

**MAKALAH PERUBAHAN DAN ADAPTASI SISTEM SYARAF PADA
MASA PERSALINAN DAN NIFAS**



Disusun Oleh :

- 1. Shofiyatul Azizah/2110101115**
- 2. Tiara Maharani/2110101113**
- 3. Sani UlfaWidiyana/2110101117**
- 4. Rohmah Ida Fitria/2110101116**
- 5. Salsa Alima Az Zahra/2110101114**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN
PENDIDIKAN PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AISYIAH
YOGYAKARTA**

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT 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 ucapkan 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 membantu 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 para pembaca untuk memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan makalah ini. Demi kelancarannya tugas ini kami ucapkan terimakasih kepada orang tua kami yang telah memberikan dukungan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan karunianya bagi para pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 10 April 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
BAB I	
PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH	1
C. TUJUAN	1
BAB II	
PEMBAHASAN	2
A. KASUS	2
B. SISTEM SYARAF	2
C. MASA NIFAS	2
D. PERUBAHAN DAN ADAPTASI FISILOGIS SISTEM SYARAF MASA KEHAMILAN DAN NIFAS.....	3
E. MENGANALISIS TENTANG IBU KURANG KUAT DAN MENGELUH KRAM KAKI	4
BAB III	
PENUTUP	5
A. KESIMPULAN	5
B. SARAN	5
DAFTAR PUSTAKA	6

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Sistem persarafan terdiri dari sel-sel saraf (neuron) yang tersusun membentuk sistem saraf pusat dan sistem saraf perifer. Sistem saraf pusat (SSP) terdiri atas otak dan medula spinalis sedangkan sistem saraf tepi (perifer) merupakan susunan saraf diluar SSP yang membawa pesan ke dan dari sistem saraf pusat. Stimulus (rangsangan) yang diterima oleh tubuh baik yang bersumber dari lingkungan internal maupun eksternal menyebabkan berbagai perubahan dan menuntut tubuh untuk mampu mengadaptasinya sehingga tubuh tetap seimbang. Upaya tubuh dalam mengadaptasinya berlangsung melalui kegiatan sistem saraf disebut sebagai kegiatan refleksi. Bila tubuh tidak mampu mengadaptasinya maka akan terjadi kondisi yang tidak seimbang atau sakit. Perubahan neurologis selama puerperium merupakan kebalikan adaptasi neurologis yang terjadi saat wanita hamil dan disebabkan trauma yang dialami wanita saat bersalin dan melahirkan. Nyeri kepala pascapartum bisa disebabkan berbagai keadaan, termasuk hipertensi akibat kehamilan, stres, dan kebocoran cairan serebrospinalis ke dalam ruang tulang punggung untuk anestesi. Lama nyeri kepala bervariasi dari 1-3 hari sampai beberapa minggu, tergantung pada penyebab dan efektivitas pengobatan.

B. RUMUSAN MASALAH

1. Pengertian Sistem Syaraf?
2. Pengertian Masa Nifas?
3. Perubahan dan Adaptasi Sistem Syaraf pada Masa Persalinan dan Nifas?
4. Bagaimana Analisis Tentang Ibu Kurang Kuat dan Mengeluh Kram Kaki Saat Berjalan?

C. TUJUAN

1. Mengetahui perubahan perubahan fisiologis yang terjadi pada system syaraf ibu hamil, bersalin, dan nifas .
2. Mengetahui masalah sistem syaraf pada ibu hamil, bersalin, dan nifas.

BAB II

PEMBAHASAN

A. Kasus

Seorang perempuan berusia 23 tahun P1A0 baru saja melahirkan anak pertamanya 6 jam yang lalu di Praktik Mandiri Bidan. Selama 2 jam pertama setelah melahirkan, dilakukan pemantauan dan diperoleh hasil pemeriksaan dalam batas normal.

Bidan menganjurkan ibu untuk melakukan mobilisasi dengan latihan berjalan, selama ibu tidak merasa pusing. Saat berlatih berjalan, ibu merasa kurang kuat, dan mengeluh kram pada kaki. Bidan menyampaikan bahwa hal tsb diakibatkan karena ketidaktepatan posisi meneran ibu saat proses persalinan.

B. Sistem Syaraf

Sistem saraf merupakan suatu struktur yang terdiri dari komponen-komponen sel saraf (neuron). Sistem saraf bersama-sama dengan sistem hormon memelihara fungsi tubuh. Pada umumnya sistem saraf berfungsi mengatur, misalnya kontraksi otot, perubahan alat-alat tubuh bagian dalam yang berlangsung dengan cepat, dengan kecepatan sekresi beberapa kelenjar endokrin.

Sistem saraf pada manusia memiliki sifat mengatur yang sangat kompleks dan khusus. Sistem syaraf menerima berjuta-juta rangsangan yang berasal dari berbagai organ. Semua rangsangan tersebut akan bersatu untuk dapat menentukan respon apa yang akan diberikan oleh tubuh. Sistem saraf sendiri terdiri dari otak, sumsum tulang belakang, organ-organ sensorik, dan semua saraf yang menghubungkan organ-organ ini dengan seluruh tubuh.

C. Masa Nifas

Berdasarkan pengertian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa masa nifas dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan puluhnya Beberapa pengertian masa nifas menurut para ahli adalah sebagai berikut: Masa nifas atau puerperium dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) (Dewi dan Sunarsih, 2012: 1). 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, 2015). alat-alat reproduksi seperti sebelum hamil (6 minggu).

D. Perubahan dan Adaptasi Fisiologi Sistem Syaraf pada Masa Persalinan dan Nifas

a) Perubahan dan Adaptasi Fisiologi pada Kehamilan

Perubahan dan adaptasi psikologi pada trimester 3 Pada kehamilan trimester 3, calon ibu semakin peka perasaannya. Tingkat kecemasan ibu semakin meningkat. Adapun perubahan psikologis kehamilan trimester ketiga adalah

1. Rasa tidak nyaman kembali timbul.
2. Merasa tidak menyenangkan ketika bayi lahir tidak tepat waktu
3. Ibu tidak sabar menunggu kelahiran bayinya
4. Ibu khawatir bayinya akan lahir sewaktu - waktu dan kondisi yang tidak normal
5. Takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang timbul pada saat melahirkan, khawatir akan keselamatannya
6. Semakin ingin menyudahi kehamilannya
7. Merasa sedih karena terpisah dari bayinya
8. Merasa kehilangan perhatian
9. Tidak sabaran dan resah
10. Bermimpi dan berkhayal tentang bayinya
11. Aktif mempersiapkan kelahiran bayinya
12. Libido menurun

Ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester 3 Pusing dalam kehamilan
Penyebab

Beberapa penyebab pusing pada ibu hamil adalah sebagai berikut :

1. Melebarnya pembuluh darah
2. Berdiri terlalu cepat
3. Meningkatnya aliran darah ke janin dalam kandungan
4. Peningkatan volume sirkulasi darah, peregangan pembuluh darah di otak akibat peningkatan kadar progesteron, stress, kelelahan, dan gula darah rendah

b) Perubahan Sistem persarafan pada Masa Nifas

Sistem persarafan pada klien post partum biasanya tidak mengalami gangguan kecuali ada komplikasi akibat dari pemberian anesthesia spinal atau penusukan pada anesthesia epidural dapat menimbulkan komplikasi penurunan sensasi pada ekstremitas bawah. Klien dengan spinal anesthesia perlu tidur flat selama 24 jam pertama. Kesadaran biasanya.

Perubahan neurologis selama puerperium merupakan kebalikan adaptasi neurologis yang terjadi saat wanita hamil dan disebabkan trauma yang dialami wanita saat bersalin dan melahirkan. Nyeri kepala pascapartum bisa disebabkan berbagai keadaan, termasuk hipertensi akibat kehamilan, stres, dan kebocoran cairan serebrospinalis ke dalam ruang tulang punggung untuk

anestesi. Lama nyeri kepala bervariasi dari 1-3 hari sampai beberapa minggu, tergantung pada penyebab dan efektivitas pengobatan.

E. Bagaimana Analisis Tentang Ibu Kurang Kuat dan Mengeluh Kram Kaki Saat Berjalan Setelah Melahirkan

Rasa kram pada kaki yang dialami usai melahirkan biasanya disebabkan oleh ketidakseimbangan mineral selama kehamilan. Itu alasan kenapa ibu hamil harus sering berjalan kaki untuk membantu meningkatkan peredaran darah pada kaki.

Jika hingga lebih dari 3 bulan pasca melahirkan keluhan Anda masih berlanjut, apalagi sampai membuat aktifitas Anda terganggu, hal ini bisa jadi muncul karena ada faktor lain yang memperberatnya, misalnya infeksi virus atau bakteri, fibromyalgia, lemah atau gagal jantung, kekurangan nutrisi, syaraf kejepit, rheumatoid arthritis, neuropati perifer, gangguan hormon, gangguan ginjal, gangguan metabolik, dan sebagainya.

Sepatutnya, Anda tidak mendiamkan hal ini begitu saja. Pergilah periksakan diri Anda ke dokter terdekat sehingga bisa dilakukan evaluasi mendalam, termasuk lewat tes darah, rekam jantung, tes urin, rontgen, CT scan, atau mungkin tes penunjang lainnya. Jika perlu, bisa jadi nantinya Anda akan dirujuk ke dokter syaraf atau penyakit dalam.

Sementara ini, yang sebaiknya Anda lakukan adalah:

1. Redakan nyeri dengan kompres hangat dan minum obat paracetamol
2. Jangan sembarangan mengurut tubuh
3. Istirahat yang cukup, posisikan kaki yang bengkak sedikit lebih tinggi
4. Kenakan pakaian yang longgar dan nyaman
5. Jangan terlalu banyak diam, aktiflah bergerak dan berolahraga sesuai kemampuan Anda
6. Jalani diet sehat, perbanyak makan buah dan sayur, batasi asupan garam dan makanan berlemak jenuh
7. Jangan terlalu banyak pikiran
8. Jaga berat badan agar ideal, jangan terlalu gemuk
9. Susui bayi Anda ASI sering-sering

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Sistem Persarafan adalah salah satu organ yang berfungsi untuk menyelenggarakan kerjasama yang rapih dalam organisasi dan koordinasi kegiatan tubuh.

Sistem persarafan pada klien post partum biasanya tidak mengalami gangguan kecuali ada komplikasi akibat dari pemberian anesthesia spinal atau penusukan pada anestesi epidural dapat menimbulkan komplikasi penurunan sensasi pada ekstremitas bawah. Klien dengan spinal anesthesia perlu tidur flat selama 24 jam pertama. Kesadaran biasanya

B. SARAN

Kami berharap agar teman-teman dapat mengerti materi yang telah kami sampaikan. Seorang bidan sebaiknya menguasai perubahan-perubahan dan adaptasi pada setiap masa nifas.

DAFTAR PUSTAKA

(Astuti, 2012).

(Morgan, 2009).

(Jurnal Portal Kesehatan, 2014).

Varney, Helen. 2006. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Edisi 4, Volume 1. Jakarta : EGC.

(Syafardi dkk, 2011).

(Susan Klein, 2012)

<https://www.alodokter.com/>