

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Ibu Nifas

2.1.1 Definisi

Nifas atau *postpartum* merupakan keadaan seorang wanita yang telah melahirkan mengalami proses pemulihan setelah melahirkan dimana organ reproduksi akan bertahap kembali seperti sebelum hamil (Italia dan Sari, 2022: 37). Periode nifas merupakan proses pemulihan bagi organ reproduksi wanita dari awal setelah melahirkan hingga kembali pada kondisi semula. Periode nifas pada umumnya akan berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari, beberapa ahli memperkirakan hingga 8 minggu. Proses pemulihan ini mencakup berbagai perubahan, baik pada fisik maupun psikologis ibu, sebagai respons terhadap kehamilan dan persalinan yang baru saja dialami (Naharani et al., 2023).

2.1.2 Tahapan Nifas

Masa nifas pada ibu *postpartum* akan melewati beberapa tahapan. Berdasarkan periode waktunya Menurut Ciselia dan Oktari (2021) tahapan pada masa nifas terbagi menjadi 4 antara lain :

1. Periode *immediate postpartum*

Masa ini merupakan masa dimana sesaat setelah bayi dan plasenta lahir sampai dengan 24 jam. Fase *immediate postpartum* ini risiko perdarahan akan cukup tinggi karena ketidakstabilan kondisi rahim pasca melahirkan.