



**Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Cakupan
Pemberian Vitamin A Di Puskesmas Melati**

Tinjauan pustaka dan alur pikir

Cut Afifah Salsabila
1910105054



Konsep nifas

Masa nifas atau puerperium adalah masa setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira \pm 6 minggu atau 42 hari, merupakan waktu yang diperlukan untuk pulihnya alat-alat kandungan pada keadaan normal.



pengertian

Vitamin A adalah vitamin yang larut dalam lemak yang memiliki beberapa fungsi penting dalam tubuh, seperti membantu sel bereproduksi secara normal yang disebut juga dengan diferensiasi selular, vitamin yang baik untuk penglihatan, dan bermanfaat untuk menunjang pertumbuhan embrio dan janin secara normal.

Vitamin merupakan zat organik yang umumnya tidak dapat dibentuk dalam tubuh. Vitamin berperan sebagai katalisator organik, mengatur proses metabolisme dan fungsi normal tubuh. Vitamin A pertama kali ditemukan sebagai vitamin larut lemak dan digunakan sebagai nama generic untuk retinol dan semua provitamin.



Sumber Vitamin

Vitamin A sangat penting bagi kesehatan kulit, kelenjar, serta fungsi mata. Air Susu Ibu (ASI) .Bahan Makanan hewani seperti : hati,kuning telur,ikan,daging,ayam dan bebek,Buah—buahan warna kuning dan jingga seperti Pepaya,Mangga masak,Alpukat,Jambu Merah dan Pisang ,Sayuran yang berwarna hijau tua dan berwarna jingga seperti Bayam,Tomat,Wortel ,Bahan makanan yang difortifikasi/diperkaya dengan vitamin A seperti margarine,susu

Vitamin A di dalam tubuh sebaiknya diperoleh dari pangan yang menjadi sumber vitamin A. Suplementasi vitamin A perlu diberikan jika tidak mampu memenuhi kebutuhan vitamin A dari makanan namun sasarannya harus jelas dan tepat. Perlunya sosialisasi mengenai program suplementasi vitamin A pada ibu nifas untuk meningkatkan pengetahuan mengenai manfaat dan jumlah kapsul yang seharusnya diberikan.

Pemberian suplemen vitamin A (retinol) pada ibu post partum/ nifas adalah upaya untuk pencegahan dini terhadap kekurangan vitamin A. proses ini diharapkan dapat menyeimbangkan kandungan Retinol dalam serum darah dan ASI, karena ASI merupakan sumber utama vitamin A yang berguna bagi kesehatan mata anak dan mencegah dari penyakit Xeroftalmia. Vitamin A adalah salah satu zat gizi esensial yang tidak bisa diproduksi sendiri oleh tubuh manusia. Untuk memperolehnya harus di ambil dari sumber diluar tubuh terutama dari sumber alam, seperti bahan sereal, umbi, biji-bijian, sayuran, buah-buahan, hewani dan bahan-bahan olahan lainnya. Berikut bahan-bahan yang diketahui mengandung bahan utama pembentuk Vitamin A.



Tanda-Tanda Kekurangan Vitamin A

Tanda-tanda khas pada mata karena kekurangan vitamin A dimulai dari rabun senja dimana penglihatan penderita akan menurun pada senja hari bahkan tidak dapat melihat dilingkungan yang kurang cahaya. Pada tahap ini penglihatan akan membaik dalam waktu 2-4 hari dengan pemberian kapsul vitamin A yang benar. Bila dibiarkan dapat berkembang menjadi xerosis konjungtiva. Selaput lendir atau bagian putih bola mata tampak kering, berkeriput, dan berubah warna menjadi kecoklatan dengan permukaan terlihat kasar dan kusam. Xerosis konjungtiva akan membaik dalam 2-3 hari dan kelainan pada mata akan menghilang dalam waktu 2 minggu dengan pemberian kapsul vitamin A yang benar. Bila tidak ditangani akan tampak bercak putih seperti busa sabun atau keju yang disebut bercak Bitot terutama di daerah celah mata sisi luar. Pada keadaan berat akan tampak kekeringan pada seluruh permukaan konjungtiva atau bagian putih mata, serta konjungtiva tampak menebal, berlipat-lipat dan berkerut-kerut. Bila tidak segera diberi vitamin A, dapat terjadi kebutaan dalam waktu yang sangat cepat. Tetapi dengan pemberian kapsul vitamin A yang benar dan dengan pengobatan yang benar bercak Bitot akan membaik dalam 2-3 hari dan kelainan pada mata akan menghilang dalam 2 minggu.



Kekurangan vitamin A

Kekurangan vitamin A dapat berpengaruh pada peningkatan morbiditas ibu nifas maupun bayi yang baru lahir. Kekurangan vitamin A menyebabkan mata tak dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan cahaya yang masuk dalam retina. Sebagai konsekuensi awal terjadilah rabun senja, yaitu mata sulit melihat kala senja atau dapat juga terjadi saat memasuki ruangan gelap. Bila kekurangan vitamin A berkelanjutan maka akan mengalami xerophthalmia yang mengakibatkan kebutaan. Selain itu kekurangan vitamin A menyebabkan tubuh rentan terhadap infeksi bakteri dan virus. Tanpa vitamin A, sistem pertahanan tubuh akan hilang. Ini memicu tubuh rentan terserang penyakit.



Manfaat Vitamin A

Pemberian kapsul vitamin A pada ibu setelah melahirkan dapat meningkatkan kadar vitamin A dan jumlah kandungan vitamin tersebut dalam ASI. Rendahnya kadar vitamin A selama masa kehamilan dan menyusui berasosiasi dengan rendahnya tingkat kesehatan ibu. Pemberian suplementasi vitamin A dosis rendah setiap minggunya, sebelum kehamilan, pada masa kehamilan serta setelah melahirkan telah menaikkan konsentrasi serum retinol ibu, menurunkan penyakit rabun senja, serta menurunkan mortalitas yang berhubungan dengan kehamilan hingga 40 %. Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga akan meningkatkan status vitamin A pada bayi yang disusunya. ASI 6 merupakan sumber utama vitamin A bagi bayi pada enam bulan kehidupannya dan merupakan sumber yang penting hingga bayi berusia dua tahun.



Pencegahan :

Memperhatikan akibat kekurangan vitamin A seperti yang telah disebutkan di atas maka untuk mencegah terjadinya kekurangan vitamin A di Posyandu atau Puskesmas pada setiap bulan Februari dan Agustus ibu nifas sampai 30 hari setelah melahirkan mendapat 1 kapsul vitamin A warna merah. Untuk mengobati gejala buta senja hingga xerosis kornea, dimana penglihatan masih dapat disembuhkan. Bidan sebagai tenaga kesehatan hendaknya selalu memberikan pendidikan kesehatan secara rutin kepada ibu nifas tentang pentingnya asupan vitamin A masa nifas. Pendidikan kesehatan yang bisa dilakukan bidan seperti konseling ketika ibu melakukan ANC atau kunjungan rumah. Masa nifas merupakan hal penting untuk di perhatikan guna menurunkan angka kematian ibu dan bayi di Indonesia. Dan berbagai pengalaman dalam menanggulangi kematian ibu dan bayi di banyak negara, pelayanan nifas merupakan pelayanan kesehatan yang sesuai standar pada ibu mulai 6 jam sampai dengan 42 hari pasca persalinan oleh tenaga kesehatan. Asuhan masa nifas penting diberikan pada ibu dan bayi



Faktor ibu tidak mengonsumsi vitamin A



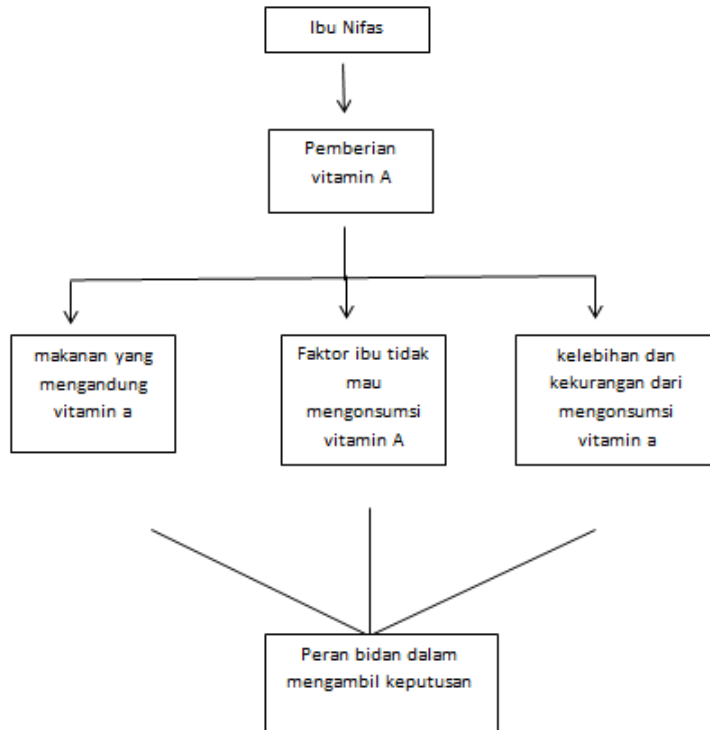
- UMUR , Semakin bertambah umur dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya tapi pada umur tertentu atau menjelang usia lanjut kemampuan penerimaan suatu pengetahuan berkurang.
- semakin tinggi IQ seseorang maka orang tersebut akan semakin cerdas, sehingga dapat disimpulkan bahwa IQ seseorang bisa menentukan besarnya pengetahuan yang dimilikinya IQ menentukan hasil belajar seseorang dan pengetahuan seseorang
- pengalaman juga mempengaruhi pengetahuan seseorang yang kaitannya dengan kemampuan intelektualnya.
- Pendidikan Ketidaktahuan dapat disebabkan karena pendidikan yang rendah, seseorang dengan tingkat pendidikan yang terlalu rendah akan sulit menerima pesan, mencerna pesan dan informasi yang disampaikan



- budaya sebagai kumpulan yang mengatur pengetahuan, kepercayaan, kesenian, moral, hukum, adat ± istiadat dan lainnya. Kemampuan serta kebiasaan yang didapatkan oleh manusia sebagai anggota masyarakat.
- Informasi dapat mempengaruhi pengetahuan. Seseorang melakukan perilaku tergantung dari pengetahuannya dan pengetahuan ditentukan salah satunya oleh informasi yang didapat orang tersebut.



Kerangka Alur Pikir :



Dalam penelitian ini ada beberapa faktor resiko yang berhubungan dengan pemberian vitamin A pada ibu nifas, kerangka alur penelitian di samping, maka dilakukan pengkajian data subyektif, pengkajian data objektif, analisa, dan tindakan yang akan dilakukan pada ibu nifas di puskesmas mlati.