### 3. Jongkok/Squatting

Posisi bersalin yang alami, karena memanfaatkan gravitasi lubuh, Ibu tidak usah terlalu kuat mengejan, Sementara bayi pun lebih cepat keluar lewat jalan lahir.



### 4. Setengah Duduk/Semi Sitting

Ibu bersalin duduk dengan punggung bersandar bantal, kaki ditekuk dan paha dibuka ke arah samping. Posisi ini cukup membuat Ibu nyaman. Kelebihannya, sumbu jalan lahir yang perlu ditempuh janin untuk bisa keluar jadi lebih pendek. Suplai oksigen dari ihu ke janin pun berlangsung optimal.



### 5. Posisi berdiri tegak

Posisi berdiri alias vertikal akan membuat gravitasi secara natural. Dengan posisi ini memungkinkan panggul lebih terbuka dan bayi lebih mudah bergerak turun ke jalan lahir.





### 6. Posisi bertumpu pada tangan dan lutut

Posisi mirip seperti hendak merangkak, dengan posisi tangan dan lutut bertumpu di bawah, jika memiliki keluhan nyeri punggung, posisi ini akan sangat membantu, juga membantu membuka panggul dan memanfaatkan gravitasi untuk membantu bayi keluar ke jalan lahir.

### 7. Posisi berlutut

Posisi ini dilakukan dengan cara mencondongkan tubuh ke depan, bertumpu di atas tumpukan bantal di tempat tidur, di kursi atau di birthing ball. Posisi ini akan membantu mendorong bayi untuk bergerak maju dan mengurangi tekanan pada punggung.

"KNOWLEDGE IS POWER"

Terakreditasi PARIPURNA

# Persalinan




**RUMKIT TK III DR. REKSODIWIRYO PADANG**
**JL. DR. WAHIDIN NO.1, GANTING PARAK GADANG, KEC. PADANG TIMUR KOTA PADANG, SUMATERA BARAT**

More Information? Follow us at:
WA : 085364238118
Instagram : rumkit.reksodiwiryo

## Apa Artinya Persalinan?

Suatu proses dimana janin dan placenta/ari-ari keluar dari uterus rahim ditandai dengan peningkatan kontraksi rahim yang menyebabkan penipisan dan pembukaan seviks mulut rahim serta keluarnya lendir darah dari vagina/jalan persalinan.



## Macam - Macam Persalinan

1. **Persaliman Normal** : bayi lahir melalui jalan lahir tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin.
2. **Persaliman Abnormal** : persalinan yang tidak dapat berjalan normal secara spontan, adanya penyulit sehingga perlu dilakukan tindakan secara operasi Sectio casaria/SC, vacuum, forcep).

## Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Persalinan (5P)

**1. Tenaga (Power)**
Tenaga yang dihasilkan olah his kontraksi dan retrakst otot rahim, kontraksi otot-otot perut, kontraksi diafragma, dan aksi dari legament dengan kerjasama yang baik dan sempurna.

**2. Jalan Lahir (Passage)**
Jalan lahir yang harus dilewati oleh janin terdiri dari rongga panggul, dasat panggul, serviks dan vagina. Syarat agar janin dan placenta/ari-ari dapat melalui jalan lahir tanpa ada rintangan, maka jalan lahir tersebut harus normal.

**3. Janin (Passanger)**
Bagian yang paling besar dan keras dari janin adalah kepala janin. Posisi dan besar kepala dapat mempengaruhi jalan persalinan, jika bagian kepala sudah lahir maka bagian-bagian yang lain akan mudah keluar.

**4. Psikologi Ibu.**
Semakin ibu siap dan memahami proses persalinan maka ibu akan semakin mudah bekerja sama dengan petugas kesehatan yang akan membantu proses persalinan.

**5. Penolong**
Peran dari penolong persalinan adalah mengantisipasi dan menangani komplikasi yang mungkin terjadi pada ibu dan janin. Dalam hal ini proses tergantung dari kemampuan skill dan kesiapan penolong dalam menghadapi proses persalinan.

## Tanda - Tanda Ibu akan Melahirkan

1. Rasa mules yang datang secara teratur yaitu setiap 10 menit terjadi 2 kali atau lebih.
2. Rasa mules terjadi pada perut bagian bawah.
3. Keluarnya lendir bercampur darah dari jalan lahir.

## Macam - macam Posisi Persalinan

1. Berbaring/posisi litotomi. Posisi telentang, kedua paha pada penopang kursi khusus untuk bersalin.



2. Kekurangan : latak pembuluh besar berada di bawah posisi bayi dan tertekan oleh berat badan bayi. Apalagi jika letak ari-ari berada di bawah bayi. Akibatnya, kesanan pada pembuluh darah bisa meninggi dan menimbulkan perlambatan peredaran darah balik Ibu, Pengiriman oksigen dalam darah dari Ibu ke janin melalui plasenta jnga tidak terganggu.