

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
LAPORAN TUGAS AKHIR, AGUSTUS 2018
SELI RENJANI
E1515401055

INTISARI

“Penatalaksanaan Senam Nifas Untuk Mengurangi Nyeri Afterpains Pada Ibu Postpartum Di BPM Bidan Y Mangkubumi Kota Tasikmalaya”

xiv + 33 halaman + 4 table + 11 lampiran

Setelah melahirkan ibu merasakan *afterpains*, yaitu rasa nyeri pada abdomen karena adanya kontraksi uterus, bila tidak segera ditangani akan berdampak pada ibu. Salah satu cara untuk mengatasi *afterpains* adalah dengan melakukan senam nifas. Dengan senam nifas dapat mempercepat proses penyembuhan. Asuhan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam nifas terhadap nyeri afterpains pada ibu postpartum. Metode asuhan ini yaitu dengan melakukan senam nifas pada ibu postpartum dari hari ke-1 sampai hari ke-3 lamanya 10 menit. Hasil asuhan yang diberikan pada 5 ibu postpartum sesudah dilakukan senam nifas menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap nyeri afterpains. Jadi, dapat disimpulkan bahwa dengan penatalaksanaan senam nifas dapat mempercepat penurunan nyeri afterpains pada ibu postpartum.

Kata kunci : Senam Nifas, Nyeri Afterpains

Kepustakaan : 13 (2009-2017)