

LAMPIRAN 1



KEMENTERIAN KESEHATAN RI BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN POLTEKKES KEMENKES RIAU



JURUSAN KEBIDANAN, JURUSAN KEPERAWATAN DAN JURUSAN GIZI
Jl. Melur Nomor 103 Pekanbaru Kode Pos. 28122 Telepon : (0761) 36581 Fax : (0761) 20656
Email : poltekkespekanbaru@yahoo.co.id, Websne : www.pkr.ac.id

Nomor : PP.04.03/3.5/6263 /2021
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

15 Januari 2021

Yang terhormat,
Pimpinan PMB Siti Juleha
Di Pekanbaru

Sesuai dengan Kalender Akademik Semester Genap T.A 2020/2021 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 :

No	Nama	NIM	Tingkat / Semester
1	Melli Anna Br. Siagian	P031815401020	III / VI
2	Samnah Khoiriah	P031815401029	III / VI
3	Ufi Alfianingsih	P031815401034	III / VI
4	Upi Krisdayanti Lahagu	P031815401035	III / VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Siti Juleha 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.

Dikeluarkan di : Pekanbaru
Pada tanggal : 15 Januari 2021
a.n Direktur,
Wadir I

Alkausyari Aziz, SKM, M.Kes
NIP 197107252000031001

LAMPIRAN 2



PRAKTEK MANDIRI BIDAN
Siti Julacha, STr.Keb
Jl. Delima 7 No.14 Pekanbaru

Nomor : 003/PMB-St.110/2021
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir (LTA)

Yang terhormat,
Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau
Di Pekanbaru


Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini
Nama : Siti Julacha, STr.Keb
Jabatan : Pimpinan PMB Siti Julacha, STr.Keb

Menerangkan Bahwa
Nama : Upi Krisdayanti Lahagu
NIM : P031815401035
Tingkat : III (Tiga)
Semester : VI (Enam)

Telah selesai melaksanakan pemantauan kasus mulai dari kehamilan Trimester III, bersalin, neonatus, dan nifas secara berkelanjutan sebagai syarat penyusunan Laporan Tugas Akhir (LTA) dengan judul "Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S di PMB Siti Julacha, STr.Keb".

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 14 Februari 2021

Pimpinan

Siti Julacha, STr.Keb

LAMPIRAN 3

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIE

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Surni
Umur : 38 tahun
Pekerjaan : IRT
Alamat : Jalan Kubang
No. Hp : 085272841007
No. KTP : 1471026307820021

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

Nama : Upi Krisdayanti Lahagu
NIM : P031815401035
Judul : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. S di PMB SITI Julaeha Pekanbaru

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Pekanbaru,

Menyetujui

Suami/klien



LIBA HENDRA

Yang menyatakan

Klien/pasien

Surni

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

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Surni
Umur : 38 tahun
Pekerjaan : IRT
Alamat : Jalan Kubang

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa:

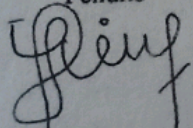
Setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya menyadari, mengerti dan memahami tentang tujuan, manfaat dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dan membatalkan keikutsertaannya, maka saya **setuju/tidak setuju** diikutsertakan dan bersedia berperan serta dalam Laporan Tugas Akhir (LTA) yang berjudul: Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. S di PMB Siti Julaeha Pekanbaru

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sesungguhnya tanpa paksaan:

Pekanbaru,

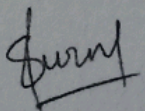
Mengetahui

Penulis


Upi Krisdayanti. L

Yang menyatakan

Pasien


Surni

LAMPIRAN 4

LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2021/2022

Nama mahasiswa : Upi Krisdayanti Lahagu
 NIM : P031815401035
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S di PMB Siti
 Julaeha Pekanbaru
 Pembimbing : 1. Isye Fadmiyanor, S.Si.T, M.Kes
 2. Okta Vitriani, SKM, M.kes

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	04/2021 01	SOAP ANC	Perbaikan SOAP ANC		
2.	02/2021 03	BAB 4 Hamil	Perbaikan pembahasan		
3.	04/2021 03	BAB 4 Bersalin	Tambahan 1P Saluran Persalinan		
4.	09/2021 07	BAB 4 Mfar + BBI	Tambahan Faktor pendukung kesehatan BBI dengan mobilisasi diri		
5.	10/2021 03	BAB 1 Labor Bekas	Perbaikan Labor Bekas		
6.	12/2021 03	BAB 5 Daftar Rustaka	Acc Usian		

Pekanbaru, 12 Maret 2021

Pembimbing I

Isye Fadmiyanor, S.Si.T, M.Kes
 NIP. 197905052001122003

LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2021/2022

Nama mahasiswa : Upi Krisdayanti Lahagu
 NIM : P031815401035
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S di PMB Siti
 Julacha Pekanbaru
 Pembimbing : 1. Isye Fadmiyanor, S.Si.T, M.Kes
 2. Okta Vitriani, SKM, M.kes

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	05/2021/04	BAB 4 SOAP, Pembahasan	Perbaikan SOAP ANC, BBL		
2.	07/2021/04	BAB 4 pembaha- hasan	Perbaikan Pembaha- san.		
3.	19/2021/04	BAB 1. Latar Belakang	Perbaikan katar beic kang		
4.	22/2021/04	Abstrak.	Sesuai saran BAB 5		
5.	29/2021/04	Abstrak	Perbaikan		
6.	30/2021/04	BAB 5 + daft ar Pustaka	Ace Usian		

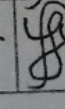

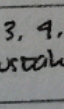

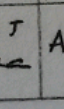

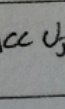

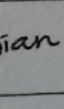

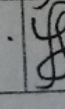

Pekanbaru, 30 April 2021

Pembimbing I

Isye Fadmiyanor, S.Si.T, M.Kes
 NIP. 197905052001122003

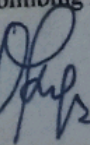
LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIKI KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2021/2022

Nama mahasiswa : Upi Krisdayanti Lahagu
 NIM : P031815401035
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S di PMB Siti
 Julaeha Pekanbaru
 Pembimbing : 1. Isye Fadmiyanor, S.Si.T, M.Kes
 2. Okta Vitriani, SKM, M.Kes

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	19/2020/12	Asuhan kebidan non Kehamilan	Membuat SOAP ANC		
2.	16/2021/03	BAB 1. 2. 3. 4	Perbaikan keuisan		
3.	18/2021/03	BAB 2. 4. 5 Daftar pustaka	Lebih dirinci ghaf		
4.	19/2021/03	BAB 4	Pembahasan ditata lagi		
5.	22/2021/03	BAB 4	Tambahan teori hasil pemeriksaan		
6.	23/2021/03	BAB 1. 2. 3. 4. 5 daftar pustaka	ACC Usian.		

Pekanbaru, 23 Maret 2021

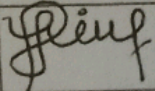
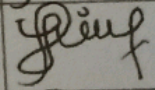
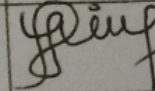
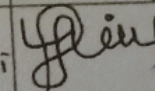
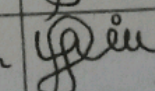
Pembimbing II



Okta Vitriani, SKM, M.Kes
 NIP. 198010312002122003

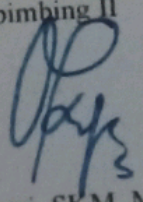
LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2021/2022

Nama mahasiswa : Upi Krisdayanti Lahagu
 NIM : P031815401035
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S di PMB Siti
 Julacha Pekanbaru
 Pembimbing : 1. Isye Fadmiyanor, S.Si.T, M.Kes
 2. Okta Vitriani, SKM, M.Kes

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	06/2021 /04	Abstrak. lat beladaring, BAB 2	Perhatikan penulisan		4
2.	23/2021 /04	Abstrak, BAB 2	Perbaiki penulisan		4
3.	26/2021 /04	BAB 3	Perbaiki tulisan		4
4.	28/2021 /04	BAB 4 SOAP	penulisan di rapikan lagi		4
5.	29/2021 /04	BAB 4 pembacaan	perhatikan penulisan		4
6.	30/2021 /04	BAB 5 + Daftar pustaka	Acc Ujian		4

Pekanbaru, 30 April 2021

Pembimbing II


 Okta Vitriani, SKM, M.Kes
 NIP. 198010312002122003

**SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI
OLEH**

PKK DAN PETUGAS KESEHATAN

Nama : Surni Umur Ibu : 38 tahun
 Hamil ke 5 : Haid Terakhir tgl : 25-03-2020 Perkiraan Persalinan tgl : 01-01-2021
 Pendidikan : Ibu SMA Suami : SMA
 Pekerjaan : Ibu IRT Suami : Wirawasta

I KEL. R.R.	II NO	III Masalah / Faktor Risiko	SKOR	IV Tribulan			
				I	II	III.1	III.2
		Skor Awal Ibu Hamil	2			2	
	1	Terlalu muda, hamil I ≤ 16 th	4				
	2	a. Terlalu lambat hamil I, kawin ≥ 4 th	4				
		b. Terlalu tua, hamil I ≥ 35 th	4			4	
	3	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 th)	4				
	4	Terlalu lama hamil lagi (≥ 10h th)	4				
	5	Terlalu banyak anak, 4 / lebih	4			4	
	6	Terlalu tua, umur ≥ 35 tahun	4				
	7	Terlalu pendek ≤ 145 Cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah melahirkan dengan :					
		a. Tarikan tang / vakum	4				
		b. Uri dirogoh	4				
		c. Diberi infus/Transfusi	4				
	10	Pernah Operasi Sesar	8				
II	11	Penyakit pada ibu hamil :					
		a. Kekurangan darah	4				
		b. Malaria	4				
		c. TBC paru	4				
		d. Payah jantung	4				
		e. Kencing Manis (Diabetes)	4				
	f. Penyakit Menular Seksual	4					
	12	Bengkak pada muka / tungkai dan Tekanan darah tinggi	4				
	13	Hamil kembar 2 atau lebih	4				
	14	Hamil kembar air (Hydramnion)	4				
	15	Bayi mati dalam kadungan	4				
	16	Kehamilan lebih bulan	4				
	17	Letak Sungsang	8				
	18	Letak Lintang	8				
III	19	Pendarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Preeklamsia Berat / Kejang-kejang	8				
JUMLAH SKOR						10	

PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN ~ RUJUKAN TERENCANA

JML. SKOR	KEL. RISIKO	KEHAMILAN		PERSALINAN DENGAN RISIKO				
		PERAWATAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN		
2	KKR	BIDAN	TIDAK DIRUJUK	RUMAH POLINDES	BIDAN	RDB	RDR	RTW
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES PKMRS	BIDAN DOKTER			
> 12	KRST	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER			

LAMPIRAN 6

PENAPISAN BERSALIN

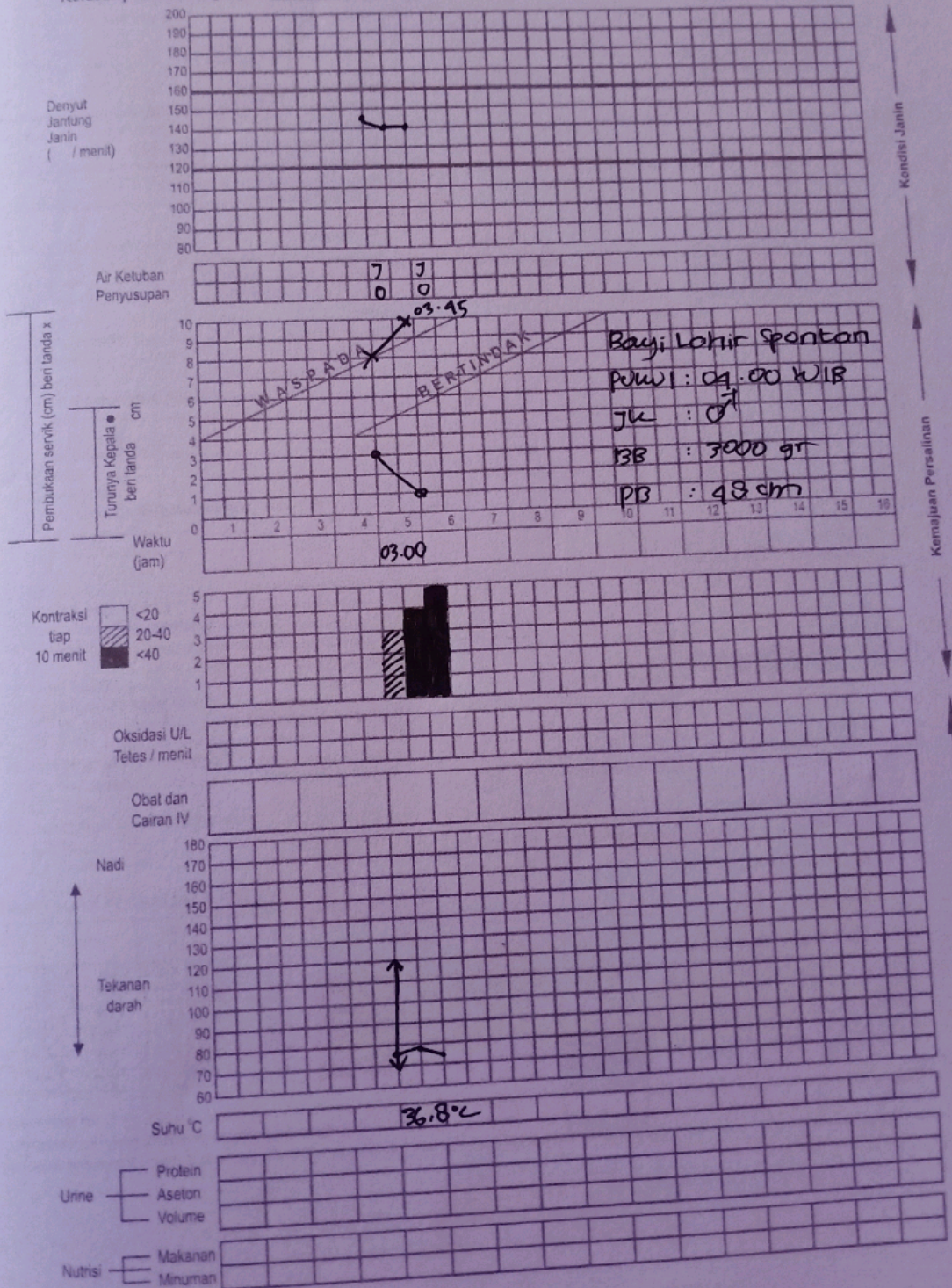
APABILA DIDAPATI SALAH SATU ATAU LEBIH PENYULIT SEPERTI BERIKUT DI BAWAH INI PASIEN **HARUS DIRUJUK DAN HARUS DIBERIKAN SURAT RUJUKAN**

NO	PENAPISAN	YA	TIDA
1	Riwayat SC (Sectio Caesaria)		✓
2	Perdarahan Pervaginam		✓
3	Persalinan kurang bulan (UK < 37 minggu)		✓
4	Ketuban pecah disertai mekonium yang kental		✓
5	Ketuban pecah lama		✓
6	Ketuban pecah pada persalinan kurang bulan (UK < 37 minggu)		✓
7	Ikterus		✓
8	Anemia berat		✓
9	Tanda atau gejala infeksi		✓
10	Preeklamsia (Hipertensi dalam kehamilan)		✓
11	Tinggi Fundus Uteri (TFU) 40 cm atau lebih		✓
12	Gawat janin		✓
13	Primipara dalam fase aktif kala I persalinan dan kepala janin 5/5		✓
14	Presentasi bukan kepala		✓
15	Presentasi ganda (Majemuk)		✓
16	Kehamilan ganda (Gameli)		✓
17	Tali pusat menumbung		✓
18	Syok		✓

LAMPIRAN 7

PARTOGRAF

Fasilitas Kesehatan : Alamat Jl. Kubang
 No. Register Nama Ibu: Ny. S Umur: 38 G: 5 P: 1 A: 0 H: 1
 No. Puskesmas Tanggal: 09-01-21 Jam: 02.55
 Ketuban pecah Sejak jam 02.30 WIB mules sejak jam 00.00 WIB



CATATAN PERSALINAN

- Tanggal: **04-01-2021**
- Nama bidan: **Siti Juahena**
- Tempat persalinan:
 - Rumah ibu
 - Puskesmas
 - Polindes
 - Rumah Sakit
 - Klinik Swasta
 - Lainnya:
- Alamat tempat persalinan:
- Catatan: rujuk, kala: I / II / III / IV
- Alasan merujuk:
- Tempat rujukan:
- Pendamping saat merujuk
 - bidan
 - suami
 - keluarga
 - teman dukun
 - tidak ada

KALA I

- Partograf melewati garis waspada: **Y**
- Masalah lain, sebutkan:
- Penatalaksanaan masalah tsb:
- Hasilnya:

KALA II

- Pendamping saat persalinan
 - bidan
 - suami
 - keluarga
 - teman dukun
 - tidak ada
- Episiotomi
 - Ya, indikasi
 - tidak
- Gawat janin:
 - Ya, tindakan yang dilakukan:
 -
 -
 -
 - Tidak
- Distosia bahu
 - Ya, tindakan yang dilakukan:
 -
 -
 -
 - Tidak
- Masalah lain, sebutkan:
- Penatalaksanaan masalah tsb:
- Hasilnya:

KALA III

- Lama kala III: **5** menit
- Pemberian Oksitosin 10 U IM?
 - Ya, waktu: **1** menit sesudah persalinan
 - Tidak
- Pemberian ulang Oksitosin (2x)?
 - Ya, alasan:
 - Tidak
- Penegangan tali pusat terkendali?
 - Ya
 - Tidak, alasan:

- Rangsangan taktil (pemijatan) fundus uteri?
 - Ya
 - Tidak, alasan:

- Plasenta lahir lengkap (Intact): Ya **Tidak**
 - Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan:
 -
 -

- Plasenta tidak lahir >30 menit: Ya **Tidak**
 - Ya, tindakan:
 -
 -
 -

- Laserasi: **Muka vagina, kulit dari otot perineum**
 - Ya, dimana:
 - Tidak

- Jika laserasi perineum, derajat: **3/4**
 - Tindakan:
 - Penjahitan **dengan** tanpa anestesi
 - Tidak jahit, alasan:

- Atonia uteri:
 - Ya, tindakan:
 -
 -
 -
 - Tidak

- Jumlah perdarahan: **± 150** ml
- Masalah lain, sebutkan:
- Penatalaksanaan masalah tersebut:

- Hasilnya:

BAYI BARU LAHIR

- Berat badan: **3000** gram
- Panjang: **48** cm
- Jenis kelamin: **L P**
- Penilaian bayi baru lahir: **Baik** Ada penulit
- Bayi lahir:
 - Normal, tindakan:
 - mengeringkan
 - menghangatkan
 - rangsangan taktil
 - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - tindakan pencegahan infeksi mata
 - Asfiksia ringan/pucat/biru/lemas, tindakan:
 - mengeringkan
 - menghangatkan
 - rangsangan taktil
 - bebaskan jalan napas
 - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
- Cacat bawaan, sebutkan:
- Hipotermia, tindakan:
 -
 -
 -
- Pemberian ASI
 - Ya, waktu: **1** jam setelah bayi lahir
 - Tidak, alasan:
- Masalah lain, sebutkan:
- Hasilnya:

PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

Jam ke	Waktu	Tekanan Darah	Nadi	Temperatur	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung kemih	Perdarahan
1	04.20	120/80	84	36.5	2 jari pte	Baik	Tdk penuh	± 100 cc
	04.35	120/80	84		2 jari pte	Baik	Tdk penuh	+ 50 cc
	04.50	120/80	84		2 jari pte	Baik	Tdk penuh	+ 20 cc
2	05.05	110/80	80	36.6	2 jari pte	Baik	Tdk penuh	± 10 cc
	05.35	120/80	80		2 jari pte	Baik	Tdk penuh	+ 10 cc
	06.05	120/80	80		2 jari pte	Baik	Tdk penuh	± 10 cc

Masalah Kala IV:

Penatalaksanaan yang dilakukan untuk masalah tersebut:

Bagaimana hasilnya?

LAMPIRAN 8

Kuesioner

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)

Nama: Ny. Surni	Alamat: Jl. Kubang
Tanggal Lahir: 30 tahun	
Tanggal kelahiran Bayi: 01-01-2021	No. Telepon: 085272841007
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 DALAM 7 HARI TERAKHIR , bukan hanya perasaan anda hari ini.	
Dibawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya.	
Saya merasa bahagia:	Jumlah skor EPDS
<input type="checkbox"/> Ya, setiap saat	=> <u>3</u>
<input checked="" 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 type="checkbox"/> Sebanyak sebelumnya	
<input checked="" type="checkbox"/> Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya	
<input type="checkbox"/> Kurang dibandingkan dengan sebelumnya	
<input type="checkbox"/> Tidak pernah sama sekali	

Kuesioner

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)

Nama: Ny. Surni Alamat: Jl. Kubang

Tanggal Lahir: 30 tahun

Tanggal kelahiran Bayi: 04-01-2021 No. Telepon: 085272841007

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 **DALAM 7 HARI TERAKHIR**, bukan hanya perasaan anda hari ini.

Dibawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya.

Saya merasa bahagia:

Jumlah skor EPDS

- Ya, setiap saat
- Ya, hampir setiap saat
- Tidak, tidak terlalu sering
- Tidak pernah sama sekali

=> 3

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

- Sebanyak yang saya bisa
- Tidak terlalu banyak
- Tidak banyak
- Tidak sama sekali

2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan

- Sebanyak sebelumnya
- Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya
- Kurang dibandingkan dengan sebelumnya
- Tidak pernah sama sekali

SENAM HAMIL



Oleh :
Upi Krisdayanti Lahagu

Pengertian

Senam hamil ialah suatu bentuk latihan guna memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut, otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan

Tujuan :
Melonggarkan persendian-persendian yang berhubungan dengan proses persalinan. Membentuk sikap tubuh yang prima, sehingga dapat membantu mengatasi keluhan-keluhan.

letak janin dan mengurangi sesak nafas. Menguasai teknik-teknik pernafasan dalam persalinan. Dapat mengatur diri kepada ketenangan.

Syarat Mengikuti Senam Hamil :

1. Telah dilakukan pemeriksaan kesehatan dan kehamilan oleh dokter dan bidan
2. Latihan dilakukan setelah usia kehamilan mencapai 22 minggu
3. Latihan dilakukan secara teratur dan disiplin, dalam batas kemampuan fisik ibu

1. Gerakan pertama yaitu posisi berdiri dan tangan di pinggang, gerakkan leher ke kanan dan kiri untuk meregangkan otot leher.

2. Gerakan sederhana dengan melakukan latihan dasar kaki dan menggerakkan telapak kaki ke depan dan ke belakang guna membantu sirkulasi vena dan mencegah pembengkakan di kaki.



3. Tidur telentang dengan satu kaki lurus dan satu kaki ditekuk kemudian dorong kembali ke depan.

Lakukan bergantian dengan kaki lainnya. Gunanya untuk latihan dasar panggul.

4. Pada gerakan ini yaitu berbaring dengan posisi miring. Angkatlah kaki perlahan-lahan lalu turunkan. Lakukan bergantian dengan kaki satunya. Gunanya untuk menguatkan otot paha.



5. Selanjutnya berbaring telentang, kedua lutut dipegang dengan tangan, kemudian tarik nafas dan berlatih mengejan.



6. Sikap merangkak, letakkan kepala di antara ke dua tangan, lalu menoleh ke samping. Selanjutnya turunkan badan sehingga dada menyentuh kasur. Bertahanlah pada posisi ini selama kurang lebih 1 menit.

7. Gerakan yang ini anda bisa melibatkan suami dengan membantu memijat daerah pinggang, punggung, dan bahu untuk melepaskan ketegangan dan memulihkan otot pinggang yang lelah.



ASI EKSKLUSIF PADA BAYI



Disusun Oleh :

Upi Krisdayanti Lahagu
P031815401035

Program Studi D-III Kebidanan
POLTEKKES KEMENKES RIAU

Apakah Itu ASI Eksklusif ???

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja pada bayi selama 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain nya kecuali sirup obat.



Manfaat ASI Eksklusif Bagi Bayi

1. ASI makanan alamiah yang baik untuk bayi, praktis, ekonomis, mudah dicerna memiliki komposisi zat gizi yang ideal sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan pencernaan bayi.
2. ASI mengandung zat pelindung
3. ASI tidak menyebabkan alergi pada bayi.
4. Menjalinkan hubungan batin

Manfaat Bagi Ibu

- Memperkuat hubungan batin antara ibu dan bayi
- Mempercepat proses pemulihan kandungan
- Dapat mencegah kanker payudara



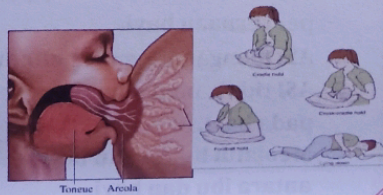
Cara Penyimpanan ASI Yang Benar

1. Masukkan ASI dalam kantong plastik polietilen (misal plastik gula); atau wadah plastik untuk makanan atau gelas, cangkir keramik.
2. Jangan masukkan dalam gelas plastik minuman kemasan maupun plastik styrofoam.
3. Beri tanggal dan jam pada masing-masing wadah.
4. Dinginkan dalam kulkas. Simpan sampai batas waktu yang diizinkan (± 2 minggu).
5. Jika hendak dibekukan, masukkan dulu dalam refrigerator selama semalam, baru masukkan ke freezer (bagian kulkas untuk membekukan makanan),
6. Gunakan sebelum batas maksimal yang diizinkan. ($\pm 3-6$ bulan)



Cara Menyusui Yang Benar

1. Cuci tangan yang bersih dengan sabun,
2. Perah sedikit ASI dan oleskan disekitar puting
3. Duduk dan berbaring dengan santai.
4. Bayi diletakkan menghadap ke ibu dengan posisi sanggah seluruh tubuh bayi, jangan hanya leher dan bahunya saja, kepala dan tubuh bayi lurus, hadapkan bayi ke dada ibu, sehingga hidung bayi berhadapan dengan puting susu,
5. Dekatkan badan bayi ke badan ibu, menyetuh bibir bayi ke puting susunya dan menunggu sampai mulut bayi terbuka lebar.
6. Segera dekatkan bayi ke payudara sedemikian rupa sehingga bibir bawah bayi terletak di bawah puting susu.



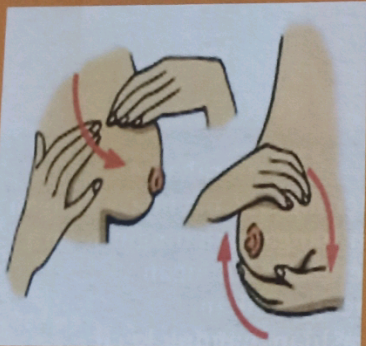
Tonusc Arcola

Masalah Dalam Menyusui dan Cara Mengatasinya

1. Puting susu datar atau terbenam (pijat dengan ibu jari dan telunjuk pada puting susu menuju ke arah yang berlawanan)
2. Puting susu lecet
 - a. kalau lecet tidak terlalu berat, ibu bisa terus menyusui bayi. puting susu diolesi ASI dan biarkan mengering
 - b. Menggunakan BH yang tidak terlalu ketat.
 - c. apabila nyeri hebat, atau luka makin berat, puting susu yang sakit diistirahatkan sampai memungkinkan untuk kembali menyusui bayi
3. Payudara bengkak
 - a. bayi disusui sampai payudara harus kosong.
 - b. gunakan BH yang dapat menopang dengan nyaman.
 - c. kompres dingin dapat mengurangi rasa tidak enak.
 - d. ASI dapat diperas sedikit dengan tangan, frekuensi pengeluaran harus lebih sering. Dalam waktu 1-2 hari keluhan akan reda.

SEKIAN TERIMAKASIH ©

PERAWATAN PAYUDARA



Oleh :
Upi Krisdayanti Lahagu

Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Riau

PENGERTIAN :

Perawatan payudara merupakan suatu cara merawat payudara agar tetap bersih, merangsang pengeluaran ASI agar produksi ASI banyak dan lancar. Perawatan payudara dapat dilakukan sebelum dan sesudah melahirkan.

ALAT-ALAT YANG DIGUNAKAN :

1. Baskom ukuran sedang berisi air hangat dan dingin
2. Washlap/sapu tangan handuk 2 buah
3. Baby oil/minyak kelapa yang sudah dimatangkan/minyak zaitun
4. Kapas wajah/kain kassa secukupnya

LANGKAH-LANGKAH

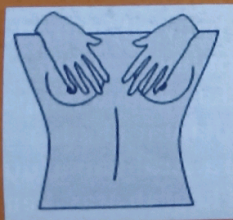
Menuangkan baby oil/minyak kelapa/minyak zaitun pada kapas wajah atau kassa secukupnya, lalu menempelkan pada kedua puting, tunggu selama 2-3 menit, lalu angkat kassa sambil memutar secara lembut pada puting agar kotoran ikut terangkat

Gerakan 1 :

Licinkan kedua telapak tangan dengan baby oil/minyak kelapa/minyak zaitun. Tempatkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara. Arahkan urutan dimulai kearah atas, kemudian kesamping

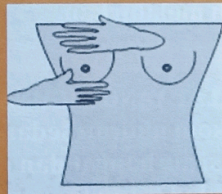
(telapak tangan kiri kearah sisi kiri, telapak tangan kanan menuju kearah sisi kanan).

Gerakan berikutnya diteruskan kearah bawah samping. Arahkan gerakan terakhir adalah melintang. Kemudian dilepas perlahan-lahan. Gerakan dilakukan selama 5 menit atau kurang lebih 20-30 gerakan



Gerakan 2 :

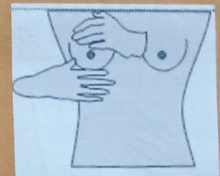
Satu telapak tangan menopang payudara, tangan lainnya mengurut payudara dari pangkal atau atas kearah puting susu. Gerakan ini dilakukan selama 5 menit atau kurang lebih 20-30 gerakan



Gerakan 3 :

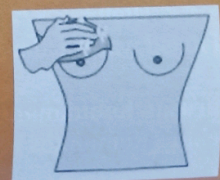
Satu telapak tangan menopang payudara, tangan lainnya menggenggam dan mengurut dari pangkal menuju ke puting susu.

Gerakan dilakukan selama 5 menit atau kurang lebih 20-30 gerakan



Gerakan 4 :

Merangsang payudara dengan air hangat dan dingin secara bergantian dengan menggunakan washlap/handuk kecil



PERAWATAN PAYUDARA SETELAH MELAHIRKAN & PIJAT OKSITOSIN



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA



JURUSAN KEBIDANAN

POLITEKNIK KESEHATAN RIAU

DIII KEBIDANAN

MA : UPI KRISDAYANTI LAHAGU
A : P031815401035

PERAWATAN PAYUDARA SETELAH MELAHIRKAN

A. Definisi

Breast care atau perawatan payudara adalah pemeliharaan payudara yang dilakukan untuk memperlancar produksi ASI dan menghindari kesulitan saat menyusui dengan melakukan pemijatan.



B. Tujuan

1. Memelihara kebersihan payudara
2. Meningkatkan produksi asi
3. Mencegah bendungan asi/pembengkakan payudara
4. Melenturkan dan menguatkan puting

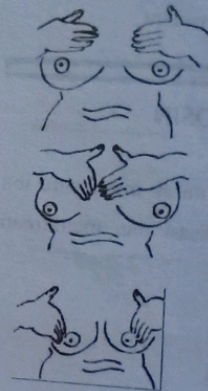


C. Alat dan Bahan

1. Minyak kelapa/ baby oil
2. Kapas dalam kom

3. 2 buah handuk besar
4. 2 buah handuk besar
5. 2 buah waslap
6. 2 buah waskom berisi air hangat dan din
7. 2 buah bengkok (1 untuk kapas kotor c
untuk tempat susu yang keluar
pemijatan)

D. Prosedur Pelaksanaan



Gerakan Pertama,
membasahi kedua telapak
tangan dengan
minyak/baby oil dan
melakukan pengurutan
dengan telapak tangan
berada diantara kedua
payudara dengan
gerakkan ke atas, ke
samping, ke bawah dan
depan sambil
menghentikan payudara.
Pengurutan

Gerakan kedua, menggunakan dua ata
tiga jari dengan gerakan lingkaran kecil-keci
tanpa putus mulai dari area sekitar puting
searah jarum jam memutar ke arah luar
payudara. Lakukan sampai merata ke seluruh
permukaan payudara. Dilakukan sebanyak 20-
30 kali.



Pengurutan ketiga, dengan menggunakan sendi-sendi jari, posisi tangan mengepal, tangan kiri menopang payudara dan tangan kanan melakukan pengurutan dari pangkal ke arah puting. Lakukan sebanyak 20-30 kali pada tiap payudara.

PIJAT OKSITOSIN

A. Definisi

Pijatan yang dilakukan untuk membantu ibu menyusui melakukan relaksasi dan menikmati kegiatan menyusui bayinya.

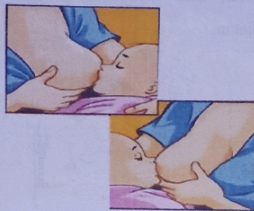


B. Tujuan

Meningkatkan pelepasan hormon oksitosin (hormon untuk meningkatkan kenyamanan dan kedekatan) di susunan saraf pusat (otak) dan menurunkan kecemasan pada ibu menyusui.

Manfaat

- Memberikan kenyamanan pada ibu .
- Mengurangi bengkak
- Mengurangi sumbatan ASI
- Mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit .



C. Alat dan Bahan

1. Minyak kelapa/baby oil/body lotion
2. Washlap/handuk mandi
3. Waskom berisi air hangat
4. Waskom berisi air dengan suhu ruangan



D. Prosedur Pelaksanaan

1. Cuci tangan
2. Melepaskan baju ibu bagian atas
3. Ibu miring ke kanan maupun ke kiri, lalu memeluk bantal.

4. Memasang handuk.
5. Melumuri kedua telapak tangan dengan minyak telon atau baby oil/ air hangat.
6. Memijat sepanjang kedua sisi tulang ibu dengan menggunakan dua kepala tangan dengan ibu jari yang menunjuk kedepan.
7. Menekan kuat-kuat kedua sisi tulang belakang membentuk gerakan-gerakan melingkar kecil-kecil dengan kedua ibu jari nya.
8. Pada saat bersamaan, memijat kedua sisi tulang belakang ke arah bawah dari leher ke arah tulang belikat , selama 2-3 menit.
9. Mengulangi pemijatan hingga 3 kali
10. Membersihkan punggung ibu dengan waslap air hangat dan dingin secara bergantian.



TERIMA KASIH
Semoga bermanfaat



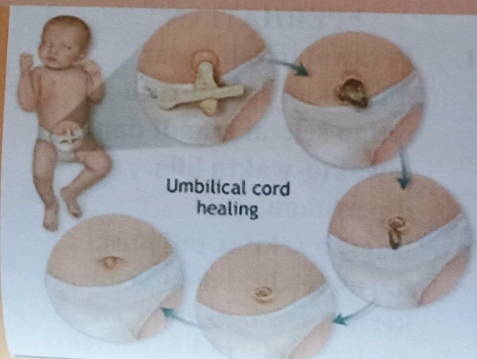
PERAWATAN TALI PUSAT



Oleh :
pi Krisdayanti Lahagu

PENGERTIAN

Perawatan tali pusat adalah pengobatan dan pengikatan tali pusat yang menyebabkan pemisahan fisik terakhir antara ibu bayi, kemudian tali pusat di rawat dalam keadaan steril, bersih, kering, puput dan terhindar dari infeksi tali pusat



Tujuan dari perawatan tali pusat adalah

1. Untuk mencegah infeksi dan mempercepat puput tali pusat dari perut
2. Perawatan tali pusat dapat mencegah terjadinya penyakit tetanus pada bayi baru lahir,
3. Agar tali pusat tetap bersih, kuman-kuman tidak masuk sehingga tidak terjadi infeksi pada tali pusat bayi.



Teknik dan Cara Perawatan Tali Pusat pada Bayi Baru Lahir

1. Cuci tangan terlebih dahulu sebelum menyentuh tali pusat.
2. Saat memandikan bayi, usahakan agar anda tidak menarik tali pusat.
3. Bungkus longgar tali pusat menggunakan kassa steril atau tali pusat dapat dibiarkan terbuka (tanpa dibungkus kassa) dan tanpa dibubuhi apa pun (obat antiseptik atau alkohol), serta bahan-bahan lain di atas tali pusat.

4. Tali pusat sebaiknya tidak tertutup dengan rapat karena akan membuatnya menjadi lembab yang bisa meningkatkan resiko tumbuhnya bakteri.
5. Tali pusat akan lepas sendirinya, sehingga sangat tidak dianjurkan untuk meremang atau menarik-narik tali pusat

“PERHATIAN”

1. Perawatan tali pusat dilakukan secara rutin setiap selesai mandi dan sewaktu-waktu bila diperlukan.
2. Daerah sekitar tali pusat harus selalu dalam keadaan kering dan bersih untuk mencegah terjadinya infeksi

3. Dilarang menggunakan plester untuk menguatkan ikatan karena bisa terjadi iritasi pada kulit bayi

“Ciri - ciri Tali Pusat Yang Mengalami Infeksi”

- Suhu dapat naik sampai 39°C
- Bayi tidak mau menetek seperti biasanya dan mulut mencucu seperti ikan.
- Timbul kejang disertai kebiruan
- Kaku kuduk
- Tubuh kaku
- Perjalanan penyakit lebih cepat tidak mengalami 3 stadium seperti tetanus anak besar

TEKNIK MENYUSUI YANG BENAR



Disusun Oleh :

Mahasiswa Kelompok 33-34

Program Studi D-III Kebidanan,
Keperawatan, dan Gizi
POLITEKNIK KEMENKES BIAU

Apakah Itu ASI

ASI adalah makanan terbaik untuk bayi. ASI dibuat khusus untuk bayi manusia. Kandungan gizi dari ASI sangat khusus dan sempurna, serta sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang bayi.



Pemberian ASI yang baik untuk anak diberikan sampai usia 2 tahun, tetapi pada usia 0-6 bulan bayi hanya diberikan ASI saja tanpa makanan tambahan (ASI Eksklusif)

Asi Eksklusif

BERIKAN
ASI SAJA
SAMPAI
6 BULAN

TERUSKAN
SAMPAI
2 TAHUN

BERIKAN
MAKANAN
PENDAMPING
ASI SETELAH
6 BULAN



Manfaat ASI Bagi Bayi

- Gizi pada bayi terpenuhi karena zat gizi pada ASI lengkap
- Mudah dicerna dan di serap oleh bayi
- Mengandung zat pelindung untuk bayi
- ASI tidak menyebabkan alergi pada bayi



Manfaat ASI Bagi Ibu

1. Memperkuat hubungan batin antara ibu dan bayi
2. Melindungi kesehatan ibu
3. Biaya lebih murah dan lebih praktis



Teknik Menyusui Yang Benar

1. Ibu memilih posisi yang nyaman misalnya duduk
2. Ibu duduk dan menyangga punggung dengan bantal, posisi kaki ibu tidak menggantung saat duduk di kursi
3. Sebelum menyusui ibu mengeluarkan ASI sedikit terlebih dulu dan mengoleskannya pada puting dan bagian hitam payudara
4. Bayi menghadap ibu, perut bayi bersentuhan pada perut ibu dan dagu bayi menempel pada payudara ibu
5. Sentuhkan payudara pada mulut bayi agar mulut bayi terbuka



6. Memasukkan payudara ke mulut bayi, hingga bagian hitam payudara masuk ke mulut bayi



Dampak Menyusui Yang Salah

1. Puting susu lecet
2. Bayi enggan menyusui
3. Bertambahnya kerentanan bayi terhadap penyakit
4. ASI tidak keluar secara optimal



GIZI IBU NIFAS



Oleh :
Upi Krisdayanti Lahagu

Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Riau

Pengertian

Gizi ibu nifas adalah gizi yang dibutuhkan oleh ibu pada masa nifas

Manfaat Gizi pada Ibu Nifas :

1. Memulihkan keadaan tubuh ibu setelah melahirkan
2. Memproduksi ASI yang cukup
3. Meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit dan infeksi
4. Memelihara kadar vitamin yang larut dalam ASI

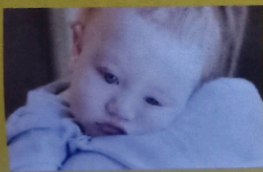
Makanan Yang Dianjurkan

Semua jenis makanan yang mengandung gizi dan nutrisi seimbang terutama mengandung tinggi Protein.



Dampak Kekurangan Gizi pada Ibu Nifas dan Menyusui :

1. Tubuh lemas karena kurang gizi
2. Luka-luka persalinan sembuh dalam waktu yang lama
3. Gangguan kesehatan bayi
4. Bayi mudah sakit dan terkena infeksi



Makan yang Harus Dihindari :

1. Minuman beralkohol
2. Minum kopi berlebihan
3. Merokok
4. Obat tanpa resep dokter



Waktu Makan	Menu
Jam 07.00 WIB	<ul style="list-style-type: none">• Nasi• Tempe goreng• Ikan asin• Susu manis
Jam 10.00 WIB	<ul style="list-style-type: none">• Bubur kacang hijau• Jeruk
Jam 13.00 WIB	<ul style="list-style-type: none">• Nasi• Ayam goreng• Tahu goreng• Sayur lodeh
Jam 16.00 WIB	<ul style="list-style-type: none">• Pepaya• Kolak pisang
Jam 18.00 WIB	<ul style="list-style-type: none">• Nasi• Telur dadar• Tahu bacem• Tumis kacang panjang• pepaya
Jam 20.00 WIB	<ul style="list-style-type: none">• Buah-buahan atau sayur

PIJAT BAYI



Oleh :
Upi Krisdayanti Lahagu

Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Riau

Pengertian

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

MANFAAT UMUM

1. Membangun komunikasi
2. Mengurangi stress dan ketegangan
3. Mengurangi gangguan sakit
4. Mengurangi nyeri

MANFAAT BAGI ORANGTUA

1. Meningkatkan Asi
2. Memahami Isyarat Bayi
3. Meningkatkan Percaya Diri
4. Memahami kebutuhan Si Kecil

HAL-HAL YANG TIDAK DIANJURKAN SELAMA PEMIJATAN

1. Jangan memijat bayi setelah ia makan atau mengantuk.
2. Cobalah membuat suasana senyaman mungkin, lakukan dalam suasana menyenangkan dengan diiringi suara musik atau senandung.
3. Tidak dianjurkan pemijatan langsung sehabis makan, membangunkan bayi untuk dipijat, memijat bayi saat tidak begitu sehat dan memaksakan posisi tertentu ketika memijat

TEKNIK MEMIJAT BAYI

• Buah-buahan
atau sayur
Jam 20.00 WIB
• pepaya
panjang
kacang



1. Melemaskan (Otot Wajah)

Pijat daerah di atas 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)

- Menggunakan teknik kupu-kupu. Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu,
- 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



3. Perut (Meningkatkan sistem pencernaan dan mengurangi sembelit)

Pijat perut bayi dari atas ke bawah, lalu angkat ke dua kaki bayi dan tekan lututnya perlahan-lahan ke arah perut.

a. Pijatan "Matahari Bulan" :

- 1) Dengan tangan kanan, buatlah arah bulan separuh yang terbalik dari arah kiri ke kanan
- 2) Tangan kanan di atas, dan tangan kiri di bawah dan lakukan gerakan memutar mengikuti arah jarum jam dengan membentuk lingkaran penuh seperti matahari
- 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 lenga, tarik lembut jari-jari bayi dengan gerakan memutar. Kedua ibu jari bergantian memijat permukaan telapak tangan dan punggung tangan. Gunakan telapak tangan untuk membuat gerakan seperti menggulung.



5. Punggung (Memperkuat otot menyanggah tulang belakang)

Teknik Kupu-kupu

- Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu,

- Dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada/ulu hati ke arah bahu kanan, dan Gerakan tangan kiri anda ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati.



BIARKAN SIKECIL MENGENAL ANDA DARI SENTUHAN DAN PIJATAN LEMBUT YANG ANDA BERIKAN



3. Perut (Meningkatkan sistem pencernaan dan mengurangi sembelit)



anda searah jarum jam lalu tekan lembut dengan jari

LAMPIRAN 10



KUNJUNGAN HAMIL



PERSALINAN DAN BBL



KUNJUNGAN NIFAS DAN NEONATUS

Nomor Registrasi Ibu :
 Nomor Urut di Kohort Ibu :
 Tanggal menerima buku KIA :
 Nama & No. Telp. Tenaga Kesehatan:

IDENTITAS KELUARGA

Nama Ibu : Ny. Surni
 Tempat/Tgl. Lahir : Palembang, 23-07-1982
 Kehamilan ke : 5 Anak terakhir umur: 7 tahun
 Agama : Islam
 Pendidikan : Tidak Sekolah/SD/SMP/SMU/Akademi/Perguruan Tinggi*
 Golongan Darah : O+
 Pekerjaan : IRT
 No. JKN :

Nama Suami : Tn. Hendra
 Tempat/Tgl. Lahir : Panaman, 01-01-1976
 Agama : Islam
 Pendidikan : Tidak Sekolah/SD/SMP/SMU/Akademi/Perguruan Tinggi*
 Golongan Darah :

Alamat Rumah : Jl. Kubang
 Kecamatan : Tambans
 Kabupaten/Kota :
 No. Telp. yang bisa dihubungi : 085272891007

Nama Anak : L/P*
 Tempat/Tgl. Lahir :
 Anak Ke : dari anak
 No. Akte Kelahiran:

* Lingkari yang sesuai

