
PERUBAHAN POSISI PADA IBU BERSALIN

Fatiha Zalma Iftinan Rheinandy
Nurul Yumna Aisyah

1910106071
1910106073

Pengertian Posisi Persalinan

Menurut Syafrudin (2012) posisi dalam persalinan adalah posisi yang digunakan untuk perasalinan yang dapat mengurangi rasa sakit pada saat bersalin dan dapat mempercepat proses persalinan. Posisi persalinan atau posisi melahirkan maternal (childbirth positions, delivery positions atau labor positions) adalah berbagai postur fisik ibu hamil selama proses persalinan (Olson, 1990).

01

Duduk atau setengah duduk

Posisi ini memudahkan bidan dalam membantu kelahiran kepala janin dan memperhatikan keadaan perineum.

Duduk atau setengah duduk



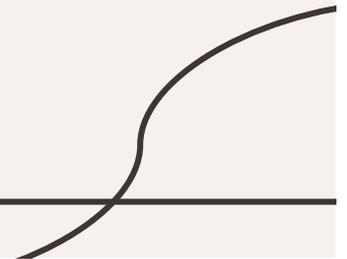
Keuntungan

Posisi ini membuat ibu merasa nyaman karena membantu ibu untuk beristirahat diantara kontraksi, alur jalan lahir yang perlu ditempuh untuk bisa keluar lebih pendek, suplai oksigen dari ibu kejanin berlangsung optimal.



Kekurangan

Bisa menyebabkan keluhan pegal dipunggung dan kelelahan.





Gambar Duduk atau Setengah Duduk

02

Merangkak

Posisi merangkak sangat cocok untuk persalinan dengan rasa sakit pada punggung, mempermudah janin dalam melakukan rotasi serta peregangan pada perineum berkurang.

Merangkak



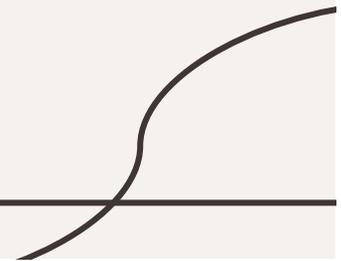
Keuntungan

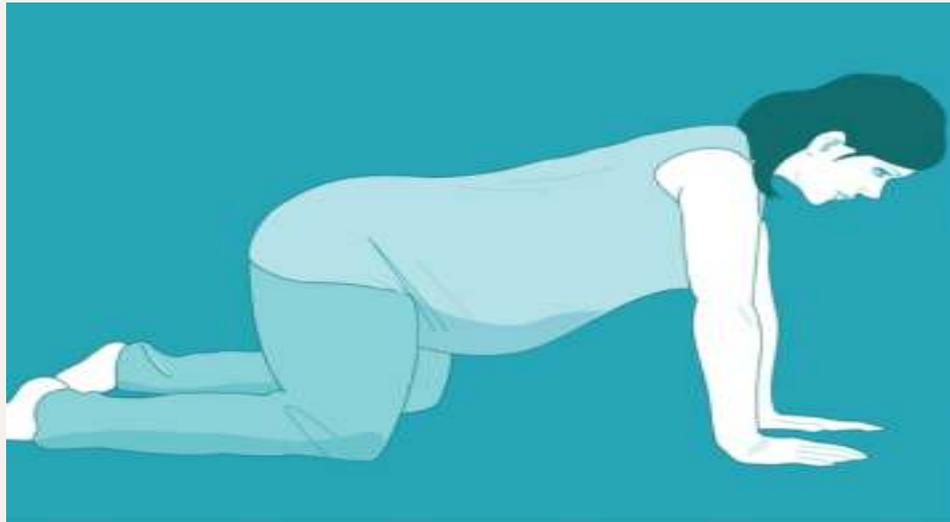
Ibu merasa lebih nyaman dan efektif untuk meneran, mempermudah janin dalam melakukan rotasi, membantu ibu mengurangi nyeri punggung, dan peregangan pada perineum berkurang. .



Kekurangan

Belum terdapat penelitian





Gambar Merangkak

03

Jongkok atau berdiri

Posisi jongkok atau berdiri memudahkan penurunan kepala janin, memperluas panggul sebesar 28% lebih besar pada pintu bawah panggul dan memperkuat dorongan meneran. Namun posisi ini beresiko memperbesar terjadinya laserasi (perlukaan) jalan lahir.

Berdiri atau jongkok



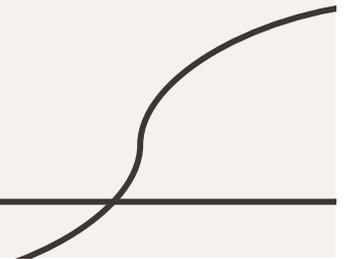
Keuntungan

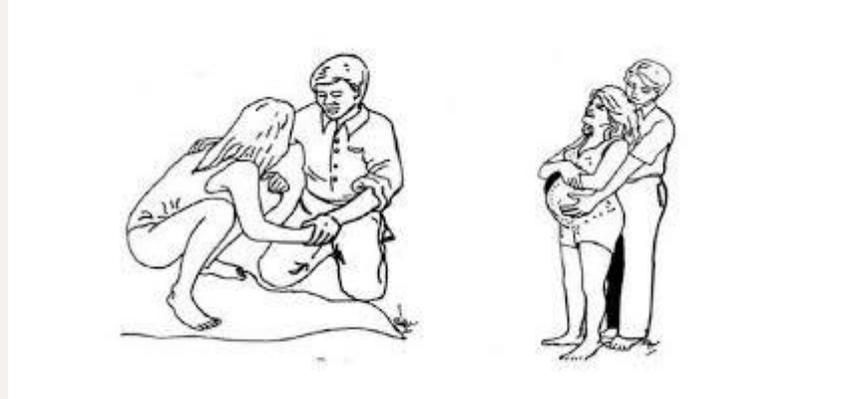
Posisi ini menguntungkan karena pengaruh gravitasi tubuh, ibu tidak harus susah-susah mengejan, bayi akan keluar lewat jalan lahir dengan sendirinya.



Kekurangan

Bila tidak disiapkan dengan baik, posisi ini sangat berpeluang membuat kepala bayi cedera sebab bayi bisa meluncur dengan cepat.





Gambar Berdiri atau Jongkok

04

Berbaring miring

Posisi berbaring miring dapat mengurangi penekanan pada vena cava inferior, sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya hipoksia janin karena suply oksigen tidak terganggu, dapat memberi suasana rileks bagi ibu yang mengalami kecapekan, dan dapat mencegah terjadinya robekan jalan lahir.

Lateral(Miring)



Keuntungan

Peredaran darah ibu berlangsung lancar, pengiriman oksigen dalam darah ibu kejanin melalui plasenta tidak terganggu, karena tidak terlalu menekan proses pembukaan berlangsung perlahan-lahan sehingga persalinan relative lebih nyaman dan dapat mencegah terjadinya laserasi.



Kekurangan

Posisi ini membuat dokter atau bidan sedikit kesulitan membantu proses persalinan, kepala bayi lebih sulit dipegang atau diarahkan, bila harus melakukan episiotomy pun posisinya lebih sulit.



Gambar Berbaring Miring

05

Hindari posisi telentang (dorsal recumbent)

A red circular prohibition sign with a white border and a white cross in the center, overlaid on the text.

Posisi ini dapat mengakibatkan: hipotensi (beresiko terjadinya syok dan berkurangnya suply oksigen dalam sirkulasi uteroplacenter, sehingga mengakibatkan hipoksia bagi janin), rasa nyeri yang bertambah, kemajuan persalinan bertambah lama, ibu mangalami gangguan untuk bernafas, buang air kecil terganggu, mobilisasi ibu kurang bebas, ibu kurang semangat, dan dapat mengakibatkan kerusakan pada syaraf kaki dan punggung.



Gambar Terlentang

06

Menungging



Keuntungan

Mendorong kepala bayi keluar dari panggul selama kontraksi, kadang-kadang dianjurkan pada persalinan dini jika kontraksi sering terjadi dan untuk mengurangi nyeri pinggang, serta mengurangi tekanan pada leher rahim yang bengkak.



Kekurangan

Belum terdapat penelitian



Gambar Menungging

07

Berjalan-jalan



Keuntungan

Menyebabkan terjadinya perubahan sendi panggul, dapat mempercepat turunnya kepala janin.



Kekurangan

Posisi ini hanya dapat dilakukan bila ketuban belum pecah dan bila ibunya masih mampu melakukannya.



Gambar Berjalan-jalan

EBM Posisi Tegak

Posisi tegak dilaporkan mengalami lebih sedikit rasa tak nyaman dan nyeri, dapat membantu proses persalinan kala II yang lebih singkat, membuat ibu lebih mudah mengeran, peluang lahir spontan lebih besar, dan robekan perineal dan vagina lebih sedikit, dalam persalinan memiliki hasil persalinan yang lebih baik dan bayi baru lahir memiliki nilai apgar yang lebih baik.

EBM Posisi Jongkok atau Berdiri

Posisi jongkok berdasarkan bukti radiologis dapat menyebabkan terjadinya peregangan bagian bawah simfisis pubis akibat berat badan sehingga mengakibatkan 28% terjadinya perluasan pintu panggul.

Posisi jongkok atau berdiri memudahkan dalam pengosongan kandung kemih. Karena kandung kemih yang penuh akan memperlambat proses penurunan bagian bawah janin.

EBM Posisi Berlutut

Posisi berlutut dapat mengurangi rasa sakit, dan membantu bayi dalam mengadakan posisi rotasi yang diharapkan (ubun-ubun kecil depan) dan juga mengurangi keluhan haemoroid.



Gambar Berlutut

EBM Posisi Berjalan

Posisi berjalan, berdiri dan bersandar efektif dalam membantu stimulasi kontraksi uterus serta dapat memanfaatkan gaya gravitasi.

EBM Posisi Telentang

Posisi telentang pada proses persalinan dapat mengakibatkan berkurangnya aliran darah ibu ke janin, dapat berbahaya bagi ibu dan janin, selain itu posisi telentang juga mengalami kontraksi lebih nyeri, lebih lama, trauma perineum yang lebih besar, dapat menyebabkan kesulitan penurunan bagian bawah janin, bisa menyebabkan hipotensi karena bobot uterus dan isinya akan menekan aorta, vena kava inferior serta pembuluh-pembuluh lain dalam vena tersebut. Hipotensi ini bisa menyebabkan ibu pingsan dan seterusnya bisa mengarah ke anoreksia janin.

EBM Posisi Litotomi

Posisi litotomi bisa menyebabkan kerusakan pada syaraf di kaki dan di punggung dan ada nada rasa sakit yang lebih banyak di daerah punggung pada masa post partum (nifas)

Daftar Pustaka

1. Is Susiloningtyas, dkk. 2013. *Penerapan Posisi Persalinan Dalam Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*.
http://research.unissula.ac.id/file/publikasi/210104085/5222Sampul_130._2.pdf
 2. Yulizawat, dkk. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Persalinan*.
http://repo.unand.ac.id/23710/1/Edit_Asuhan%20Kebidanan%20pada%20Persalinan.pdf
 3. Meisa, Elvy Syukya. 2019. *EBM Persalinan*.
<https://id.scribd.com/document/339789189/EBM-Persalinan>
-

Sekian &

Terimakasih
