

**TUGAS MAKALAH FISILOGI CBL 7  
PERUBAHAN DAN ADAPTASI FISILOGI SISTEM REPRODUKSI  
PADA MASA NIFAS**



**DISUSUN OLEH: KELOMPOK I**

1. Julita Mutiara 2110101108
2. Rahmi Maisarah 2110101109
3. Cici Liara Septi 2110101110
4. Mariana ulfa 2110101111
5. Mufidah 2110101112

**PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN PENDIDIKAN  
PROFESI UNIVERSITAS AISYIAH YOGYAKARTA TAHUN  
AJARAN 2021/2022**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wa Taa'ala yang telah memberikan segala limpahan Rahmat, dan Hidayahnya, sehingga kami dapat menyelesaikan penyusunan makalah ini dalam bentuk maupun isinya yang sangat sederhana. Sebelumnya juga kami mengucapkan terimakasih kepada dosen pengampu. Semoga makalah ini dapat dipergunakan sebagai salah satu acuan, petunjuk maupun pedoman bagi pembaca. Dan bermanfaat untuk kita semua. Harapan saya, semoga makalah ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi para pembaca, sehingga kami dapat memperbaiki bentuk maupun isi dari makalah ini.

Makalah ini kami akui masih banyak kekurangan, karena pengalaman yang kami miliki sangat kurang. Oleh karena itu, kami harapkan kepada pembaca untuk memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan makalah ini. Demi kelancarannya tugas ini kami ucapkan terima kasih kepada orang tua kami yang telah memberikan dukungan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan karunianya bagi para pembaca pada umumnya. Aamiin

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	1
C. Tujuan .....	1
<b>BAB II PEMBAHASAN</b>	
A. Pengertian Masa Nifas .....	2
B. Kasus 2 .....	2
C. Perubahan Fisiologis Sistem Reproduksi Pada Masa Nifas .....	2
D. Jenis Lochea Yang Keluar Selama Masa Nifas Berlangsung .....	5
<b>BAB III PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	6
B. Saran .....	6
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	7

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa nifas (puerperium) adalah masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu (Sulistiyawati, 2009:1). Sistem reproduksi adalah sistem organ yang digunakan manusia untuk memproduksi dan melahirkan keturunan. Masa nifas menurut Rukiyah, dkk. (2010:5) dibagi menjadi 3 tahap yaitu, Puerperium dini (pemulihan dimana ibu telah diperbolehkan berdiri dan berjalan-jalan), Puerperium intermedial (pemulihan menyeluruh alat-alat genital yang lamanya 6-8 minggu), Remote puerperium (waktu yang diperlakukan untuk pulih dan sehat terutama bila selama hamil atau bersalin memiliki komplikasi). Pada masa nifas, dapat terjadi banyak perubahan fisiologi dan salah satunya ialah perubahan fisiologi sistem reproduksi. Bagian sistem reproduksi yang dapat berubah selama masa nifas ialah uterus, lochea, serviks, vulva, perineum dan vagina, kemudian ligamen.

### **B. Rumusan Masalah**

1. Apa pengertian masa nifas?
2. Apa perubahan sistem reproduksi yang dapat terjadi selama masa nifas?
3. Apa jenis lochea yang keluar selama masa nifas berlangsung?

### **C. Tujuan**

1. Mengetahui apa itu masa nifas
2. Memahami perubahan-perubahan yang terjadi pada sistem reproduksi dan jenis lochea yang keluar selama masa nifas berlangsung.

## **BAB II**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pengertian Masa Nifas**

Periode pascapartum adalah masa dari kelahiran plasenta dan selaput janin (menandakan akhir periode intrapartum) hingga kembalinya traktus reproduksi wanita pada kondisi tidak hamil (Varney, 2008:958). Masa nifas (puerperium) adalah masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu (Sulistiyawati, 2009:1). Masa nifas adalah masa yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung kira-kira 6 minggu (Mariyunani, 2009:5).

#### **B. Kasus 2**

Seorang perempuan berumur 25 tahun P1A0Ah1, melahirkan anak pertamanya 5 hari yang lalu. Bidan mendatangi rumah ibu untuk melakukan kunjungan masa nifas yang ke-II. Bidan melakukan pemeriksaan, hasil TTV dalam batas normal. Pengeluaran lochea berwarna merah kecoklatan. Selanjutnya Bidan memberikan konseling kepada ibu bahwa masa nifas berlangsung selama 40 hari dan terjadi proses pengembalian rahim ke bentuk semula.

- Jelaskan perubahan dan adaptasi fisiologi sistem reproduksi pada masa nifas sesuai kasus diatas!
- Sebutkan dan jelaskan macam-macam lochea selama masa nifas!

#### **C. Perubahan Fisiologi Selama Masa Nifas Pada Sistem Reproduksi**

##### **1. Perubahan Ligamen**

Setelah bayi lahir, ligamen dan diafragma pelvis fasia yang meregang sewaktu kehamilan dan saat melahirkan, kembali seperti sedia kala. Perubahan ligamen yang dapat terjadi pasca melahirkan antara lain: ligamentum rotundum menjadi kendur yang mengakibatkan letak uterus menjadi retrofleksi; ligamen, fasia, jaringan penunjang alat genitalia menjadi agak kendur.

## 2. Perubahan Serviks

Segera setelah melahirkan, serviks menjadi lembek, kendur, terkulai dan berbentuk seperti corong. Hal ini disebabkan korpus uteri berkontraksi, sedangkan serviks tidak berkontraksi, sehingga perbatasan antara korpus dan serviks uteri berbentuk cincin. Warna serviks merah kehitam-hitaman karena penuh pembuluh darah. Segera setelah bayi dilahirkan, tangan pemeriksa masih dapat dimasukan 2-3 jari dan setelah 1 minggu hanya 1 jari saja yang dapat masuk. Oleh karena hiperpalpasi dan retraksi serviks, robekan serviks dapat sembuh. Namun demikian, selesai involusi, ostium eksternum tidak sama waktu sebelum hamil. Pada umumnya ostium eksternum lebih besar, tetap ada retak-retak dan robekan robekan pada pinggirnya, terutama pada pinggir sampingnya.

## 3. Luehea/lochia

Akibat involusi uteri, lapisan luar desidua yang mengelilingi situs plasenta akan menjadi nekrotik. Desidua yang mati akan keluar bersama dengan sisa cairan. Percampuran antara darah dan desidua inilah yang dinamakan lochia. Lochia adalah ekskresi cairan rahim selama masa nifas dan mempunyai reaksi basa/alkalis yang membuat organisme berkembang lebih cepat dari pada kondisi asam yang ada pada vagina normal. Lochia mempunyai bau yang amis (anyir) meskipun tidak terlalu menyengat dan volumenya berbeda beda pada setiap wanita. Lochia mengalami perubahan karena proses involusi. Pengeluaran lochia dapat dibagi menjadi lochia rubra, sanguinolenta, serosa dan alba.

## 4. Perubahan Vulva, Vagina dan Perineum

Selama proses persalinan vulva dan vagina mengalami penekanan serta peregangan, setelah beberapa hari persalinan kedua organ ini kembali dalam keadaan kendur. Rugae timbul kembali pada minggu ke tiga. Himen tampak sebagai tonjolan kecil dan dalam proses pembentukan berubah menjadi karankulae mitiformis yang khas bagi wanita multipara. Ukuran vagina akan selalu lebih besar dibandingkan keadaan saat sebelum persalinan pertama. Perubahan pada perineum pasca melahirkan terjadi pada saat perineum mengalami robekan. Robekan jalan lahir dapat terjadi secara spontan ataupun dilakukan episiotomi dengan indikasi tertentu. Meskipun demikian, latihan otot perineum dapat mengembalikan tonus tersebut dan dapat

mengencangkan vagina hingga tingkat tertentu. Hal ini dapat dilakukan pada akhir puerperium dengan latihan harian.

#### 5. Uterus

Involusi uterus meliputi reorganisasi dan pengeluaran desidua/endometrium dan eksfoliasi tempat perlekatan plasenta yang ditandai dengan penurunan ukuran dan berat serta perubahan pada lokasi uterus juga ditandai dengan warna dan jumlah lochea. Uterus, segera setelah kelahiran bayi, plasenta, dan selaput janin, beratnya sekitar 1000 gram. Berat uterus menurun sekitar 500 gram pada akhir minggu pertama pascapartum dan kembali pada berat yang biasanya pada saat tidak hamil pada minggu kedelapan pascapartum (Varney, 2008:959). Proses involusi uterus menurut Sukarni (2013:339) adalah sebagai berikut:

##### a) Iskemia miometrium

Disebabkan oleh kontraksi dan retraksi yang terus menerus dari uterus setelah pengeluaran plasenta membuat uterus relatif anemi dan menyebabkan serat otot atrofi.

##### b) Autolysis

Autolysis merupakan proses penghancuran diri sendiri yang terjadi di dalam otot uterin. Enzim proteolitik akan memendekkan jaringan otot yang telah sempat mengendur hingga 10 kali panjangnya dari semula dan lima kali lebar dari semula selama kehamilan atau dapat juga dikatakan sebagai pengerusakan secara langsung jaringan hipertropi yang berlebihan hal ini disebabkan karena penurunan hormon estrogen dan progesteron.

##### c) Efek oksitosin

Oksitosin menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uterin sehingga akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus. Proses ini membantu untuk mengurangi situs atau tempat implantasi plasenta serta mengurangi perdarahan.

#### **D. Jenis Lochea Yang Keluar Selama Masa Nifas Berlangsung**

Lochea adalah cairan secret yang berasal dari cavum uteri dan vagina selama masa nifas.

Lochea terbagi menjadi 6 jenis, Jenis Jenis Lochea menurut Suherni (2009), yaitu:

1. Lochea rubra (Cruenta).  
berwarna merah karena berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, set-set desidua, verniks caseosa, lanugo, dan mekoneum selama 2 hari pasca persalinan. inilah lochea yang akan keluar selama 2-3 hari postpartum.
2. Lochea sanguinolenta  
Lochea sanguilenta berwarna merah kuning berisi darah dan lendir yang keluar pada hari ke 3-7 pascapersalinan.
3. Lochea serosa  
Lochea serosa adalah lochea selanjutnya. Dimulai dengan versi yang lebih pucat dari lochea rubra, warnanya kuning kecoklatan. Lochea ini berbentuk serum dan berwarna merah jambu kemudian menjadi kuning, memiliki ciri-ciri mengandung sedikit darah, lebih banyak serum, leukosit dan robekan laserasi plasenta.
4. Lochea Alba  
Lochea alba memiliki waktu muncul yang lebih dari 14 hari dengan warna putih kekuningan dan memiliki ciri-ciri mengandung leukosit, selaput lendir serviks dan serabut jaringan mati.
5. Lochea Purulenra  
ciri-ciri nya keluar cairan seperti nanah dan berbau busuk
6. Lochea locheostatis  
Memiliki ciri-ciri lochea tidak lancar keluaranya.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Masa nifas adalah masa yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung kira-kira 6 minggu (Mariyunani, 2009:5). Perubahan fisiologis sistem reproduksi yang terjadi selama masa nifas meliputi ligamen dan diafragma pelvis fasia yang meregang sewaktu kehamilan dan saat melahirkan, kembali seperti sedia kala; serviks menjadi lembek, kendur, terkulai dan berbentuk seperti corong.; terjadinya pengeluaran lochea/lochia; adanya perubahan pada vulva, vagina, dan perineum; dan terjadinya involusi uterus yang meliputi reorganisasi dan pengeluaran desidua/endometrium dan eksfoliasi tempat perlekatan plasenta.

#### **B. Saran**

Makalah ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu kritik dan saran dari pembaca. yang sifatnya membangun sangat saya harapkan demi perbaikan makalah ini kedepannya.

## DAFTAR PUSTAKA

Lusa Rochmawati. (2010). *Perubahan Fisiologis Masa Nifas Pada Sistem Reproduksi*. 11 February 2010

Cii Ans. *Jenis Lochea*. 13K views 1 page. Diupload di scribd.com:  
<https://www.scribd.com/document/441448629/Jenis-LOCHEA>

Akademi Kebidanan Wijaya Husada Bogor. (2014). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Bogor: Akademi Kebidanan Wijaya Husada Bogor