu dan janin.

GEJALA YANG PERLU DIWASPADAI

- Nyeri perut sangat kuat dan menetap
- Perut terasa tegang keras
- Dapat disertai perdarahan
- Pusing, mual, atau lemas

TINDAKAN KADER

- Kenali tanda nyeri perut hebat
- Jangan melakukan pijatan pada perut
- Segera hubungi bidan atau puskesmas
- Dampingi ibu ke fasilitas kesehatan terdekat

PESAN PENTING

- ✓ Nyeri perut hebat bukan hal yang normal.
- ✓ Jangan menunda mencari pertolongan.
- ✓ Penanganan cepat dapat menyelamatkan ibu dan janin.

PENYEBAB YANG MUNGKIN TERJADI

Solusio Plasenta (lepasnya ari-ari sebelum bayi lahir)	Plasenta Previa (ari-ari menutup jalan lahir)	Persalinan Prematur	Infeksi Rahim atau Saluran Kemih
Nyeri hebat, perut tegang, perdarahan, janin berisiko bahaya.	Perdarahan tanpa nyeri atau nyeri ringan, berulang.	Nyeri kram teratur, keluar lendir atau cairan dari jalan lahir.	Nyeri perut bawah, demam, sering BAK, nyeri saat BAK.

SEGERA LAKUKAN RUJUKAN

Gambar 2.7 Nyeri Perut Hebat pada Kehamilan.

MASA NIFAS DAN TANDA BAHAYA MASA NIFAS

BAB 3. KONSEP DASAR MASA NIFAS

Masa nifas adalah masa pemulihan setelah persalinan yang berlangsung selama 42 hari.

Perubahan normal yang dapat terjadi:

- Rahim berangsur mengecil.
- Keluar cairan nifas (lochea).
- Produksi ASI meningkat.
- Adaptasi emosional sebagai ibu.

BAB 4. TANDA BAHAYA MASA NIFAS

a. Perdarahan Banyak Setelah Melahirkan

Gejala:

- Darah keluar sangat banyak.
- Pembalut cepat penuh.
- Pusing dan lemas.

Informasi Tambahan untuk Kader

Perdarahan dapat terjadi karena rahim tidak berkontraksi dengan baik atau terdapat sisa jaringan setelah persalinan.

Tindakan Kader

- Kenali tanda perdarahan.
- Jangan menunda pertolongan.
- Hubungi bidan.
- Dampingi rujukan segera.

PERDARAHAN PASCAPERSALINAN

TANDA BAHAYA MASA NIFAS

! Perdarahan setelah melahirkan bisa terjadi kapan saja dan dapat mengancam nyawa ibu.

Ibu mengalami perdarahan banyak. Kita harus segera membantu dan merujuk ke fasilitas kesehatan!

INGAT !
Perdarahan banyak adalah kehilangan darah yang dapat terjadi setelah melahirkan bayi atau setelah bayi lahir sampai 6 minggu (masa nifas).

! WASPADA !
PERDARAHAN BANYAK DAPAT MENYEBABKAN SYOK DAN KEMATIAN JIKA TIDAK DITANGANI DENGAN SEGERA.

PENYEBAB PERDARAHAN PASCAPERSALINAN

Rahim tidak berkontraksi (darah masih keluar) Rahim tidak mengecil atau lembek setelah bayi lahir.	Sisa plasenta atau jaringan tertahan di rahim Sisa ari-ari atau jaringan masih tertinggal dan menyebabkan darah terus keluar.	Robekan jalan lahir Robekan pada jalan lahir (vagina, perineum, atau serviks).	Gangguan pembekuan darah (pada ibu tertentu) Darah sulit membeku sehingga perdarahan sulit berhenti.
--	---	--	--

TINDAKAN KADER

- Kenali tanda perdarahan
- Jangan menunda pertolongan
- Segera hubungi bidan atau puskesmas
- Dampingi ibu ke fasilitas kesehatan secepatnya
- Catat jumlah perdarahan dan waktu kejadian

LANGKAH RUJUKAN CEPAT

PESAN PENTING

- ✓ Perdarahan banyak bukan hal yang normal.
- ✓ Tindakan cepat menyelamatkan nyawa ibu.
- ✓ Jangan tinggalkan ibu sendirian.
- ✓ Rujuk secepat mungkin.

Gambar 4.1 Perdarahan Pascapersalinan.

b. Demam dan Infeksi Masa Nifas

Gejala:

- Suhu $>38^{\circ}\text{C}$.
- Nyeri perut bawah.
- Menggigil.
- Tubuh lemah.

Tindakan Kader

- Ukur suhu tubuh bila memungkinkan.
- Jangan memberikan antibiotik tanpa resep.
- Hubungi tenaga kesehatan.
- Dampingi rujukan.



Gambar 4.2 Ibu Nifas Mengalami Demam.

c. Cairan Nifas Berbau Busuk

Gejala:

- Lochea berbau menyengat.
- Nyeri perut bawah.
- Demam.

Tindakan Kader

- Kenali perubahan cairan nifas.
- Segera hubungi tenaga kesehatan.
- Dampingi pemeriksaan lebih lanjut.

d. Sakit Kepala Hebat dan Penglihatan Kabur

Gejala:

- Sakit kepala berat.
- Mata kabur.
- Bengkak pada wajah.

- Kejang.

Tindakan Kader

- Anggap sebagai kondisi gawat darurat.
- Segera rujuk.
- Dampingi keluarga sampai mendapatkan pelayanan.

e. Payudara Bengkak, Merah, dan Nyeri

Gejala:

- Payudara terasa panas.
- Bengkak.
- Nyeri saat menyusui.
- Demam.

Tindakan Kader

- Anjurkan ibu tetap menyusui sesuai kemampuan.
- Hubungi tenaga kesehatan.
- Pantau perkembangan keluhan.

f. Gangguan Emosional Berat

Gejala:

- Menangis terus-menerus.
- Tidak mau merawat bayi.
- Menarik diri dari lingkungan.
- Muncul pikiran menyakiti diri sendiri atau bayi.

Tindakan Kader

- Dengarkan keluhan ibu.
- Libatkan keluarga.
- Segera konsultasikan kepada tenaga kesehatan.
- Pantau secara berkala.