



Nomor : PP.03.01/3.5/0749/2022

21 Februari 2022

Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir di PMB Siti Julaeha

Yth. Pimpinan PMB Siti Julaeha
Pekanbaru

Sesuai dengan Kalender Akademik Semester Genap T.A 2021/2022 Prodi D-III Kebidanan Jurusan 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
1	Tiara Okta Nurfaiza	P031915401077
2	Qhory Naswita	P031915401064
3	Suhaila Ihsan	P031915401075

Akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Siti Julaeha yang Ibu pimpin, untuk itu kami mohon kesediaan Ibu agar dapat memberi izin dan memfasilitasi yang bersangkutan dalam pencapaian kasus tersebut.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kemenkes Riau,



Husnan, S.Kp, MKM

PRAKTIK MANDIRI BIDAN SITI JULAEHA

**Bidan : SITI JULAEHA, STr. Keb
Jl. DELIMA VII No. 14 KOTA PEKANBARU**

Pekanbaru, Maret 2022

Nomor :
Lampiran : 1 (Satu) Berkas
Hal : Surat Balasan Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir (LTA)

Kepada Yth :
Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes
Kemenkes Riau
di –
Pekanbaru.

Dengan Hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hj. Siti Julaeha, STr. Keb

Jabatan : Pimpinan Praktik Mandiri Bidan Siti Julaeha Kota Pekanbaru

Menyatakan bahwa :

Nama : Suhaila Ihsan

NIM : P031915401075

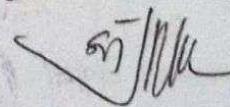
Tingkat : III B

Semester : VI (Enam)

Dengan ini 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. W di Praktik Mandiri Bidan Siti Julaeha Kota Pekanbaru".

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pimpinan PMB Siti Julaeha



Hj. Siti Julaeha, STr. Keb

SURAT/LEMBAR PERSETUJUAN

MENJADI PASIEN ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Pasien : Windy Izra Yardani

Umur : 21 tahun

Pekerjaan : Karyawan swasta

Alamat : Jl. Suka Makmur

Hubungan dengan pasien suami/keluarga/kerabat

Nama : Wahyu Abdimansyah

Umur : 22 tahun

Pekerjaan : Wiraswasta

Alamat : Jl. Suka Makmur

Dengan ini menyatakan dan menyetujui saya/istri/anak/saudara bersedia untuk menjadi pasien asuhan komprehensif mahasiswa Tk.3 Program studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau atas nama (Suhaila Ihsan) tanpa adanya paksaan, dan semua ketentuan dan tindakan serta asuhan yang akan dilakukan telah dijelaskan dan sudah dipahami.

Pekanbaru, 07 Januari 2022

Mengetahui,

Mahasiswa



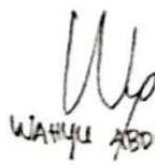
(SUHAILA IHSAN)

Pasien



(WINDY IZRA YARDANI)





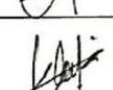

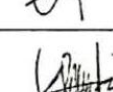

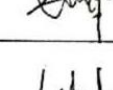

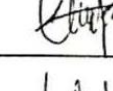

Saksi/Suami



(WAHYU ABDIMANSYAH)

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

Nama Mahasiswa : Suhaila Ihsan
 NIM : P031915401075
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada "Ny. W" di
 Praktik Mandiri Bidan Siti Julacha Kota Pekanbaru
 Pembimbing I : Fatiyani Alyensi, SST, M.kes

No	Tanggal Konsultasi	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	15/2.2022	BAB I	Perbaiki latar belakang, mpa		
2.	21/3.2022	BAB II	Perbaiki latar belakang		
3.	22/3.2022	BAB I-V	Perbaiki pembahasan		
4.	24/3.2022	Bab V	Pembahasan Perbaiki		
5.	25/3.2022	Bab I-V	Perbaiki SOAP & Pembahasan		
6.	26/3.2022	Bab I-V	acc upron		
7.					

Pekanbaru, Maret 2022

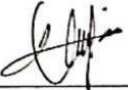









Pembimbing I



Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes
 NIP. 198001212008012010


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

Nama Mahasiswa : Suhaila Ihsan
 NIM : P031915401075
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada "Ny. W" di
 Praktik Mandiri Bidan Siti Julaeha Kota Pekanbaru
 Pembimbing I : Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes

No	Tanggal Konsultasi	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	3/6.2022	BAB V	Perbaikan per bahasan		
2.	4/6.2022	BAB V	Perbaikan pembahasan		
3.	5/6.2022 (daring)	Abstrak	Perbaikan abstrak		
4.	6/6.2022	BAB I-IV	perbaikan keseluruhan.		
5.	7/6.2022		ACC ujian		
6.					
7.					

Pekanbaru, Juni 2022


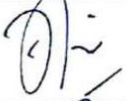

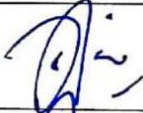






Pembimbing I


 Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes

NIP. 198001212008012010

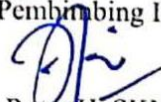
LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2021/2022

Nama Mahasiswa : Suhaila Ihsan
 NIM : P031915401075
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada "Ny. W" di
 Praktik Mandiri Bidan Siti Julacha Kota Pekanbaru
 Pembimbing II : Hj. Juraida Rotto H, SKM, M..Kes

No	Tanggal Konsultasi	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	22/3-2022	Penulisan Singkatan	Perbaiki tulisan Buat daftar pustaka		
2.	24/3-2022	Pustaka	Sesuaikan pustaka dg isi LTA		
3.	25/3-2022	BAB I-V	Perbaiki penulisan		
4.	26/3-2022	Daftar Pustaka	Rapikan pustaka		
5.			Ace ijin pa LTA		
6.					
7.					

Pekanbaru, Maret 2022


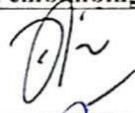

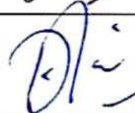
Pembimbing II


 Hj. Juraida Rotto H, SKM, M..Kes

NIP. 196608021989032002

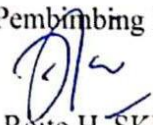
LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2021/2022

Nama Mahasiswa : Suhaila Ihsan
 NIM : P031915401075
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada “Ny. W” di
 Praktik Mandiri Bidan Siti Julacha Kota Pekanbaru
 Pembimbing II : Hj. Juraida Roito H, SKM, M..Kes

No	Tanggal Konsultasi	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	7 / 6 . 2022	BAB I - V	Perbaiki Latar Blg Perbaiki Daftar Pustaka dan tabel		
2.	8 / 6 . 2022	Abstrak Daftar isi Daftar gambar	Perbaiki Sperti Acc ujian		
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					

Pekanbaru, Juni 2022

Pembimbing II


 Hj. Juraida Roito H, SKM, M..Kes

NIP. 196608021989032002



BIDAN
SITI JULAEHA S.Tr.Keb
Jl. Delima 7 No. 14 Pekanbaru



PERSETUJUAN PELAYANAN
(INFORMED CONSENT)

- g. Pemeriksaan ANC
- h. Imunisasi Bayi
- i. Pelayanan KB
- j. Pertolongan Persalinan
- k. Penolakan rujukan / tindakan
- l. Penambahan biaya Persalinan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Winda Iera Yandani
Umur : 21 tahun
Alamat : Jl. Suka Karya
No Hp : 0821-7249-5669

Setelah mendapat penjelasan dan memahami sepenuhnya segala hal yang berkaitan dengan pelayanan yang akan diberikan kami sepakat : orang tua / suami / keluarga / klien ,dengan ini kami menyatakan :

- Setuju dilakukan tindakan medik
- Menolak dilakukan tindakan medik
- Menolak dirujuk ke RS.....
- Setuju menambah biaya persalinan sesuai dengan pelayanan yang diberikan

Pernyataan ini kami buat dengan kesadaran penuh atas segala resiko tindakan medik yang diberikan dan kami tidak akan menuntut jika terjadi hal-hal yang tidak dikehendaki

Pekanbaru, 28 Januari 2022

Yang memberi Penjelasan
~~Dokter~~ / Bidan / Paramedis

Yang membuat Pernyataan

(.....Siti Julaeha.....)

(.....WINDA IERA YANDANI.....)

Saksi

(.....Suhaila Ihsan.....)

**SKRINING/DETEKSI DINI IBU BERESIKO TINGGI OLEH PKK DAN
PETUGAS KESEHATAN**

Nama : Ny. W Umur : 21 tahun
Hamil ke : 1, HPHT 22-04-2021 TP : 29-01-2022
Pendidikan : SMK Pendidikan Suami : SMK
Pekerjaan : Karyawan swasta Pekerjaan Suami : Pedagang

I	II	III	SKOR	IV			
				Tribulan			
				I	II	III	IV
KEL. F.R	NO	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	I	II	III	IV
		Skor Awal Ibu Hamil	2			2	
I	1	Terlalu muda, hamil < 16 tahun	4				
	2	a. Terlalu lambat hamil I, kawin > 4 Th	4				
		a. Terlalu tua, hamil I > 35 Th	4				
	3	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 tahun)	4				
	4	Terlalu lama hamil lagi (> 10 Th)	4				
	5	Terlalu Banyak anak, 4/lebih	4				
	6	Terlalu tua, umur > 35 Th	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 Caesar	8				
II	11	Penyakit pada ibu hamil	4			4	
		a. Kurang Darah b. Malaria					
		c. TBC Paru 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 kandungan	4				
	16	Kehamilan lebih bulan	4				
	17	Letak Sungsang	8				
	18	Letak Lintang	8				
III	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Pre-eklamsia/Kejang-kejang	8				
		JUMLAH SKOR				6	

PENAPISAN IBU BERSALIN

Nama : Ny. W

RR :

Umur : 21 Tahun

RS/RB : PMB Siti Julaeha

G₁P₀A₀H₀

Tanggal : 28 Januari 2021

No	Masalah/Faktor Resiko	Ya	Tidak
1.	Riwayat bedah sesar		✓
2.	Perdarahan pervaginam		✓
3.	Persalinan kurang bulan (UK <37 minggu)		✓
4.	Ketuban pecah dengan mekonium kental		✓
5.	Ketuban pecah lama (>24 jam)		✓
6.	Ketuban pecah pada persalinan UK <37 minggu		✓
7.	Ikterus		✓
8.	Anemia Berat		✓
9.	Tanda/gejala infeksi		✓
10.	Preeklamsi/hipertensi dlam kehamilan		✓
11.	TFU 40cm atau lebih		✓
12.	Gawat janin		✓
13.	Primipara, fase aktif penurunan kepala 5/5		✓
14.	Presentasi bukan belakang kepala		✓
15.	Presentasi majemuk		✓
16.	Kehamilan gamelli		✓
17.	Tali pusat menumbung		✓
18.	Syok		✓

Rujuk Ibu : *Apabila didapatkan salah satu atau lebih penyulit*

Pemeriksa,

Suhaila Ihsan

LEMBAR OBSERVASI

Nama : Ny. W
 Umur : 21 Tahun
 G₁P₀A₀H₀

RS/RB : PMB Siti Julaha
 Tanggal : 28 Januari 2021

TGL	JAM	TD	N	R	S	DJJ	HIS	URINNE	TETESAN	KETERANGAN
28/01 2022	22.00	100/50	80	18x	36.6	130x/i	-	-	8 TPM	RL + Syntocyclon 500
	22.30	110/55	82	18x	36.6	132x/i	-	-	13 TPM	
	23.00	107/58	85	18x	36.6	128x/i	-	-	18 TPM	
	23.30	112/61	84	18x	36.6	131x/i	-	BAK spontan	23 TPM	
29/01 2022	00.00	110/59	84	18	36.6	142x	-	-	28 TPM	
	00.30	108/66	82	18	36.7	145x/i	-	-	33 TPM	
	01.00	107/72	84	18x	36.7	146x/i	1x10'/20"	-	33 TPM	STOP Lanjut RL Biasa
	01.30	110/70	81	20x	36.7	146x/i	1x10'/20"	-	20 TPM	
	02.00	115/73	81	20x	36.1	146x/i	1x10'/20"	BAK spontan	- "	
	02.30	112/71	82	20x	36.9	142x/i	1x10'/20"	-	- "	
	03.00	118/72	87	20x	36.9	140x/i	1x10'/20"	-	- "	
	03.30	118/70	88	20x	36.5	140x/i	1x10'/20"	-	- "	
	04.00	115/70	86	20x	36.6	141x/i	1x10'/20"	-	- "	
	04.30	105/66	86	18x	36.6	141x/i	1x10'/20"	-	- "	
	05.00	104/62	86	18x	36.6	141x/i	1x10'/20"	BAK Spontan	- "	
	05.30	106/71	84	18x	36.6	138x/i	1x10'/20"	-	- "	
	06.00	112/61	82x	18x	36.6	145x/i	1x10'/20"	-	- "	
	06.30	114/61	81	20x	36.6	145x/i	1x10'/20"	-	- "	
	07.00	109/60	82	20x	36.6	142x/i	1x10'/20"	-	- "	
	07.30	109/62	82	20x	36.7	142x/i	1x10'/20"	-	- "	
08.00	117/66	82x	20x	36.7	150x/i	1x10'/20"	-	8 TPM	RL + Syntocyclon 1000	
08.30	101/57	82	16x	36.7	149x/i	1x10'/20"	BAK Spontan	13 TPM		
09.00	105/65	80	16x	36.7	148x/i	2x10'/15"	-	18 TPM		
09.30	107/60	80	18x	36.2	148x/i	2x10'/15"	-	23 TPM		
10.00	112/61	86	18x	36.2	146x/i	2x10'/30"	-	28 TPM		
10.30	115/66	86	18x	36.2	140x/i	2x10'/30"	-	33 TPM		

Endinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)

Nama : Nindy Ibra Alamat : Jl. Sukakarya
Tanggal Lahir: 12-07-2000
Tanggal Kelahiran Bayi: 29 Januari 2022 No. Telpon: 0821-7249-56xx

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
3. Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya
 - Ya, setiap saat
 - Ya, kadang-kadang
 - Tidak terlalu sering
 - Tidak pernah sama sekali
4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir tanpa alasan yang jelas
 - Tidak pernah sama sekali
 - Jarang-jarang
 - Ya, kadang-kadang
 - Ya, sering sekali
5. Saya merasa takut dan panik tanpa alasan yang jelas
 - Ya, cukup sering
 - Ya, kadang-kadang
 - Tidak terlalu sering
 - Tidak pernah sama sekali
6. Segala sesuatunya terasa sulit untuk dikerjakan
 - Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya
 - Ya, kadang-kadang saya tidak mampu menanggapi seperti biasanya
 - Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tanggani
 - Tidak pernah, saya mampu mengerjakan segala sesuatu dengan baik

7. Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur

- 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
- Tidak terlalu sering
- Tidak pernah sama sekali

10. Muncul pikiran untuk menyakiti diri saya sendiri

- Ya, cukup sering
- kadang-kadang
- Jarang sekali
- Tidak pernah sama sekali

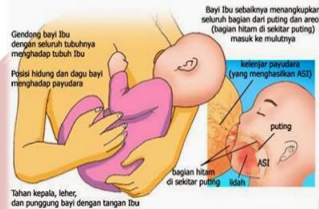
Diperiksa/ditelaah oleh: Suhala Ihsan Tanggal: 05 Februari 2022

LEAFLET

Tanda Teknik Menyusui Anda Benar

1. Bayi dalam keadaan tenang
2. Mulut bayi terbuka lebar
3. Mulut Bayi menempel betul pada payudara ibu
4. Mulut dan dagu menempel pada payudara
5. Sebagian besar areola mammae tertutup oleh mulut bayi
6. Bayi Nampak pelan-pelan menghisap dengan kuat
7. Keping dan lengan bayi berada pada satu garis.

Posisi menyusui yang benar



POSISI MENYUSUI



ASI, PASTI!

Penuhi Hak setiap Bayi Untuk mendapatkan ASI Sejak Dini



CARA MENYUSUI



“ Cara memberikan ASI (Air Susu Ibu) kepada bayi dengan pendekatan posisi ibu dan bayi dengan benar sehingga bayi bisa menghisap dengan maksimal. “

SUHAILA IHSAN-3B (P031915401075)



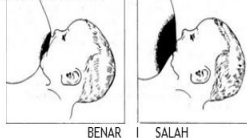
Beberapa Posisi yang Tepat bagi Ibu untuk Menyusui

1. Duduklah dengan posisi yang enak/santai yang ada sandaran punggung dan lengan
2. Gunakan bantal untuk mengganjal bayi agar tidak terlalu jauh dari payudara ibu.



LANGKAH-LANGKAH MENYUSUI

1. Keluarkan sedikit ASI lalu oleskan pada puting payudara dan di sekitar areola Mommy, hal ini dilakukan sebagai desinfektan (zat bebas kuman) alami dan juga untuk menjaga kelembapan puting payudara ibu.
2. Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi diletakkan pada lengkung siku Mommy, kemudian tempatkan bokong bayi pada telapak tangan Mommy.
3. Pegang payudara dengan posisi jari jempol berada diatas dan jari lainnya menopang bagian bawah payudara, tidak perlu menekan puting susu atau areola.
4. Berilah rangsangan pada bayi agar membuka mulut, karena bayi yang baru saja lahir belum terbiasa untuk meminum ASI.
5. Setelah bayi membuka mulut, dekatkan kepala bayi dengan payudara dengan areola dan puting susu dimasukkan ke mulut bayi. Usahakan agar sebagian besar areola masuk kedalam mulut.



Teknik Melepaskan Hisapan Bayi

Setelah selesai menyusui kurang lebih selama 10 menit, lepaskan hisapan bayi dengan cara :

- Masukkan jari kelingking ibu yang bersih ke Sudut mulut bayi
- Menekan dagu bayi kebawah
- Dengan menutup lubang hidung bayi agar mulutnya membuka
- Jangan menarik puting susu untuk melepaskan.



Cara Menyendawakan Bayi setelah Minum ASI



1. Sandarkan bayi dipundak ibu, tepuk punggungnya dengan pelan sampai bayi bersendawa
2. Bayi ditelungkupkan dipangkuan ibu sambil digosok punggungnya.

Media Pemberian ASI

Untuk mencapai keberhasilan ASI eksklusif, pilihlah media pemberian ASI berupa cup feeder, gelas sloki, sendok, pipet, atau spuit sesuai kecocokan bayi. **Hindari** melalui **botol dot**, selain dapat mengakibatkan **bingung putting**, meningkatkan resiko tersedak, gigi berlubang, infeksi telinga, dan minum lebih banyak dari kebutuhan.

Tips menghangatkan ASI perah

- Hangatkan ASI yang paling dahulu disimpan
- ASI beku: simpan selama 24 jam di lemari es sebelum dihangatkan
- ASI dingin: dapat langsung dihangatkan
- Rendam botol ASI dalam bak air hangat suam-suam kuku (37°C)

- Jangan hangatkan ASI dengan microwave/ api kompor secara langsung
- Jangan membekukan ulang ASI yang sudah dihangatkan

AYO !!! sempatkan memerah ASI sebelum bekerja, agar anak selalu sehat.

Memberikan ASI

JIKA IBU BEKERJA

Menyusui, hal mendasar bagi kesehatan & perkembangan anak dan penting untuk kesehatan ibu. Ibu yang bekerja dapat sukses memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dengan dukungan keluarga. Ibu dapat mempersiapkan 'Tabungan ASI Perah (ASIP)' sbg persediaan saat bekerja.

SUHAILA IHSAN-3B (P031915401075)

Sukses Menyusui dan Bekerja

- Selama hamil**
 - belajar manajemen ASI dan ASI perah
 - persiapkan peralatan ASIP
 - memeriksa kondisi payudara
 - Minta dukungan dari keluarga dan tempat bekerja
- Pasca melahirkan**
 - IMD
 - rawat gabung
 - skin to skin
- Selama cuti nifas**
 - susui langsung
 - perah ASI secara rutin tiap 3-4 jam
 - Melatih keluarga/pengasuh tentang pemberian ASI
- Selama bekerja**
 - perah ASI secara rutin, simpan dalam tempat aman
 - susui bayi ketika dirumah
 - hindari stres dan jaga asupan nutrisi

Langkah Melakukan ASI Perah

ASIP (ASI Perah) merupakan cara efektif bagi ibu bekrja. ASIP bisa dilakukan dengan cara manual dan pompa

Cara manual dengan tangan (Marmet)

- Cuci tangan sebelum memerah ASI
- Pijat payudara dengan menggunakan handuk hangat
- Sebelum menghisap, bersihkan puting lebar dan lakukan menghisap di dekat payudara
- Letakkan ibu jari di atas areola sedangkan jari lain di bawah areola membentuk formasi C
- Tekan ke arah dada.
- Putar jari ke sekitar areola dari atas ke bawah, hingga ASI memancar keluar dan tertampung dalam mangkuk.
- Ubah posisi jari dan mulai lagi memerah
- Perah satu payudara selama 3-5 menit, kemudian beralih
- Demikian seterusnya bergantian sampai payudara terasa kosong (20-30 menit)

Dengan pompa elektrik

- Pastikan posisi ibu dalam keadaan nyaman
- Pasang corong hingga menutupi area putting, pastikan putting Susu berada tepat di depan pipa penghisapan
- Pompa perlahan hingga ASI keluar
- Pompa ASI hingga ± 15 menit untuk tiap payudara bergantian
- Pompa sampai aliran susu melambat, lalu beralih pada payudara kedua. Lakukan berulang-ulang kanan & kiri hingga ASI tidak keluar.

Bagaimana Menyimpan ASI PERAH ??

Tempat Penyimpanan	Suhu	Lama Penyimpanan
ASI baru diperah disimpan dalam cooler bag	15°C	24 jam
Dalam Ruangan (ASIP Sagar)	27°C s/d 32°C	4 jam
	<25°C	6-8 jam
Kulkas	<4°C	48-72 jam
Freezer pada lemari es 1 pintu	-15°C s/d 0°C	2 minggu
	-20°C s/d -18°C	3-6 bulan

*Simpan ASI sebanyak 15-50 ml per wadah untuk menghindari ASIP terbuang karena tidak habis diminum oleh bayi

PERLENGKAPAN MENYUSUI

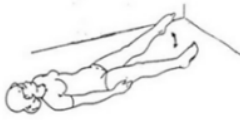
- ✓ Pompa ASI
- ✓ Wadah ASIP
- ✓ Cooler bag
- ✓ Ice packs/gel
- ✓ Bra menyusui
- ✓ Apron
- ✓ Breast pad
- ✓ Media pemberian ASIP

Hari Keenam : Gerak tekuk kaki



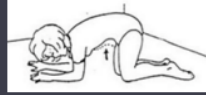
Posisi dilakukan dengan berbaring (terlentang), tekuk lutut sampai membentuk sudut lurus keatas (sudut 90 derajat). Lakukan gerakan ini secara bergantian antara kaki kiri dan kaki kanan.

Hari Ketujuh : Gerak angkat kaki



Posisi tubuh terbaring (terlentang) pada tempat datar dan nyaman. Angkat kaki keatas kurang lebih setinggi 20 cm sampai 30 cm. turunkan secara perlahan, dan lakukan secara bergantian antara kaki kiri dan kanan.

Hari Kedelapan : Gerak perut



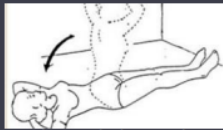
Angkat perut ibu keatas dan kebawah (gerakan dilakukan hanya otot perut saja)

Hari Kesembilan : Gerak angkat 2 kaki



Rapatkan kedua kaki secara bersamaan dengan sudut 90 derajat. Turunkan kaki kebawah secara perlahan.

Hari Kesepuluh : Gerak sit up



Mula-mula tubuh pada posisi terlentang, taruh kedua tangan dibawah kepala, dan angkat tubuh sampai membentuk posisi duduk.

SENAM NIFAS



Senam nifas ialah gerakan-gerakan yang ditujukan untuk ibu yang sudah melahirkan, cara melakukan senamnya dengan posisi berbaring, sehingga pas untuk ibu yang melahirkan. Gerakan senam nifas terdiri dari 10 gerakan, dan dilakukan secara berurutan.

SUHAILA IHSAN-3B (P031915401075)

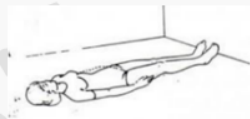
Apa saja manfaat senam nifas ?

1. Mengembalikan kekuatan otot-otot badan terutama pada Rahim, vagina dan kandung kemih
2. Agar ibu setelah melahirkan sehat dan bugar

Akibat senam nifas tidak dilaksanakan !!

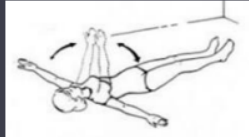
1. Kekuatan otot ibu menjadi kurang optimal
2. Produksi ASI kurang lancar
3. Sering menyebabkan sembelit dan gangguan pada saat kencing

Hari Pertama : Olah Nafas



Ibu berbaring dengan nyaman di tempat yang datar, lalu melakukan Tarik napas dalam hitungan ke 5 atau sampai 8, setelah itu keluarkan secara perlahan. Lakukan sebanyak 5-10 kali.

Hari Kedua : Tangan Membuka dan Menutup



Lebarkan kedua tangan ibu sampai sejajar dengan bahu, lalu gerakan dengan lurus kedua tangan sampai bertemu diatas kepala. Lakukan sebanyak 5-10 kali.

Hari Ketiga: Gerak Pantat



Posisi dilakukan berbaring, namun telapak kaki menyentuh lantai, sehingga lutut akan tampak seperti ditekek. Angkat pantat keatas, lalu tahan dan hitung sampai 5, turunkan pantat secara perlahan.

Hari Keempat : Gerak Atas



Posisi tubuh terlentang, dengan telapak kaki menyentuh lantai, dan lutut ditekek dengan sudut 45 derajat. Lalu gunakan satu tangan untuk memegang perut. Angkat tubuh keatas dengan sudut kurang lebih 45 derajat, lalu tahan sampai hitungan ke 5, lalu turunkan secara perlahan.

Hari Kelima : Gerak Atas dan Tangan



Tekuk salah satu kaki dengan sudut 45 derajat, lalu angkat tubuh serta tangan yang berlawanan. Jika lutut yang ditekek sebelah kiri, maka tangan yang digunakan yaitu sebelah kanan (begitu juga sebaliknya). Usahakan tangan yang berlawanan mampu menyentuh lutut yang diteku.

KULINER IBU MENYUSUI



Sayuran berwarna hijau
Kaya akan Vitamin A yang baik untuk ASI

Sereal / Bubur Gandum

Memberikan energi yang dibutuhkan setelah malam bergadang menjaga bayi



Buah Jeruk
Ibu menyusui butuh Vitamin C dosis tinggi

Kacang—Kacangan

Kaya akan Zat Besi & Protein Non Hewani



Daging Sapi Tanpa Lemak
Sumber Protein dan Vitamin B12 yang baik

Produk Susu Rendah Lemak
Sumber Kalsium yang membantu tulang bayi Anda berkembang



Telur
Sumber alami Vitamin D yang penting untuk menjaga tulang bayi anda tumbuh

Air Mineral

Untuk menjaga tingkat produksi ASI dan untuk terhindar dari Dehidrasi



PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
POLTEKES KEMENKES RIAU



PENTINGNYA ASI EKSKLUSIF UNTUK MASA DEPAN BAYI

SUHAILA IHSAN
P031915401075



Apa itu ASI Eksklusif

Bayi sejak lahir usia 0-6 bulan hanya diberi ASI saja dan tidak diberikan makanan atau minuman tambahan apapun, karena ASI sudah memenuhi kebutuhan gizi bayi

Air Susu Ibu(ASI)?

adalah Makanan alamiah berupa cairan dengan kandungan gizi yang cukup dan sesuai dengan kebutuhan bayi, sehingga bayi tumbuh dan berkembang dengan baik

Apa saja Kandungan ASI?

Mengandung zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan otak

Mengandung zat anti infeksi terutama pada saluran pencernaan

Mengandung zat kekebalan tubuh sehingga bayi tidak akan mudah sakit



Mengapa ASI Eksklusif ?

- Kapasitas lambung bayi baru lahir sangat terbatas, hanya mampu menampung cairan sebanyak 10 - 20 ml (2-4 sendok teh)
- Sebelum berusia 6 bulan, sistem pencernaan bayi belum terbentuk sempurna sehingga bayi belum siap mencerna makanan atau minuman lain selain ASI
- ASI saja dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi sejak baru lahir sampai berumur 6 bulan
- Menunda pemberian makanan tambahan hingga bayi berusia 6 bulan dapat menghindari bayi dari obesitas (kegemukan)

Kapan dan Bagaimana ASI di Berikan ?

- ASI mulai diberikan setelah ibu melahirkan dengan meletakkan bayi di dada ibu. Biarkan bayi berusaha mencari puting susu ibunya (Inisiasi Menyusui Dini) untuk merangsang ASI cepat keluar
- ASI hanya diberikan hingga bayi berusia 6 bulan. Setelah 6 bulan bayi diberikan MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) dalam bentuk makanan lunak dan jumlah yang sesuai dengan pertumbuhan umur bayi
- Pemberian ASI tetap dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun

Apa Saja Langkah-Langkah untuk Memulai dan Mencapai Pemberian ASI Eksklusif ?

- Menyusui bayi dalam satu jam setelah kelahiran
- Menyusui secara eksklusif : hanya ASI dan tidak memberikan makanan atau minuman
- Menyusui kapan pun bayi menginginkan, sesering yang bayi mau, siang dan malam
- Mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah dengan tangan, disaat tidak bersama dengan bayi
- Mengendalikan emosi dan pikiran agar tenang



9 TIPS MEMPERBANYAK ASI

- Susuilah bayi segera setelah lahir
- Sering-seringlah menyusui bayi atau pun memerah ASI
- Kosongkan payudara setelah bayi selesai menyusui
- Hindari pemberian makanan dan minuman tambahan karena dapat mengurangi daya isap bayi saat menyusui
- Tidurlah sekurang-kurangnya 8 jam sehari
- Ibu harus dalam keadaan tenang
- Minumlah 8-12 gelas air setiap hari
- Ibu harus mengonsumsi makanan bergizi
- Makanan yang dapat memperbanyak ASI seperti Daun Katuk, Bunga/Buah Pepaya, Bayam, Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Semangka, Labu Siam, dan Jambu Air

Sayangilah
Bayi Anda
dengan ASI
Eksklusif



METODE KB SEDERHANA

- MAL (Metode Amenore Laktasi)**
yaitu metode kontrasepsi sementara yang mengandalkan pemberian ASI secara eksklusif. Cocok untuk ibu Nifas, syaratnya :
 - Menyusui secara eksklusif (hanya ASI), teratur dan sesering mungkin
 - Belum haid
 - Efektif hanya sampai 6 bulan
- Metode kalender/pantang berkala**
Yaitu dengan menghindari hubungan badan selama masa subur. Efektif apabila pasangan suami istri paham mengenai masa subur dan haid teratur. Angka kegagalan 14 per 100 wanita pertahun.
- Kondom**
Keuntungan :
 - efektif bila digunakan dengan benar
 - tidak mengganggu ASI
 - Mencegah penyakit menular seksual
Kekurangan :
 - Efektivitas tidak terlalu tinggi
 - Agak mengganggu hubungan seksual
 - Bisa terjadi alergi bahan dasar kondom

PIL KB

- ✓ Efektif bila digunakan dengan benar
- ✓ Tidak mengganggu hubungan seksual
- ✓ Harus diminum setiap hari

- PIL KOMBINASI** (berisi 2 hormon yaitu estrogen dan progesterone)
TIDAK untuk ibu menyusui
- MINI-PIL** (berisi 1 hormon yaitu progesterone)
 - TIDAK mengganggu ASI
 - Dapat terjadi gangguan haid (siklus memendek/ memanjang, tidak haid, perdarahan bercak)

KELUARGA BERENCANA




KB atau Keluarga Berencana adalah suatu gerakan untuk membentuk keluarga yang sehat dan sejahtera dengan mengatur jumlah dan jarak antara kelahiran anak.

SUHAILA IHSAN-ZB (P031915401075)

AYO BER-KB !!!



Untuk keluarga sehat-sejahtera

Siapa yang harus ber-KB ?

Pasangan usia subur yaitu usia 15-49 tahun yang ingin menunda kehamilan, menjarangkan kehamilan, atau mengakhiri kehamilan

Apa saja manfaatnya ?

- Menghindari kehamilan resiko tinggi
- Menurunkan angka kematian ibu dan bayi
- Meringankan beban ekonomi keluarga
- Membentuk keluarga bahagia sejahtera

STERIL (KONTRASEPSI MANTAP)

Khusus untuk pasangan suami istri yang benar-benar tidak ingin menambah anak lagi

- Dilakukan dengan cara pembedahan
- Sangat efektif dan bersifat permanen
- Tidak ada efek samping
- Tidak ada perubahan fungsi seksual

Contoh : Metode Operatif Wanita (MOW)
Metode Operatif Pria (MOP)



IUD (Intra Uterine Device) / SPIRAL

Spiral ditanam didalam Rahim untuk mencegah pertemuan sel telur dengan sperma

Keuntungan :

- efektivitas tinggi
- Jangka panjang (5-10 tahun)
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Tidak mempengaruhi berat badan

Kekurangan :

- Harus datang ketenaga kesehatan untuk memasang , melepas dan control
- Haid lebih banyak

IMPLAN/ SUSUK KB

Dipasang dilengan bagian dalam. Ada yang berisi 6, 2, dan 1 batang. Efektif selama 3-5 tahun.



Keuntungan :

- Tidak mengganggu produksi ASI
- Kesuburan cepat kembali
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Tidak memerlukan pemeriksaan dalam

Kekurangan :

- Dapat terjadi perubahan pola haid
- Dapat terjadi perubahan berat badan
- Tidak dapat menghentikan pemakaian sendiri

KB SUNTIK

Efektivitas tinggi, efek samping sedikit

- Suntikan 1 bulan (Kombinasi)
 - Mengganggu produksi ASI
 - Kesuburan lambat kembali
 - Perubahan pola haid
 - Penambahan berat badan
- Suntikan 3 bulan
 - Tidak menekan reproduksi ASI
 - Gangguan haid : siklus memendek/ memanjang, perdarahan pervaginam banyak/ sedikit/ tidak teratur
 - Penambahan berat badan
 - kekeringan vagina, jerawat



"METODE KONTRASEPSI"

Merupakan cara, alat, obat-obatan yang digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan, antara lain :

- Steril
- IUD/ Spiral
- Implan/ Susuk
- Suntik
- Sederhana
- Pil



AKIBAT JIKA TIDAK MELAKUKAN PERAWATAN PAYUDARA

- Puting susu masuk
- Anak susah menyusui
- ASI lama keluar
- Produksi ASI terbatas
- Pembengkakan pada payudara
- Payudara meradang
- Payudara kotor
- Ibu belum siap menyusui
- Kulit payudara terutama puting akan mudah lecet.

WAKTU PELAKSANAAN

- Pertama kali dilakukan pada hari kedua setelah melahirkan
- Dilakukan minimal 2x dalam sehari

HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN

- Potong kuku tangan agar tidak melukai payudara
- Cuci bersih tangan terutama jari tangan
- Lakukan pada suasana santai, misalnya sebelum mandi sore atau sebelum tidur

PERSYARATAN PERAWATAN PAYUDARA

- Pengurutan harus dikerjakan secara sistematis dan teratur minimal 2x dalam sehari
- Memperhatikan makanan dengan menu seimbang
- Memperhatikan kebersihan sehari-hari
- Memakai BH yang bersih dan bentuknya yang menyokong payudara menghindari rokok dan minuman beralkohol
- Istirahat yang cukup dan pikiran tenang


JIKA PUTTING LECET, PAYUDARA BENGGAK, KEMERAHAN ATAU BERNANAH SEGERA PERIKSA KE TENAGA KESEHATAN !!

POLTEKKES KEMENKES RIAU
SUHAILA IHSAN-3B (P031915401075)

PERAWATAN
PAYUDARA
PADA IBU
NIFAS



Kesehatan adalah investasi untuk Senyum
bahagia dan Hidup sejahtera hingga usia lanjut
bersama keluarga tercinta...



Melakukan perawatan payudara pada ibu sesudah melahirkan untuk melancarkan proses laktasi

MANFAAT

- Menjaga kebersihan payudara
- Melancarkan sirkulasi di payudara
- Merangsang produksi ASI
- Mencegah pembengkakan pada payudara

PERSIAPAN ALAT

- Handuk 2 buah
- Washlap 2 buah
- Waskom berisi air dingin 1 buah
- Waskom berisi air hangat 1 buah
- Minyak kelapa / baby oil
- Waskom kecil 1 buah berisi kapas/kasa secukupnya


TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA

Tempelkan kapas yang sudah diberi minyak kelapa atau baby oil selama ± 5 menit, kemudian puting susu dibersihkan


Tempelkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara.

- Pengurutan dimulai kearah atas, kesamping, lalu kearah bawah. Dalam pengurutan posisi tangan kiri kearah sisi kiri, telapak tangan kanan kearah sisi kanan.
- Pengurutan diteruskan kebawah, kesamping selanjutnya melintang, lalu telapak tangan mengurut ke depan kemudian kedua tangan dilepaskan dari payudara, ulangi gerakan 20-30 kali
- Gerakan- gerakan pada perawatan payudara
 - Gerakan pertama


Kedua tangan disimpan di bagian tengah atau antara payudara, gerakan tangan kearah atas pusat kesamping, kebawah kemudian payudara diangkat sedikit dan dilepaskan, lakukan 20-30 kali.


 - Gerakan kedua

Satu tangan menahan payudara dari bawah, tangan yang lain mengurut payudara dengan pinggir tangan dari arah pangkal ke puting susu, dilakukan 20-30 kali dilakukan pada kedua payudara secara bergantian.


 - Gerakan ketiga

Satu tangan menahan payudara di bagian bawah, tangan yang lain mengurut dengan bahu, jari tangan mengepal, lakukan pengurutan dari arah pangkal ke puting susu, 20-30 kali dilakukan pada kedua payudara secara bergantian.



- Selesai pengurutan, payudara dikompres dengan air hangat dan dingin berganti selama ±5 menit, keringkan payudara dengan handuk bersih kemudian gunakan BH yang bersih dan menopang.
- Bersihkan payudara terutama bekas minyak
- Pakailah BH yang terbuka bagian depannya (untuk ibu menyusui) dan yang menyangga buah dada atau langsung susu ibayi. (Saryono, 2009)





PIJAT BAYI



POLTEKES KEMENKES RIAU
PRODI DIII KEBIDANAN
SUHAILA IHSAN-3B

MANFAAT

- Meningkatkan nafsu makan
- Meningkatkan berat badan
- Meningkatkan efektivitas istirahat (tidur) bayi
- Meningkatkan bayi menyusu
- Memacu perkembangan otak dan system syaraf

WAKTU PEMIJATAN

- Dilakukan selama 15-20 menit setiap hari
- Dilakukan pagi hari sebelum mandi atau malam hari sebelum tidur

SYARAT PIJAT BAYI

- Bayi tidak dalam kondisi lapar atau kenyang
- Dilakukan secara perlahan agar bayi tidak terkejut
- Baringkan bayi ditempat yang nyaman
- Pastikan kuku pemijat dalam kondisi bersih dan pendek

LANGKAH PEMIJATAN

1. Persiapkan bayi ditempat yang nyaman dan baby oil.



2. Genggam dan usap lembut mulai dari pangkal paha sampai mata kaki bayi, lakukan gerakan seperti memutar dan memeras. Lakukan pada kedua kaki bayi.



3. Urut telapak kaki bayi dengan kedua ibu jari mulai dari tungkai sampai ujung kaki. Lakukan pada kedua kaki bayi.



4. Pijat jari-jari kaki seperti menarik setiap jari lalu memutar menjauhi telapak kaki.



5. Genggam dan usap lembut mulai dari pangkal tangan sampai ujung jari, lakukan gerakan seperti memutar dan memeras. Lakukan pada kedua tangan bayi.



6. Urut telapak tangan bayi dengan kedua ibu jari. Lakukan pada kedua telapak tangan bayi.



7. Secara lembut usap mulai dari pangkal jari sampai ujung jari bayi lakukan gerakan memutar pada setiap jari jari tangan.



8. Posisikan kedua telapak tangan anda di atas dada bayi, kemudian gosok ke arah atas secara lembut seperti bentuk hati, lakukan gerakan secara berulang.



9. Lakukan gerakan seperti menyilang pada dada bayi.



10. Balik badan bayi, dengan menggunakan kedua telapak tangan gosok punggung bayi dengan gerakan maju mundur.



11. Gosok punggung bayi mulai dari leher sampai bokong bayi seperti mensetrika.



12. Tekankan kelima jari tangan anda, lakukan gerakan seperti menggaruk punggung bayi.



SELESAI 😊


Kapan Melakukannya ?

- Saat Mandi
- Setelah BAB
- Setelah BAK

Datang ke dokter atau bidan bila...

Keluar darah kotor bau busuk dari jalan lahir, ibu panas, dan luka jahitan bengkak kemerahan terasa sangat nyeri atau luka jahitan bernanah

Poltekkes Kemenkes Riau
2020/2021



Perawatan Luka Jahitan Setelah Melahirkan




SUHAILA IHSAN
P031915401075

Langkah - Langkah Perawatan Perineum

Langkah - Langkah Perawatan Perineum

- Ganti pembalut wanita yang bersih setiap 4-6 jam. Posisikan pembalut dari arah depan dengan baik agar tidak tergeser
- Lepaskan pembalut dari arah depan ke belakang untuk menghindari penyebaran bakteri dari anus ke kemaluan
- Cebok dari arah depan ke belakang untuk mencegah kontaminasi luka kemaluan dari daerah anus
- Bilas dengan air hangat atau cairan antiseptik pada daerah kemaluan setelah BAB. Bisa menyemprotkan botol plastik yang diisi air hangat
- Keringkan menggunakan handuk dengan cara ditepuk dari arah depan ke belakang
- 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
- Lakukan senam kegel sesering mungkin guna merangsang peredaran darah di sekitar kemaluan, sehingga mempercepat penyembuhan dan memperbaiki fungsi otot-otot

Perawatan Luka Perineum Menurut APN

- Menjaga agar perineum selalu bersih dan kering.
- Menghindari pemberian obat tradisional.
- Menghindari pemakaian air panas untuk berendam.
- Mencuci luka dan perineum dengan air dan sabun 3 - 4 x sehari

Mengapa Penting ?

Karena bila luka bekas jahitan jalan lahir ini tidak dirawat dapat menjadi pintu masuk kuman dan menimbulkan infeksi, ibu menjadi panas, luka basah dan jahitan terbuka, bahkan ada yang mengeluarkan bau busuk dari jalan lahir.

Berapa lama jahitan akan kering ?

Luka jahitan rata-rata akan kering dan membaik dalam waktu kurang dari seminggu

Apakah itu Perawatan Luka Jahitan Setelah Melahirkan ?

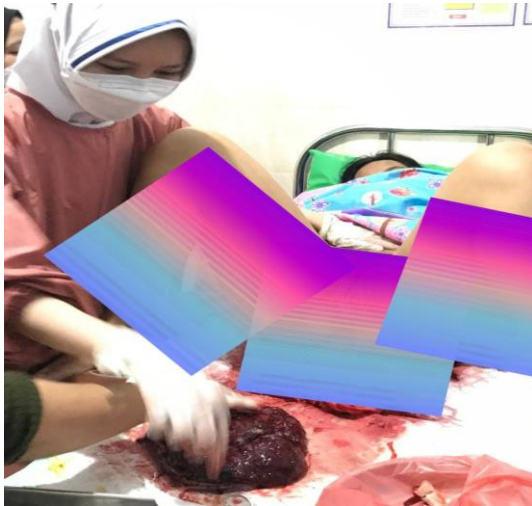
Perawatan terhadap luka pada perineum akibat episiotomi, ruptur atau laserasi di masa sesudah persalinan yang diperlukan untuk puluhnya kembali alat kandungan selama kurang lebih 6 minggu.

Faktor yang Mempengaruhi Perawatan Perineum

- Gizi terutama Protein
- Obat - obatan
- Keturunan
- Sarana dan Prasarana (Ada antiseptik)
- Budaya

DOKUMENTASI





B P M
SITI JULAEHA
 Jl. Delima 7 No. 14 - Pekanbaru
 HP. 0813 7121 7135

Schaile

KARTU IBU HAMIL

Nama Ibu : Ny. Winda Umur 21 Th
 Pekerjaan : Kary Swasta
 Nama Suami : Tn. Wahyu Umur 22 Th
 Pekerjaan : Mas Swasta
 Alamat : 21 Melati Indah

No. HP : 082172495669
 G : P : 0 A : 0 H : 0
 HPHT : 22 09 - 2021
 TP : 29 01 - 2022
 LILA : 31 cm TB : 160 cm

Disusun Dan Revisi

