

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan masa nifas merupakan periode fisiologis yang saling berkaitan dan membutuhkan pelayanan kebidanan secara berkesinambungan (*continuity of care*) agar kesehatan ibu dan bayi tetap optimal. Asuhan kebidanan berkesinambungan merupakan pelayanan yang diberikan secara menyeluruh mulai dari masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir hingga masa nifas dengan tujuan mendeteksi komplikasi secara dini, memberikan intervensi yang tepat, serta meningkatkan kesejahteraan ibu dan bayi. Pendekatan ini penting karena setiap fase memiliki kebutuhan yang berbeda sehingga diperlukan asuhan yang komprehensif dan berkelanjutan (Nurbaiti et al., 2022).

Pada masa kehamilan, ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis. Salah satu masalah yang sering dialami terutama pada trimester III adalah kecemasan menjelang persalinan. Ibu hamil sering merasa takut terhadap proses persalinan, nyeri melahirkan, kondisi bayi, maupun kemungkinan komplikasi yang dapat terjadi. Kecemasan yang berlebihan dapat meningkatkan hormon stres seperti adrenalin dan kortisol yang berdampak pada peningkatan tekanan darah, gangguan tidur, penurunan nafsu makan, dan dapat memengaruhi kondisi janin apabila berlangsung terus-menerus (Yuliyati & Prasetyorini, 2022).

Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil adalah teknik relaksasi nafas dalam. Teknik ini dilakukan dengan mengatur pola pernafasan secara perlahan dan teratur sehingga tubuh menjadi lebih rileks, menurunkan ketegangan otot, serta membantu menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian Nurbaiti et al. (2022) menunjukkan bahwa teknik relaksasi nafas dalam efektif menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa terapi relaksasi nafas dalam mampu menurunkan ansietas pada ibu hamil trimester III (Adabiyah et al., 2022).

Relaksasi nafas dalam efektif sebagai intervensi nonfarmakologis untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan. Ibu hamil yang rutin melakukan teknik relaksasi nafas dalam cenderung lebih tenang dan siap menghadapi persalinan dibandingkan ibu yang tidak melakukan teknik tersebut (Dewi et al., 2025; Sulistiyanti et al., 2025). Selain diterapkan pada masa kehamilan, teknik relaksasi nafas dalam juga dapat digunakan selama proses persalinan.

Persalinan merupakan proses fisiologis yang identik dengan nyeri akibat kontraksi uterus dan pembukaan serviks. Nyeri persalinan terutama pada kala I fase aktif sering menyebabkan ibu merasa takut, tegang, panik, dan kelelahan. Jika nyeri tidak terkontrol, kondisi ini dapat meningkatkan stres ibu dan berpotensi memperlambat proses persalinan (Wahyuni et al., 2023).

Teknik relaksasi nafas dalam terbukti dapat membantu ibu mengontrol nyeri persalinan. Penelitian Chandraloka et al. (2022) menunjukkan bahwa

teknik relaksasi nafas dalam mampu mengurangi tingkat nyeri kala I fase aktif. Penelitian Annisa et al. (2024) juga menemukan adanya penurunan nyeri persalinan setelah ibu diberikan teknik relaksasi nafas dalam. Hasil serupa juga ditemukan oleh Karina dan Mulyandari (2025) serta Hutabarat dan Rambe (2025) yang menyatakan bahwa teknik relaksasi nafas dalam efektif menurunkan intensitas nyeri persalinan.

Setelah proses persalinan berlangsung, bayi memasuki masa transisi dari kehidupan intrauterin menuju ekstrauterin. Pada periode bayi baru lahir, salah satu masalah yang sering terjadi adalah hipotermia akibat kehilangan panas tubuh. Bayi baru lahir memiliki kemampuan terbatas dalam mempertahankan suhu tubuh sehingga membutuhkan tindakan segera untuk menjaga kestabilan suhu tubuh (Widyaningsih, 2023).

Salah satu upaya yang direkomendasikan untuk mencegah hipotermia pada bayi baru lahir adalah Inisiasi Menyusu Dini (IMD). IMD merupakan proses meletakkan bayi di dada ibu segera setelah lahir agar terjadi kontak kulit antara ibu dan bayi serta memberikan kesempatan bayi mencari puting susu secara alami dalam satu jam pertama kehidupan. Penelitian Sarti et al. (2021) menunjukkan bahwa IMD berpengaruh terhadap kestabilan suhu tubuh bayi baru lahir. Penelitian lain juga menyatakan bahwa bayi yang dilakukan IMD memiliki suhu tubuh yang lebih stabil dibandingkan bayi yang tidak dilakukan IMD (Astraina et al., 2023).

Penelitian Wulandari et al. (2023) menunjukkan bahwa pelaksanaan IMD efektif membantu mempertahankan suhu tubuh bayi baru lahir. Selain itu,

penelitian Sainah et al. (2022) menyatakan bahwa bayi baru lahir yang mendapatkan IMD memiliki risiko hipotermia yang lebih rendah sehingga IMD sangat penting dilakukan segera setelah kelahiran.

Pada masa nifas, ibu mengalami proses pemulihan organ reproduksi serta penyesuaian terhadap peran baru sebagai ibu. Salah satu masalah yang sering terjadi pada masa nifas adalah ketidaklancaran produksi ASI. Produksi ASI yang tidak optimal dapat dipengaruhi oleh kelelahan, stres, kurangnya stimulasi menyusui, serta kurangnya pengetahuan ibu tentang teknik meningkatkan produksi ASI (Ene et al., 2022). Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan produksi ASI adalah terapi akupresur.

Akupresur merupakan teknik penekanan pada titik tertentu tubuh yang bertujuan merangsang hormon prolaktin dan oksitosin sehingga produksi ASI meningkat. Penelitian Rahmanindar dan Nisa (2024) menunjukkan bahwa pijat akupresur laktasi berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.

Terapi akupresur efektif dalam melancarkan produksi ASI pada ibu nifas. Shofiyana dan Kustiyati (2025) menyatakan bahwa akupresur membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Selain itu, penelitian Yelsisni dan Nasution (2024) serta Ernawati et al. (2025) juga membuktikan bahwa akupresur pada titik tertentu efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diketahui bahwa setiap periode

dalam siklus reproduksi perempuan membutuhkan asuhan kebidanan yang komprehensif dan berkesinambungan. Penerapan relaksasi nafas dalam pada masa kehamilan dan persalinan, pelaksanaan IMD pada bayi baru lahir, serta akupresur untuk meningkatkan produksi ASI pada masa nifas merupakan bentuk intervensi kebidanan berbasis evidence yang dapat meningkatkan kualitas pelayanan maternal dan neonatal. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan Asuhan Kebidanan Berkesinambungan pada masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas dengan penerapan relaksasi nafas dalam, IMD, dan akupresur produksi ASI (Ernawati et al., 2025).

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari laporan *continuity of care* ini adalah mahasiswa mampu memahami dan melaksanakan asuhan kebidanan secara komprehensif dan berkesinambungan (*continuity of care*) pada ibu mulai masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas untuk mendukung terciptanya kondisi yang aman dan nyaman bagi ibu dan bayi, dengan penerapan relaksasi napas dalam pada kehamilan dan persalinan, Inisiasi Menyusu Dini (IMD) pada bayi baru lahir, serta akupresur untuk meningkatkan produksi ASI pada masa nifas.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melaksanakan pengkajian subjektif pada ibu selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas guna mendukung pemberian asuhan yang aman dan nyaman.

- b. Mampu melaksanakan pengkajian objektif pada ibu selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas guna mendukung pemberian asuhan yang aman dan nyaman.
- c. Mampu menganalisis masalah kebidanan yang muncul selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas untuk mewujudkan asuhan yang aman dan nyaman.
- d. Mampu melaksanakan penatalaksanaan asuhan kebidanan dengan penerapan relaksasi nafas dalam pada masa kehamilan dan persalinan untuk meningkatkan rasa aman dan nyaman pada ibu, Inisiasi Menyusu Dini (IMD) pada bayi baru lahir, serta akupresur pada masa nifas untuk membantu meningkatkan produksi ASI.
- e. Mampu mendokumentasikan asuhan kebidanan berkesinambungan pada ibu mulai masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas secara aman, nyaman, dan berkesinambungan.

C. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah referensi akademik bagi mahasiswa kebidanan mengenai pelaksanaan asuhan kebidanan berkesinambungan (*continuity of care*) dengan penerapan *evidence-based practice*.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Sebagai sumber informasi dan bahan evaluasi bagi fasilitas pelayanan kesehatan dalam meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan komprehensif melalui penerapan intervensi nonfarmakologis yang aman,

efektif, dan berbasis bukti ilmiah.

3. Bagi Profesi

Menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dalam meningkatkan kompetensi serta keterampilan dalam memberikan asuhan kebidanan berkesinambungan dengan pendekatan komplementer dan *evidence-based practice*.

4. Bagi Klien

Memberikan informasi kepada ibu dan keluarga mengenai pentingnya asuhan kebidanan berkesinambungan dalam meningkatkan kesehatan ibu dan bayi melalui relaksasi napas dalam, IMD, dan akupresur produksi ASI.