

## **LAMPIRAN**



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU**  
**JURUSAN KEBIDANAN**



Jalan Melati No. 101 Pekanbaru Telepon: (075) 336581 Fax: 20650

6 Januari 2020

Nomor : PP.04.03/3.51.009 /2020  
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

Yang terhormat,  
Pimpinan Klinik Jambu Mawar  
Di  
Pekanbaru

Sesuai dengan Kalender Akademik Semester Genap T.A 2019/2020 Prodi D-III Kebidanan bahwa Mahasiswa Tingkat III diharuskan menyusun Laporan Tugas Akhir (LTA) yang merupakan salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Prodi Diploma III Kebidanan. Sebelum penyusunan LTA tersebut mahasiswa wajib melakukan pemantauan kasus pada ibu mulai dari kehamilan trimester III, persalinan, nifas, neonatus dan KB secara berkelanjutan.

Berdasarkan hal tersebut, kami sampaikan kepada ibu bahwa mahasiswa dibawah ini :

Nama : Apriyana Kumala Sari  
NIM : P031715401003  
Tingkat/Semester : III / VI

Nama : Shonia Tasya Freddy  
NIM : P031715401031  
Tingkat/Semester : III / VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di Klinik Jambu Mawar yang Ibu pimpin, untuk itu kami mohon kesediaan Ibu agar dapat memberi izin dan memfasilitasi yang bersangkutan dalam pencapaian kasus tersebut.

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan



Juraida Roito Harahap, SKM, M.Kes  
NIP.196608021989032002

**KLINIK PRATAMA JAMBU MAWAR**

**Bidan : Hj. Winalti, A.Md, Keb, SST**

**Jl. Jambu Mawar No. 09, Tampan, Kec. Payung Sekaki, Kota Pekanbaru**

Pekanbaru, 08 Februari 2019

Nomor : 75 / KP / JM / VIII / 2019  
Lampiran :  
Hal : Surat Balasan Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir (LTA)

Yang terhormat,  
Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau  
Di Pekanbaru

Dengan Hormat,  
Yang bertanda tangan dibawah ini :  
Nama : Hj. Winalti, A.Md. Keb, SST  
Jabatan : Klinik Pratama Jambu Mawar

Menerangkan bahwa :  
Nama : Shonia Tasya Freddy  
NIM : P031715401031  
Tingkat : III  
Semester : VI (Enam)

Telah selesai melaksanakan pemantauan kasus pada ibu hamil, mulai dari kehamilan trimester III, persalinan, nifas, dan neonatus secara berkelanjutan sebagai penyusunan Laporan Tugas Akhir (LTA) dengan judul "Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. N di Klinik Pratama Jambu Mawar Kota Pekanbaru"

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Pimpinan Klinik Pratama Jambu Mawar



(Hj. Winalti, A.Md. Keb, SST)

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIH**

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : MURFADILAH  
Umur : 23 Tahun  
Pekerjaan : WIRASWASTA  
Alamat : Jln. PEMUDI

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa setelah memahami semua penjelasan yang berkaitan dengan prosedur pengambilan kasus untuk Laporan Tugas Akhir (LTA) Mahasiswa Program Studi DIII Poltekkes Kemenkes Riau, maka dengan ini saya setuju menjadi klien/pasien dalam studi kasus mahasiswa :

Nama : SHONIA TASYA FREDDY  
NIM : 2031715401031  
Judul : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. N

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

di Klinik Pratama  
Jambu Mawar

Pekanbaru,

Yang menyatakan

Menyetujui suami/klien

Klien/pasien



Murf  
MURFADILAH

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN UNTUK  
IKUT SERTA DALAM LAPORAN TUGAS AKHIR  
(INFORM CONSENT)**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : NURFADILAH  
Umur : 23 Tahun  
Alamat : Jln. PEMUDI  
Pekerjaan : WIRASWASTA

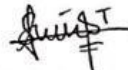
Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa:

Setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya menyadari, mengerti dan memahami tentang tujuan, manfaat dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dan membatalkan keikutsertaannya, maka saya ~~setuju~~/~~tidak setuju~~ diikutsertakan dan bersedia berperan serta dalam Laporan Tugas Akhir (LTA) yang berjudul: "Asuhan Komprehensif Pada Ny. N di Klinik Pratama Jambu Mawar".

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sesungguhnya tanpa paksaan:

Mengetahui

Penulis



SHONIA TAGIA FREDDY

Pekanbaru,

Yang menyatakan

pasien



NURFADILAH







**LEMBAR KONSULTASI**  
**BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)**  
**PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN**  
**POLTEKKES KEMENKES RIAU**

Nama Mahasiswa : Shonia Tasya Freddy

NIM : P031715401031

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komperhensif Pada Ny. ~~N~~ di Klinik Pratama  
 Jambu Mawar Kota Pekanbaru

Pembimbing I : Hj.Fathunikmah, SPd, M.Biomed

NO	Tanggal Konsultasi	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	07/02/2020	BAB I, Pembahasan	Masukan yg berkaitan dg laporan dan judul		
2.	10/02/2020	<del>pembahasan</del>	Kasus & kaji awal Ulang 4/utkrensi.		
3.	13/02/2020	Pembahasan	permasalah, pattern skrining PD		

Mengetahui

Pembimbing I

**Hj. Fathunikmah, SPd, M.Biomed**  
**NIP. 197808052002122003**

**LEMBAR KONSULTASI**  
**BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)**  
**PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN**  
**POLTEKKES KEMENKES RIAU**

Nama Mahasiswa : Shonia Tasya Freddy

NIM : P031715401031

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komperhensif Pada Ny. **W** di Klinik Pratama  
 Jambu Mawar Kota Pekanbaru

Pembimbing II : Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes

NO	Tanggal Konsultasi	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	12/2.2020	BAB I BAB IV	Perbaiki BAB I dan B IV (penulisan)	<i>[Signature]</i>	fi
2.	14/2.2020	BAB II	perbaiki penulisan BAB II		fi

Mengetahui

**Pembimbing II**

**Fatvani Alyensi, SST, M.Kes**  
**NIP. 198001212008012010**

**Kartu Skor Poedji Rochjati**

Nama : Ny. N

Umur : 23 tahun

KEL F.R	II NO.	III Masalah / Faktor Resiko	SKOR	IV Trimester			
				I	II	III.1	III.2
				Skor Awal Ibu Hamil			
			2			2	2
I	1	Terlalu muda hamil I $\leq$ 16 Tahun	2			0	0
	2	Terlalu tua hamil I $\geq$ 35 Tahun	4			0	0
		Terlalu lambat hamil I kawin $\geq$ 4 Tahun	4			0	0
	3	Terlalu lama hamil lagi $\geq$ 10 Tahun	4			0	0
	4	Terlalu cepat hamil lagi $\leq$ 2 Tahun	4			0	0
	5	Terlalu banyak anak, 4 atau lebih	4			0	0
	6	Terlalu tua umur $\geq$ 35 Tahun	4			0	0
	7	Terlalu pendek $\geq$ 145 cm	4			0	0
	8	Pernah gagal kehamilan	4			0	0
	9	Pernah melahirkan dengan	4			0	0
		a. Terikan tang/vakum	4			0	0
		b. Uri dirogoh	4			0	0
		c. Diberi infus/transfuse	4			0	0
	10	Pernah operasi sesar	8			0	0
II	11	Penyakit pada ibu hamil	4			0	0
		a. Kurang darah					
		b. Malaria					
		c. TBC Paru	4			0	0
		d. Payah Jantung	4			0	0
		e. Kencing Manis (Diabetes)	4			0	0
		f. Penyakit Menular Seksual	4			0	0
	12	Bengkak pada muka / tungkai dan tekanan darah tinggi	4			0	0
	13	Hamil kembar	4			0	0
	14	Hydramnion	4			0	0
15	Bayi mati dalam kandungan	4			0	0	
16	Kehamilan lebih bulan	4			0	0	
17	Letak Sunsang	8			8	0	
18	Letak Lintang	8			0	0	
III	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8			0	0
	20	Preeklampsia/ kejang-kejang	8			0	0
		JUMLAH SKOR				10	2





**KLINIK PRATAMA  
JAMBU MAWAR**

RUMAH BERSALIN DAN BALAI PENGOBATAN  
JL. PEMUDA UJUNG / JL. JAMBU MAWAR NO.9 TELP. 0761-25924  
TAMPAN-PEKANBARU

**LEMBARAN  
OBSERVASI**

Nama Pasien : Nurfadiah Umur : 23 th  
 Nama Keluarga : Rian Alamat : Jl. Pemuda  
 Tempat Bersalin : \_\_\_\_\_  
 Ruang : \_\_\_\_\_

Tgl/Jam	TTV				KONTRAKSI			DJJ	OBAT DAN CAIRAN IV	KETERANGAN
	TO	N	P	S	FREKUENSI	DURASI	KEKUATAN			
17/1/20 20.30	S: PBM datang nyeri perut bawah									tekanan keluar lendir bercampur darah dan O: TD: 130/100 S: 36,5°C N: 80xli RR: 22xli Inupeti Pucat pada konjungtiva (-), varises (-), oedema (-) Palpasi LPI: Pada perut bagian atas teraba lunak dan tidak melenting kemungkinan botolan janin. LPII: Pada posisi bagian kanan teraba memanjang dan memapan kemungkinan pangas janin. Pada perut bagian kiri teraba tonjolan feci kemungkinan ekstremitas janin. LPIII: Pada perut bagian bawah teraba keras dan melenting kemungkinan terak janin LPIV: Divergen Auskultasi DJJ: (+) VT: 1 cm ket: (+) A: Ny. N, 23 th. G1P0 A. uk 38 mss 3 hari, Janin hidup tunggal intrauterin Presept: t/1 ibu dan bayi baik. P: - Bentuk ibu baik pemantauan - pemeliharaan dan cairan - persiapan alat persalinan - Bina hubungan baik.
18/1/20 01.10	TD: 130/90 mmHg VT: 1 cm ket: (+) DJJ: (+)									
10.00	TD: 120/90 mmHg VT: 1 cm ket: (+) DJJ: (+)									

### Skrining EPDS

Nama: <u>Ny. N</u> Alamat: <u>Jl. Pemuda</u> Tanggal Lahir: 10 April 1996 Tanggal kelahiran Bayi: 30 Januari 2020 No. Telepon: _____
Sebagaimana kehamilan atau proses persalinan yang baru saja anda alami, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan anda saat ini. Mohon memilih jawaban yang paling mendekati keadaan perasaan anda <b>DALAM 7 HARI TERAKHIR</b> , bukan hanya perasaan anda hari ini.
Dibawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya. Saya merasa bahagia: <input type="checkbox"/> Ya, setiap saat <input type="checkbox"/> Ya, hampir setiap saat <input type="checkbox"/> Tidak, tidak terlalu sering <input type="checkbox"/> Tidak pernah sama sekali
Arti jawaban diatas ialah: "saya merasa bahagia di hampir setiap saat" dalam satu minggu terakhir ini. Mohon dilengkapi pertanyaan lain dibawah ini dengan cara yang sama.
Dalam 7 hari terakhir: 1. Saya mampu tertawa dan merasakan hal-hal yang menyenangkan <input checked="" type="checkbox"/> Sebanyak yang saya bisa <input type="checkbox"/> Tidak terlalu banyak <input type="checkbox"/> Tidak banyak <input type="checkbox"/> Tidak sama sekali 2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan <input checked="" type="checkbox"/> Sebanyak sebelumnya <input type="checkbox"/> Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya <input type="checkbox"/> Kurang dibandingkan dengan sebelumnya <input type="checkbox"/> Tidak pernah sama sekali 3. * Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya <input type="checkbox"/> Ya, setiap saat <input type="checkbox"/> Ya, kadang-kadang <input checked="" type="checkbox"/> Tidak terlalu sering <input type="checkbox"/> Tidak pernah sama sekali 4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir tanpa alasan yang jelas <input type="checkbox"/> Tidak pernah sama sekali <input checked="" type="checkbox"/> Jarang-jarang <input type="checkbox"/> Ya, kadang-kadang <input type="checkbox"/> Ya, sering sekali 5. * Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas <input type="checkbox"/> Ya, cukup sering <input type="checkbox"/> Ya, kadang-kadang <input checked="" type="checkbox"/> Tidak terlalu sering <input type="checkbox"/> Tidak pernah sama sekali 6. * Segala sesuatunya terasa sulit untuk dikerjakan <input type="checkbox"/> Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya <input type="checkbox"/> Ya, kadang-kadang saya tidak mampu menangani seperti biasanya <input checked="" type="checkbox"/> Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tangani <input type="checkbox"/> Tidak pernah, saya mampu mengerjakan segala sesuatu dengan baik 7. * Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur <input type="checkbox"/> Ya, setiap saat

- Ya, kadang-kadang
  - Tidak terlalu sering
  - Tidak pernah sama sekali
8. \* Saya merasa sedih dan merasa diri saya menyedihkan
- Ya, setiap saat
  - Ya, cukup sering
  - Tidak terlalu sering
  - Tidak pernah sama sekali
9. \* Saya merasa tidak bahagia sehingga menyebabkan saya menangis
- Ya, setiap saat
  - Ya, cukup sering
  - Disaat tertentu saja
  - Tidak pernah sama sekali
10. \*Muncul pikiran untuk menyakiti diri saya sendiri
- Ya, cukup sering
  - Kadang-kadang
  - Jarang sekali
  - Tidak pernah sama sekali

Diperiksa/ditelaah oleh: Shonia Tasya Freddy Tanggal: 06 Februari 2020  
Jumlah Skor: 5

#### Gerakan 4

Langkahnya : posisikan tubuh seperti akan merangkak. Letakkan tangan selebar bahu selangkan lutut sejajar dengan panggul. Arahkan kepala kedepan dan tubuh sejajar dengan matras. Tundukkan kepala kemudian lengkungan punggung.

Manfaatnya : untuk menguatkan otot perut dan mencegah terjadinya perut gantung. Latihan ini juga meningkatkan energy bagi ibu untuk mengejan saat persalinan, sehingga bayi terdorong lebih cepat.

Gerakannya :



#### Gerakan 5

Langkahnya :

Berdiri dengan postur tubuh tegak dan kencangkan otot perut. Posisi kaki terbuka. Luruskan kedua tangan dengan menempelkan kedua telapak tangan pada dinding. Jongkok lah secara perlahan dan angkat tumit bagian belakang. Pada saat jongkok, lemaskan otot perut. Kemudian berdirilah kembali secara perlahan.

Manfaatnya : untuk menguatkan otot betis agar tidak menimbulkan kejang atau kram betis.

Gerakannya :



#### Gerakan 6

Langkahnya : duduk bersila, letakkan kedua tangan dibagian dada dengan siku dilemaskan. Tarik napas dan keluarkan dari mulut terbuka.

Manfaatnya : latihan ini merupakan latihan mengejan untuk mempermudah proses persalinan.

#### Gerakan Senam Ibu Hamil



Oleh :  
Mahasiswa Prodi DIII  
Kebidanan  
Poltekkes Kemenkes Riau

Kementerian Kesehatan  
Republik Indonesia

Bagaimanakah Gerakannya??

SENAM HAMIL ??



SENAM HAMIL ialah suatu bentuk latihan guna memperkuat dan mempertingkatkan elastisitas otot-otot dinding perut, otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan.

MANFAATnya dapat meningkatkan peredaran darah, meningkatkan kebugaran dan kekuatan otot, meredakan sakit punggung dan sembelit, dan dapat membantu kelancaran persalinan seterusnya.

PELAKSANAANnya dijalankan saat kehamilan 28 minggu atau 7 bulan. Sebelumnya ibu hamil sebaiknya berkonsultasi dengan tenaga kesihatan sebelum melakukan senam hamil tersebut.

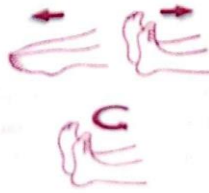
Gerakan 1

Langkah : Duduklah dengan posisi kedua lutut diluruskan ke depan.

Tubuh bersandar pada kedua lengan yang diletakkan dibelakang bokong, atau sandarkan punggung pada bantal.

Manfaatnya : untuk memperlancar sirkulasi darah dikaki, serta mencegah pembengkakan pada pergelangan dan telapak kaki.

Gerakannya :



Gerakan 2

Langkahnya : posisi tubuh dalam posisi telentang diatas kasur atau matras dan posisi kan bantal dibawah kepala.

Letakkan tangan disamping tubuh. Angkat bokong sedikit lalu turunkan secara perlahan.

Manfaatnya : untuk memperkuat otot panggul.

Gerakannya :



Gerakan 3

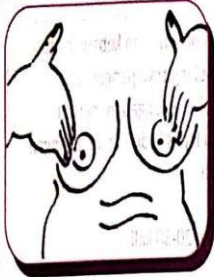
Langkahnya : posisi tubuh terlentang, tekuk kedua lutut hingga paha dan betis membentuk sudut 45°. Kedua tangan disamping tubuh. Lalu tundukkan kepala (arahkan dagu ke leher) dan kerutkan bokong kedalam sehingga terangkat dari kasur.

Manfaatnya : untuk mengembalikan posisi panggul yang berat ke depan, mengurangi pengal pada punggung, dan mengurangi sakit punggung.

Gerakannya :



### PENGURUTAN KETIGA



Menyokong payudara dengan satu tangan, sedangkan tangan lain mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah tepi kearah puting susu. Lakukan gerakan ini sekitar 30 kali.

### PENGOMPRESAN



Selesai pengurutan kedua payudara dikompres dengan waslap hangat

selama 2 menit. Kemudian diganti dengan kompres waslap dingin selama 1 menit. Keringkan payudara dengan handuk kering dan pakaikan bra.

### PERAWATAN PUTING SUSU

Puting susu perlu di rawat agar dapat bekerja dengan baik karena puting susu memegang peranan penting pada saat menyusui

Berikut ini langkah-langkah yang perlu dilakukan untuk merawat puting susu :

1. Kompres kedua puting susu dengan kapas yang telah di basahi minyak atau baby oil selama lebih kurang 5 menit agar kotoran disepat puting susu mudah terangkat.



2. Jika puting susu normal, lakukan perawatan berikut :

- ⇒ Oleskan minyak pada ibu jari dan telunjuk lalu letakkan keduanya pada puting susu.
- ⇒ Lakukan gerakan memutar kearah dalam sebanyak 30 kali putaran untuk kedua puting susu.
- ⇒ Gerakan tersebut bertujuan meningkatkan Elastisitas otot puting susu.



3. Jika puting susu datar atau masuk kedalam lakukan tahap berikut :

⇒ Letakkan kedua ibu jari disebelah kiri dan kanan puting susu, kemudian tekan dan hentakkan kearah luar menjauhi puting susu secara perlahan.

⇒ Letakkan kedua ibu jari diatas dan dibawah puting susu, lalu tekan serta hentakkan kearah luar menjauhi puting susu secara perlahan.

⇒ Lakukan langkah-langkah perawatan tersebut 4-5 kali pada pagi dan sore hari, sebaiknya diperhatikan untuk tidak menggunakan bahan-bahan seperti alkohol atau sabun untuk membersihkan puting susu karena hal ini dapat menyebabkan kulit menjadi kering dan lecet.



### PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS



DIBUAT OLEH :  
MAHASISWI KEBIDANAN TK. II A

KEMENTERIAN KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA

POLTEKES KEMENKES RIAU

PRODI DIII KEBIDANAN

### PERAWATAN PAYUDARA

Suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI.



#### TUJUAN PERAWATAN

- ⇒ Memelihara kebersihan payudara
- ⇒ Melenturkan dan menguatkan puting susu
- ⇒ Melancarkan produksi ASI

#### WAKTU PELAKSANAAN

Dilakukan 2 kali sehari pada waktu mandi pagi dan sore hari

#### PERSIAPAN ALAT DAN BAHAN :

- Minyak kelapa/baby oil
- kapas
- 2 Handuk
- 2 Waslap atau sapu tangan
- 2 Baskom berisi Air hangat dan Air dingin

### TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA :

1. cuci tangan sebelum perawatan payudara
2. Pasang satu handuk dipinggir dan dipinggang klien.
3. Ambil kapas dan basahi dengan minyak lalu tempelkan pada aerola mammae selama 5 menit kemudian bersihkan dengan diputar.
4. Kedua tangan diberi minyak lalu lakukan pengurutan.

#### PENGURUTAN PERTAMA



1. Licinkan kedua telapak tangan dengan minyak atau baby oil.
2. Tempatkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara.
3. Lakukan pengurutan dimulai kearah atas lalu telapak tangan kiri dan telapak tangan kanan ke arah sisi kanan.

4. Lakukan terus pengurutan kebawah atau kesamping. Selanjutnya pengurutan melintang. Telapak tangan mengurut kedepan, lalu lepas kedua telapak tangan dari payudara.

5. Ulangi gerakan 20-30 kali.

#### PENGURUTAN KEDUA



Menyokong payudara kiri dengan tangan kiri, kemudian dua atau tiga jari tangan kanan membuat

gerakan memutar sambil menekan, mulai dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu. Lakukan tahap yang sama. Lakukan dua kali gerakan pada setiap payudara.

## TANDA – TANDA BAHAYA KEHAMILAN

### PENDARAHAN

Apabila ibu mengalami pendarahan saat hamil sebelum adanya tanda-tanda persalinan dengan disertai nyeri.



### DEMAM TINGGI

Ibu hamil menderita demam dengan suhu tubuh lebih 38° C. Demam tinggi dapat merupakan gejala adanya infeksi dalam kehamilan. Demam tinggi dapat ditangani dengan: istirahat baring, minum banyak, dan kompres untuk menurunkan suhu tubuh.



### PEMBENGKAKAN

Penimbunan cairan secara umum dan berlebihan dalam jaringan tubuh, dan biasanya dapat diketahui dari kenaikan berat badan selama hamil serta pembengkakan terjadi pada kaki, jari tangan serta wajah, atau sakit kepala disertai kejang dan penglihatan menjadi kabur.



### KELUAR CAIRAN PERVAGINA

Pecahnya selaput ketuban juga dapat diikuti dengan keluarnya bagian kecil janin seperti tali pusat, tangan, atau kaki. Oleh karena itu bila saat hamil ditemukan ada pengeluaran cairan apalagi bila belum cukup bulan harus segera datang ke rumah sakit dengan fasilitas memadai.



### GERAKAN JANIN TIDAK TERASA

Janin harus bergerak minimal 3 kali dalam periode 12 jam, gerakan janin akan lebih mudah terasa jika ibu berbaring atau beristirahat dan jika ibu makan dan minum dengan baik. Yang termasuk tanda bahaya adalah bila gerakan janin mulai berkurang bahkan tidak ada sama sekali.



### NYERI PERUT

yang hebat termasuk dalam tanda bahaya dalam kehamilan. Apabila perut ibu terasa sangat nyeri secara tiba-tiba bahkan jika disentuh sedikit saja dan terasa sangat keras seperti papan serta disertai perdarahan pervaginam.



## KENALI TANDA – TANDA BAHAYA KEHAMILAN TRIMESTER 3



OLEH  
NADYA OKTA AFNI



KEMENTERIAN KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA

POLTEKKES KEMENKES RIAU

PRODI DIII KEBIDANAN



## TANDA BAHAYA KEHAMILAN PADA TRIMESTER III ???

Tanda gejala yang menunjukkan kondisi ibu atau bayi yang dikandungnya dalam keadaan bahaya atau tidak normal, dan apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian pada ibu dan bayi.

## SIKAP YANG HARUS DILAKUKAN OLEH IBU / KELUARGA

- 1) Jangan panik
- 2) Mencari dan mempersiapkan transportasi
- 3) Segera membawa ibu ke tempat bidan, puskesmas, Rs atau pelayanan kesehatan lainnya.
- 4) Siapkan donor darah bila diperlukan

## CARA MENCEGAH / MENGATASINYA

1. Periksa hamil secara rutin, minimal 4x selama hamil.
2. Mengonsumsi makanan gizi seimbang seperti makanan yang mengandung karbohidrat, asam folat, protein, zat besi, kalsium dan zat lainnya.
3. Istirahat cukup
4. Olahraga ringan misalnya jalan pagi
5. Hindari stress
6. Jangan melakukan pekerjaan yang terlalu berat

*Bila timbul keluhan yang meresahkan, segeralah periksa ke tenaga kesehatan atau pelayanan kesehatan terdekat*



**B : (B)idan;** pastikan ibu/bayi/klien didampingi oleh tenaga kesehatan yang kompeten dan memiliki kemampuan untuk menolong proses persalinan.

**A : (A)lat;** ibu dan keluarga dapat mengumpulkan barang-barang (seperti pembalut wanita, sabun, baju ibu, baju bayi, dll) dan menyimpannya untuk persiapan persalinan.



**K : (K)eluarga;** pastikan ada yang mendampingi ibu saat proses persalinan baik suami ataupun keluarga.



**O : (O)bat;** bawa obat-obatan yang diperlukan ibu.



**K : (K)endaraan;** suami atau keluarga menyiapkan kendaraan jika sewaktu-waktu diperlukan.



**U : (U)ang;** persiapan tabungan atau dana cadangan untuk biaya persalinan dan biaya lainnya.



**DA : (DA)rah;** siapkan lebih dari 1 orang yang memiliki golongan darah yang sama dan bersedia menjadi pendonor jika diperlukan.

*keluarga*

## PERSIAPAN PERSALINAN



**SHONIA TASYA FREDDY**  
**P031715401031**  
**D3 KEBIDANAN Tr.2A**

**POLTEKKES KEMENKES**  
**RIAU**  
**TAHUN 2019**

3. Dengan adanya rencana persiapan akan membantu kegiatan dan pelaksanaan pada saat pelaksanaan serta meningkatkan kemampuan dan keterampilan menerima asuhan yang sesuai dan tepat waktu.

Perencanaan persiapan

"Apakah itu BAKSOKUDA"



Definisi persiapan

1. Persiapan persiapan adalah rencana tindakan yang dibuat oleh individu, kelompok dan organisasi. Rencana ini tidak hanya dalam bentuk tertulis dan biasanya menguraikan rencana tindakan yang akan dilakukan untuk memastikan bahwa individu menerima asuhan yang diperlukan.

PERSALINAN



Definisi persalinan

Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi kepala, tanpa komplikasi baik ibu maupun janin.

## TANDA AWAL PERSALINAN

1. Perut mules-mules yang teratur, timbulnya semakin sering dan semakin lama



2. Keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir atau keluar cairan ketuban dari jalan lahir



*Komplikasi Kehamilan adalah suatu masalah atau kondisi dimana nyawa ibu serta janin yang dikandungnya dalam terancam.  
Komplikasi Kehamilan yang dapat terjadi seperti perdarahan, infeksi serta kejang*

TANDA BAHAYA KEHAMILAN,  
PERSIAPAN PERSALINAN, DAN  
TANDA PERSALINAN



KELOMPOK 1  
MAHASISWA KEBIDANAN  
POLTEKKES KEMENKES  
RIAU

Thank You

## Tanda Bahaya Kehamilan

1. Muntah terus dan tak mau makan



2. Demam tinggi



3. Bengkak kaki, tangan, dan wajah, atau disertai kejang



4. Janin dirasakan kurang bergerak dibandingkan sebelumnya



5. Pendarahan pada hamil muda dan hamil tua



6. Air ketuban keluar sebelum waktunya



## PERSIAPAN MELAHIRKAN

- Tanyakan kepada binda dan dokter tanggal perkiraan persalinan
- Suami atau keluarga mendampingi ibu saat periksa kehamilan



- Siapkan tabungan atau dana cadangan untuk biaya persalinan dan biaya lainnya.
- Siapkan kartu jaminan kesehatan lainnya



- Rencanakan melahirkan ditolong oleh dokter atau bidan difasilitas kesehatan



- Suami, keluarga masyarakat menyiapkan kendaraan jika sewaktu-waktu diperlukan



- Siapkan lebih dari 1 orang yang memiliki golongan darah yang sama dan bersedia menjadi pendonor jika diperlukan



- Siapkan KTP, KK, dan keperluan lain untuk ibu dan bayi yang akan dilahirkan.
- Rencanakan ikut keluar berencana (KB)

CS

### Perawatan perineum adalah ...

Perawatan daerah antara paha yang di batasi kemaluan dan anus.

#### Faktor yang mempengaruhi perawatan perineum

- Gizi terutama Protein.
- Obat-obatan dan vitamin
- Keturunan.



#### Ruang lingkup perawatan perineum

Untuk pencegahan infeksi alat reproduksi yang disebabkan karena mikroorganisme yang masuk melalui luka yang terbuka akibat perkembangan bakteri pada penampungan lochea.

#### Caranya...

- ⇒ Mencegah kontaminasi dari anus.
- ⇒ Menangani dengan lembut pada tempat luka.
- ⇒ Selalu menjaga kebersihan daerah kemaluan.

### Langkah-langkah:

- ⇒ Ganti pembalut wanita yang bersih setiap 4-6 jam. Posisikan pembalut dari arah depan dengan baik agar tidak tergeser.
- ⇒ Lapaskan pembalut dari arah depan kebelakang untuk menghindari penyebaran bakteri dari anus ke kemaluan.
- ⇒ Cebok dari arah depan kebelakang untuk mencegah kontaminasi luka kemaluan dari daerah anus.
- ⇒ Bilas dengan air hangat/cairan anti septik pada daerah kemaluan setelah BAB.
- ⇒ Keringkan dengan handuk dengan cara ditepuk dari arah depan kebelakang.
- ⇒ Jangan memegang daerah kemaluan sampai area tersebut pulih.
- ⇒ Rasa gatal di sekitar jahitan adalah normal, hal tersebut merupakan tanda penyembuhan, untuk mengurangi rasa tidak nyaman sebaiknya berendam di air hangat atau kompres dingin.
- ⇒ Hindari berdiri atau duduk lama, untuk mengurangi tekanan pada daerah kemaluan, tidur miring lebih dianjurkan.



Kebersihan diri dan perawatan luka perineum pada masa nifas

**Nama kelompok**  
**Desy saputri**  
**Kinanti may dini**  
**Nadya okta afni**  
**Shonia tasya freddy**



## Kebersihan Diri Ibu

Kebersihan diri adalah suatu upaya untuk memelihara kebersihan tubuh dari ujung rambut hingga ujung kaki.

**Tujuan**  
Kebersihan diri ibu membantu mengurangi sumber infeksi dan meningkatkan perasaan nyaman pada ibu khususnya pada masa nifas.

**Yang perlu diperhatikan**

- Menjaga agar tetap bersih, segar danwangi dengan mandi 2x sehari
- Merawat perineum, vagina, puting susu
- Selama 2 sampai 3 mng selalu memakai pembalut
- Menjaga agar pakaian dan tempat tidur tetap bersih
- Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih

**Caranya**  
Kebersihan tubuh ibu dilakukan dengan mandi dua kali sehari yaitu pagid dan sore, yang utamanya dibersihkan adalah puting susu, payudara, ibu dan perineum perineum.



## Pakaian Ibu

- Memakai pakaian yang telah dicuci dan diastrika
- Pakaian agar longgar dibarengi dua sehingga payudara tidak tertekan dan kering
- Memakai pakaian yang mudah menyerap keringat

**Rambut**  
Keramas minimal dua hari sekali dengan shampoo dan menggunakan sarung yang lembut

**Kaki**  
Mandi dua kali sehari dan jaga agar kulit tetap kering

## Vagina

- Bersihkan vagina setiap buang air kecil maupun buang air besar dengan cara membasuh dari arah dengan keatas dengan menggunakan air yang mengalir yang mengalir di sekitar vagina
- Mengganti pembalut atau kan pembalut minimal 2x sehari atau bila sudah dirasa tidak nyaman

Apabila ibu mempunyai luka episiotomy untuk dapat menghindari menyentuh daerah luka, cebok dengan air dingin atau cucu menggunakan sabun lalu bilas dengan air bersih.

## Payudara

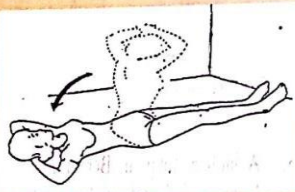
- Menjaga payudara tetap bersih dan kering
- Menggunakan BH yang menyokong payudara
- Melakukan perawatan payudara secara rutin untuk menghindari payudara bengkak



B. tubuh tetap berbaring, kedua kaki ditebuk. Gerakannya mengangkat kepala dan badan. Satu tangan menyentuh lutut kiri. Lakukan bergantian 4-8 kali.

4. latihan fleksibilitas otot tulang belakang. Tubuh posisi merangkak. Masukkan tangan kiri kearah kanan diikuti gerak kepala kearah yang sama, sementara satu tangan menahan. Setelah itu keluarkan tangan yang digerakkan tadi kearah luar dengan posisi agak keatas dan lurus, ikuti dengan gerakan kepala. Lakukan gerakan dengan tangan bergantian.

Hari ke 8-10:  
Tidur terlentang kaki lurus, kedua telapak



tangan diletakkan ditengkuk kemudian bangun untuk duduk (sit up)

### KONTRA INDIKASI SENAM

1. pemisahan simphisis pubis
2. Coccygis yang patah
3. Punggung yang cedera
4. Ketegangan pada ligament kaki atau otot
5. Trauma perineum yang parah atau nyeri luka abdomen (operasi ceasar).

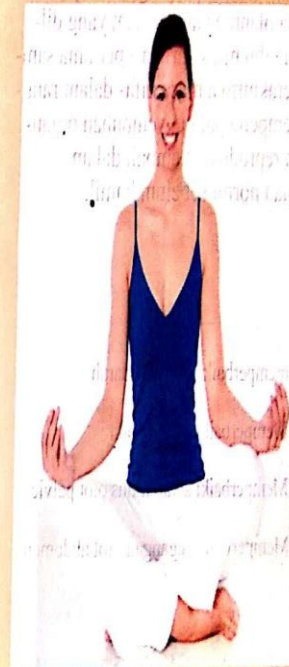
### HAL YANG HARUS DIPERHATIKAN

#### SEBELUM SENAM NIFAS

1. ibu memeriksakan diri ke dokter dan diizinkan untuk melakukan latihan senam nifas.
2. Jangan lakukan latihan jika ibu merasa dalam keadaan kurang segar atau lelah
3. Hentikan bila ibu merasa pusing dan



SENAM NIFAS



POLTEKKESKEMENKES RIAU  
JURUSAN DIII KEBIDANAN  
TAHUN 2018/2019

Dipindai dengan CamScanner



## SENAM NIFAS

### APA SENAM NIFAS ITU???

Senam nifas adalah program latihan berupa olahraga atau senam yang dilakukan ibu nifas dari hari pertama sampai berakhirnya masa nifas dalam rangka mempercepat penyembuhan organ-organ reproduksi kembali dalam keadaan normal sebelum hamil.

### TUJUANNYA...

1. memperbaiki sirkulasi darah
2. Memperbaiki sikap tubuh
3. Memperbaiki sikap tonus otot pelvic
4. Memperbaiki regangan otot abdomen

### LANGKAH-LANGKAH SENAM NIFAS

Gerakan senam nifas ini dilakukan dari gerakan yang paling sederhana hingga yang tersulit dan sebaiknya dilakukan secara bertahap dan terus menerus (continue)

### Hari pertama:

1. latihan pernafasan. Sikap tubuh terlentang dan rileks, kemudian lakukan pernafasan perut diawali dengan mengambil nafas melalui hidung, kembungkan perut dan tahan hingga hitungan ke-5 atau hitungan ke-8 kemudian buang melalui mulut. Ulangi 4-8 kali.



2. Latihan tungkai kaki. Telapak kaki direntangkan lurus kemudian digerakan keatas. Lakukan 4-8 kali. Gerakan kedua telapak kaki memutar kedalam dan keluar



3. latihan otot dasar panggul dan vagina. Tubuh berbaring dengan kedua kaki ditekuk, tangan diletakkan dibawah pantat, kepala diangkat sedikit. Kemudian kerutkan pantat kedalam seperti orang menahan

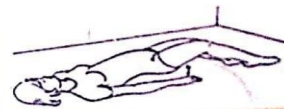
4. berlatih postur yang benar, berbaring lurus dengan kedua telapak kaki berdiri keatas. Tangan lurus disamping badan.



### Hari kedua sampai ketujuh:

Lakukan langkah senam pertama seperti diatas.

1. latihan melonggarkan sendi panggul. Berbaring dengan kedua tangan disamping tubuh, tekuk kaki kanan dan letakkan kearah kaki kiri yang lurus. Aba-aba: kiri-kembali. Lakukan 4-8, setelah itu bergantian dengan kaki sebelahnyanya.
2. Tubuh berbaring, kedua kaki ditekuk, tangan disamping tubuh. Lalu pantat agak diangkat tinggi, tahan sebentar lalu turunkan



3. A. latihan otot perut. Berbaring, kedua kaki ditekuk, angkat kepala dan kedua tangan lurus menyentuh



### IUD

Alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR). Bentuk kecil dari plastik bentuk T dan diletakkan didalam rahim



AKDR

Kelebihan :

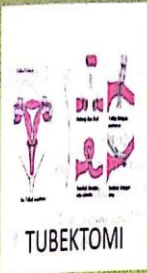
- Praktis, efektif dan ekonomis
- Dapat di pakai selama 10 tahun
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Kesuburan dapat kembali jika IUD diangkat

Kekurangan :

- Melalui pemeriksaan dalam
- Bertambah darah haid dan rasa sakit pada bulan—bulan pertama
- Dapat keluar sendiri jika tidak cocok dengan rahim

### Tubektomi

Pengikatan / pemotongan sel telur agar sel telur tidak dapat dibuahi oleh sperma. Pada wanita berumur 30 thn keatas dan 2 anak yang terkecil berumur 5 thn.



TUBEKTOMI

Kelebihan :

- Metode kontrasepsi jangka panjang
- Haid tetap terjadi tiap bulan, dan tidak ada efek jangka panjang

Kekurangan :

- Nyeri beberapa hari setelah tindakan
- Tidak dapat mencegah IMS

*Tidak dilakukan / ditunda jika tekanan darah tinggi, stroke, kencing manis dan penyakit jantung*

### KB Suntik

Suntikan berisi hormon yang berfungsi menghambat sperma bertemu dengan sel telur.



Kelebihan : - Tidak mengganggu hub. Suami istri

- Tidak mempengaruhi produksi ASI (suntik 3 bln)

Kekurangan : - Dibulan pertama terjadi mual, pendarahan bercak, sakit kepala dan nyeri payudara, terkadang bb naik

### Vasektomi

Pengikatan / pemotongan saluran benih agar air mani tidak mengandung sperma

Kelebihan :

- Kontrasepsi jangka panjang
- Tidak mengganggu libido, eraksi dan ejakulasi



VASEKTOMI

Kekurangan :

- Tidak dapat dilakukan bagi yang menginginkan anak
- Tidak dapat mencegah IMS dan HIV
- Tidak boleh bekerja berat 3 hari setelah operasi

# KELUARGA BERENCANA



POLTEKKES KEMENKES RIAU  
D-III KEBIDANAN TK. II A  
TA.2018/2019

## APA SIH KELUARGA BERENCANA ITU???



**Keluarga Berencana adalah Gerakan untuk membentuk keluarga yang sehat dan sejahtera dengan membatasi kelahiran. "Dengan kata lain KB adalah perencanaan jumlah keluarga.**

**Untuk mencapai tujuan tersebut, ada 2 metode Kontrasepsi, yaitu Metode Hormonal dan non Hormonal**



### Berikut ini jenis dan Alat Kontrasepsi :

#### Metode Amenorea Laktasi (MAL)

Metode Amenorea Laktasi (MAL) adalah memberikan ASI tanpa makanan tambahan apapun selama 6 bulan



Efektif jika:

- memberikan ASI lebih dari 8 kali sehari
- Bayi berumur kurang dari 8 bulan
- Belum datang haid

#### KONDOM

Sarung tipis penutup penis yang menampung cairan sperma pada saat pria berejakulasi. Dengan cara menyarungkan pada alat kelamin pria.

Efektifitas :

- Murah, mudah didapat, dan mudah dipakai
- Dapat mencegah penularan penyakit kelamin (HIV)



Kekurangan :

- Mudah sobek
- Dapat menimbulkan iritasi / alergi
- Tingkat kegagalan cukup tinggi

#### PIL KB

Pil yang berisikan hormon Estrogen dan Progesteron sebanyak 28 tablet. Diminum setiap hari pada waktu yang sama

Kemudahan :

- Mudah dan Murah, mengurangi rasa sakit ketika haid
- Mudah dihentikan setiap saat

Kelurahan :

- Harus diminum setiap hari
- Kemungkinan terjadi pendarahan bercak, berat badan bertambah, mual dan berjerawat
- Tidak mencegah IMS dan HIV



#### IMPLAN

Dipasang di lengan atas bagian dalam. Batang kecil berisikan hormon yang akan menghambat sperma untuk mencapai sel telur dan mencegah pelepasan sel telur. Efektif selama 3 tahun



Efektifitas :

- Tidak mengganggu produksi ASI
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Dapat dicabut sesuai kebutuhan & kembali kesuburan cepat

Kekurangan :

- Dapat mengubah Pola Haid
- Perlu pembedahan kecil saat pemasangan

# cara meletakkan bayi saat menyusui lama dan frekuensi menyusui

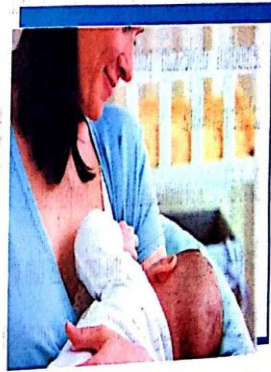
- Bayi diletakkan menghadap perut ibu/payudara
- Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi terletak pada lekukan siku ibu dan bokong bayi terletak pada telapak tangan ibu. Kepala bayi tidak boleh terlalu tengadah
- Satu tangan bayi diletakkan dibelakang badan ibu dan yang satu di depan
- Perut bayi menempel badan ibu, kepala bayi menghadap payudara (tidak hanya membelokkan kepala bayi)
- Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus
- Ibu menatap bayi dengan kasih sayang

- Sebaiknya bayi bayi disusui tidak terjadual artinya sesering mungkin
- Bayi yang sehat dapat mengosongkan 1 payudara sekitar 5-7 menit
- Asi dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam
- Pada awalnya bayi akan menyusui dengan jadwal yang tak teratur dan akan mempunyai pola tertentu setelah 1-2 minggu kemudian

## MACAM-MACAM POSISI MENYUSUI



**Cari Menyusui yang benar**



MAHASISWA  
PRODI D-III KEBIDANAN  
TK.II T.A 2018/2019  
POLTEKES KEMENKES  
RIAU

Dipindai dengan CamScanner

## LANGKAH-LANGKAH MENYUSUI YANG BENAR

### LANGKAH-LANGKAH MENYUSUI YANG BENAR

1. Sebelum menyusui ASI dikeluarkan sedikit, kemudian dioleskan pada puting dan disekitar kalang payudara.
2. Bayi diletakkan menghadap perut ibu/payudara.
3. Payudara dipegang dengan ibu jari diatas dan jari yang lain menopang dibawah, jangan menekan puting susu atau kalang payudaranya saja.



4. Bayi diberi rangsangan agar membuka mulut



5. Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dan puting serta kalang payudara dimasukkan ke mulut bayi



Perlekatan benar



Perlekatan salah

6. Melepas isapan bayi



7. Setelah selesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting susu dan disekitar kalang payudara, biarkan kering dengan sendirinya.

8. Menyendawakan bayi



Usahkan bayi tetap hangat selama dalam perjalanan ke tempat pemeriksaan dengan cara:

1. Membungkus atau menyelimuti bayi dengan kain kering, hangat dan tebal



2. Jangan meletakkan bayi ditepi jendela atau pintu kendaraan. Kalau memungkinkan dapat pula dilakukan perawatan bayi melekat ( kangaroo mother care )
3. Bayi terus disusui selama dalam perjalanan.

- 4.

**WASPADALAH !!!**  
Kenali segera  
**TANDA TANDA BAHAYA**  
Pada bayi **ANDA**



**SEGERA !!!**  
PERIKSAKAN BAYI KE DOKTER BIDAN/PERAWAT JIKA MENEMUKAN SATU ATAU LEBIH TANDA BAHAYA PADA BAYI

**TANDA TANDA BAHAYA BAYI BARU LAHIR**



**POLTEKES KEMENKES RIAU**  
**PRODI D3 KEBIDANAN TK.II**

## Mengapa penting mengenali tanda bahaya pada BBL?

1. Bayi baru lahir gampang sakit. Kalau sakit, cepat menjadi lebih berat dan serius bahkan bisa meninggal
2. Gejala sakit pada bayi baru lahir sulit di kenali
3. Dengan mengetahui tanda bahaya, bayi akan cepat mendapat pertolongan sehingga dapat mencegah kematian

## BBL Banyak Yang Meninggal Karena :

1. Terlambat mengetahui tanda bahaya
2. Terlambat memutuskan untuk membawa bayi berobat ke petugas kesehatan
3. Terlambat sampai ke tempat pengobatan

## ADA SAJA TANDA BAHAYA PADA BAYI BARU LAHIR??

1. Tidak mau menyusu atau memuntahkan semua yang diminum, ini tandanya bayi terkena infeksi berat.
2. Bayi kejang
3. Bayi lemah, bergerak hanya jika dipegang. Ini tandanya bayi infeksi berat
4. Sesak nafas ( 60 X/menit )
5. Bayi merintih
6. Pusar kemerahan sampai ke dinding perut. Jika kemerahan sudah sampai ke dinding perut, ini tandanya infeksi berat.



7. Demam ( suhu tubuh bayi lebih dari 3,75° C ) atau tubuh terasa dingin ( suhu tubuh bayi kurang dari 36,5° C )
8. Mata bayi bernanah, ini dapat menyebabkan bayi menjadi buta



9. diare,

Bayi mata

cekung, tidak sadar, jika perut di cubit

10. Kulit bayi terlihat kuning, Kuning pada bayi berbahaya berbahaya jika muncul pada :

1. Hari pertama ( kurang dari 24 jam setelah lahir )
2. Ditemukan pada umur lebih dari 14 hari
3. Kuning sampai ke telapak tangan atau kaki



11. Buang air besar/tinja bayi berwarna pucat

3) Rasakan gelembung angin lalu tekan lembut dengan jari anda searah jarum jam

B. Pijatan "I Love U":

1) Usap perut sebelah kiri bayi dengan tangan kanan sembari membentuk huruf "I"

2) Buat huruf "L" terbalik dari arah kiri ke kanan

3) Buat huruf "U" terbalik dari arah kiri ke kanan

4) Bisikkan ke telinga bayi dengan kata "I Love U"



4. Tangan dan kaki (Menghilangkan ketegangan dan memperkuat tulang)

Pijat tangan bayi dari bahu menuju pergelangan tangan, seperti memerah. Lakukan gerakan kebalikannya dari pergelangan tangan ke arah lengan, tarik lem-

5. Punggung (Memperkuat otot untuk menyanggah tulang belakang)

Pijat maju mundur dengan ke 2 telapak tangan di sepanjang punggungnya. Lakukan sedikit tekanan lembut dan luruskan salah satu telapak tangan dari leher ke arah pantan. Buat gerakan melingkar terutama pada otot sebelah tulang punggung. Buat pijatan memanjang



**"BIARKAN SI KECIL MENGENALI ANDA MELALUI SENTUHAN DAN PIJATAN LEMBUT YANG ANDA BERIKAN"**

## Pijat Bayi



DIII KEBIDANAN TK. IIA

POLTEKES KEMENKES RIAU



## PENGETIAN

Pijat Bayi merupakan bahasa sentuhan. Dengan pijat bayi, ibu dapat menenangkan dan menyamankan bayi serta

## MANFAAT PIJAT

1. Meningkatkan daya tahan tubuh
2. Memperbaiki peredaran darah dan pernapasan
3. Merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan
4. Meningkatkan kenaikan berat badan
5. Mengurangi stress dan ketegangan
6. Membuat tidur lelap
7. Mengurangi rasa sakit, mengurangi kembung dan sakit perut
8. Meningkatkan hubungan batin antara orang



## HAL-HAL YANG TIDAK DIANJURKAN SELAMA PEMIJATAN :

1. Memijat bayi langsung setelah selesai minum susu.
2. Membangunkan bayi khusus untuk pemijatan.
3. Memijat bayi pada saat bayi dalam keadaan tidak sehat.
4. Memijat bayi pada saat bayi tidak mau dipijat.
5. Memaksakan posisi pijat tertentu pada bayi

## WAKTU PEMIJATAN

Pemijatan dapat dilakukan pada bayi usia 0-12 bulan. pemijatan dapat dilakukan setiap hari. Waktu pemijatannya sebaiknya dilakukan 2 kali sehari yaitu: Pagi hari, dan malam hari (sebelum tidur).

## PANDUAN MEMIJAT BAYI

1. Wajah (melemaskan otot wajah)



Pijat daerah diatas alis dengan ke dua ibu jari menggunakan tekanan yang lembut, tarik garis dengan ibu jari dari arah hidung ke arah pipi. Pijat sekitar area mulutnya dengan kedua ibu jari, tarik sampai ia tersenyum, pijat lembut rahang bawah bayi dari tengah ke arah samping dan di daerah belakang telinga ke arah dagu.



2. Dada (memperkuat organ paru-paru dan Jantung)

Dengan kedua tangan di tengah dada bayi, buat gerakan ke atas dan kesisi luar tubuh, kemudian ke ulu hati tanpa mengangkat tangan, lalu pijat menyilang dari tengah dada ke arah bahu, seperti membentuk kupu-kupu.



3. Perut (Meningkatkan sistem pencernaan dan mengurangi sembelit).

## DOKUMENTASI

