

## Perubahan pada tubuh wanita selama masa nifas

Hayuni Rahmah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20345217&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

**ABSTRAK**

Masa nifas adalah masa sejak melahirkan sampai dengan pulihnya alat-alat reproduksi dan anggota tubuh lainnya, yang berlangsung sampai sekitar 40 hari (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1990). Pada masa ini terjadi banyak perubahan fisiologis dan psikologis yang kompleks, yang seringkali mencetuskan timbulnya berbagai masalah yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu nifas, bayi, maupun keluarganya. Situasi seperti ini membutuhkan penyesuaian diri dari individu (ibu nifas) maupun keluarganya. Pengetahuan tentang adanya perubahan-perubahan pada masa nifas ini penting untuk diketahui ibu nifas sendiri maupun keluarganya. Dengan begitu ibu nifas maupun keluarganya akan menyadari apa yang sedang terjadi selama masa nifas, dapat mengenali masalah yang mungkin terjadi, juga tahu bagaimana cara mengatasinya. Sehingga akan membantu dalam proses penyesuaian diri individu maupun keluarganya terhadap kondisi yang terjadi pada ibu selama masa nifas.