

LAMPIRAN 1 SURAT IZIN PENGAMBILAN KASUS



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN

POLTEKKES KEMENKES RIAU
Jl. Melur Nomor 103 Pekanbaru Kode Pos. 28122 Telepon : (0761) 36581 Fax : (0761)
20656
Email : poltekkespekanbaru@yahoo.co.id Website : www.pkr.ac.id



Nomor : PP.03.01/3.5/0455/2022
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

28 Januari 2022

Yth. Pimpinan Klinik Pratama Arrabih
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	Tingkat/Semester
1	Rahma Pertiwi	P031915401067	III/VI
2	Berliana Anggriyani	P031915401004	III/VI
3	Nur Arisah	P031915401022	III/VI
4	Widiya	P031915401038	III/VI
5	Wahyuni Khusnul Savaroh	P031915401037	III/VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di Klinik Pratama Ar-Rabih 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

LAMPIRAN 2 SURAT BALASAN KLINIK



KLINIK PRATAMA ARRABIH

Jl. Cendrawasih No.27 Tangkerang Tengah
Pekanbaru HP. 08126875999
SIP : No. 2/05.13/BPTM/1/2016

Nomor : 036/SIB/III/2022
Hal : Surat Balasan Penelitian

Kepada Yth,
Direktur Poltekkes Kemenkes Riau
Di Tempat

Dengan Hormat

Menindak lanjuti surat pengambilan kasus laporan tugas akhir mahasiswa Poltekkes kemenkes Riau, Nomor : PP.03.01/3.5/0455/2022, kami dari pihak Klinik Pratama Arrabih yang bertempat di Jl. Cendrawasih No. 27, Tangkerang Tengah, Marpoyan Damai sangat terbuka untuk menerima mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau dalam pengambilan kasus laporan tugas akhir, dibawah ini :

Nama :

1. RAHMA PERTIWI
2. BERLIANA ANGGRIYANI
3. NUR ARISAH
4. WIDIYA
5. WAHYUNI KHUSNUL SAVAROH

Judul : PEMANTAUAN KASUS PADA IBU MULAI DARI KEHAMILAN
TRIMESTER III, PERSALINAN, NIFAS, NEONATUS, DAN KB SECARA
BERKELANJUTAN

Dengan ini kami menyatakan bahwa Mahasiswa tersebut di atas telah melakukan Laporan Tugas Akhir dengan baik dan lancar.
Demikian surat balasan ini kami buat.

Pekanbaru, 23 Maret 2022
Pimpinan Klinik Pratama Arrabih



(Endrawana, A.Md, Keb)

LAMPIRAN 3 KSPR

Kartu Skor Poedji Rochjati							
I KEL.F.R.	II NO.	III Masalah / Faktor Resiko	SKOR	IV Triwulan			
				I	II	III.1	III.2
				Skor Awal Ibu Hamil			
			2	2			
I	1	Terlalu muda hamil I ≤ 16 Tahun	4				
	2	Terlalu tua hamil I ≥ 35 Tahun	4				
		Terlalu lambat hamil I kawin ≥ 4 Tahun	4				
	3	Terlalu lama hamil lagi ≥ 10 Tahun	4				
	4	Terlalu cepat hamil lagi ≤ 2 Tahun	4				
	5	Terlalu banyak anak, 4 atau lebih	4				4
	6	Terlalu tua umur ≥ 35 Tahun	4				4
	7	Terlalu pendek ≥ 145 cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9		Pernah melahirkan dengan a. terikan tang/vakum	4			
		b. uri dirogoh	4				
		c. diberi infus/transfusi	4				
10	Pernah operasi sesar	8					
II	11	Penyakit pada ibu hamil Kurang Darah b. Malaria,	4				
		TBC Paru d. Payah Jantung	4				
		Kencing Manis (Diabetes)	4				
		Penyakit Menular Seksual	4				
12	Bengkak pada muka / tungkai dan tekanan darah tinggi.	4					
13	Hamil kembar	4					
14	Hydramuion	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	Preeklampsia/kejang-kejang	8				
		JUMLAH SKOR					10

1. Tanggal: 16 Januari 2022
 2. Nama bidan: Endang Wina
 3. Tempat persalinan:
 Rumah Ibu Puskesmas
 Polindes Rumah Sakit
 Klinik Swasta Lainnya:
 4. Alamat tempat persalinan: Jl. Endang Wina
 5. Catatan: rujuk, kala: I/II/III/IV
 6. Alasan merujuk:
 7. Tempat rujukan:
 8. Pendamping pada saat merujuk:
 Bidan Teman
 Suami Dukun
 Keluarga Tidak ada

KALA I
 9. Partogram melewati garis waspada: Y ①
 10. Masalah lain, sebutkan:
 11. Penatalaksanaan masalah tsb:
 12. Hasilnya:

KALA II
 13. Episiotomi:
 Ya, Indikasi
 Tidak
 14. Pendamping pada saat persalinan
 Suami Teman Tidak ada
 Keluarga Dukun
 15. Gawat Janin:
 Ya, tindakan yang dilakukan
 a.
 b.
 c.
 Tidak
 16. Distosia bahu:
 Ya, tindakan yang dilakukan
 a.
 b.
 c.
 Tidak
 17. Masalah lain, sebutkan:
 18. Penatalaksanaan masalah tersebut:
 Penatalaksanaan tali pusat segeper
 19. Hasilnya:

KALA III
 20. Lama kala III: 10 menit
 21. Pemberian Oksitosin 10 U im?
 Ya, alasan
 Tidak, alasan
 22. Pemberian ulang Oksitosin (2x)?
 Ya,
 Tidak, alasan

PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

Jam Ke	Waktu	tekanan darah	Nadi	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Perdarahan
1	10-45	141/80 mmHg	86x/m	36.6°C	2 Jam & post	Baik	Tidak penuh ± 50 cc
	11-00	140/82 mmHg	86x/m		2 Jam & post	Baik	Tidak penuh ± 50 cc
	11-15	138/80 mmHg	84x/m		2 Jam & post	Baik	Tidak penuh ± 50 cc
	11-30	130/78 mmHg	82x/m		2 Jam & post	Baik	Tidak penuh ± 50 cc
2	12-00	120/70 mmHg	80x/m	36.7°C	2 Jam & post	Baik	Tidak penuh ± 50 cc
	12-30	120/70 mmHg	82x/m		2 Jam & post	Baik	Tidak penuh ± 50 cc

Masalah kala IV:
 Penatalaksanaan masalah tersebut:
 Hasilnya:

24. Memasa fundus uteri:
 Tidak, alasan
 25. Plasenta lahir lengkap (intact) Ya Tidak
 Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan:
 a.
 b.
 26. Plasenta tidak lahir > 30 menit: Ya Tidak
 Ya, tindakan:
 a.
 b.
 c.
 27. Lacerasi:
 Ya, dimana
 Tidak
 Jika lacerasi perineum, derajat: 1/2/3/4
 Tindakan:
 Penjahitan, dengan / tanpa anastesi
 Tidak dijahit, alasan
 29. Atoni uteri:
 Ya, tindakan
 a.
 b.
 c.
 Tidak + 100 ml
 30. Jumlah perdarahan:
 31. Masalah lain, sebutkan:
 32. Penatalaksanaan masalah tersebut:
 33. Hasilnya:

BAYI BARU LAHIR:
 34. Berat badan: 3900 gram
 35. Panjang: 50 cm
 36. Jenis Kelamin: L/P
 37. Penilaian bayi baru lahir: baik ada penyulit
 38. Bayi lahir:
 Normal, tindakan:
 mengeringkan
 menghangatkan
 rangsang taktil
 Bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 Asfiksia ringan/pucat/biru/emas, tindakan:
 mengeringkan bebaskan jalan napas
 rangsang taktil menghangatkan
 bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 lain-lain sebutkan
 Cacat bawaan, sebutkan:
 Hipotermi, Tindakan:
 a.
 b.
 c.
 39. Pemberian ASI
 Ya, waktu: 2 jam setelah bayi lahir
 Tidak, alasan
 40. Masalah lain, sebutkan:
 Hasilnya:

LAMPIRAN 5 PENAPISAN IBU BERSALIN

PENAPISAN IBU BERSALIN

Nama : Mj-R

RR :

Umur : 30 thn

RS/RB :

G...S...P...y...A...o...H...y...

Tgl : 16-01-2022

	YA	TIDAK
1. Riwayat operasi sesar	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2. Pendarahan pervaginam	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
3. Persalinan kurang bulan (UK < 37 minggu)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
4. Ketuban pecah dengan mekonium kental	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
5. Ketuban pecah lama (> 24 jam)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
6. Ketuban pecah pada persalinan UK < 37 minggu	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
7. Ikterus	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
8. Anemia berat	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
9. Tanda gejala infeksi	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
10. Preeklamsia / hipertensi dalam kehamilan	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
11. TFU 40 cm atau lebih	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
12. Gawat janin	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
13. Primipara, fase aktif penurunan kepala 5/5	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
14. Presentase bukan belakang kepala	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
15. Presentase majemuk	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
16. Kehamilan gemeli	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
17. Tali pusat menubung	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
18. Syok	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Rujuk ibu

Apabila didapati salah satu atau lebih penyakit.

Pemeriksa 16-01-2022

LAMPIRAN 6 EPDS

Kuesioner
Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)

Nama : Rahmiah
Tanggal Lahir : 07 November 1995
Tanggal Kelahiran bayi : 16 Januari 2022
Alamat : J. Nuri
No. Telepon : 08XXXXXXXX

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 jawaban nya.

Saya merasa Bahagia:

Ya, Setiap Saat
 Ya, Hampir setiap saat
 Tidak, tidak terlalu Sering
 Tidak pernah sama sekali

Arti jawaban diatas ialah: "saya merasa bahagia di hampir setiap dalam satu minggu terakhir ini.
Mohon dilengkapi pertanyaan lain dibawah ini dengan cara yang sama.

Dalam 7 hari terakhir:

1. Saya mampu teratawa dan merasakan hal hal yang menyenangkan

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

2. Saya melihat segala sesuatu nya kedepan sangat menyenangkan

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

3. * Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagai mana mestinya

Ya, setiap saat
 Ya, kadang kadang
 Tidak terlalu sering
 Tidak pernah sama sekali

4. Saya merasa cemas atau merasa hawatir tanpa alasan yang jelas

Tidak pernah sama sekali
 Jarang jarang
 Ya, kadang kadang
 Ya, sering sekali

5. Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas

Ya, cukup sering
 Ya, kadang kadang
 Tidak terlalu sering
 Tidak pernah sama sekali

6. * Segala ssuatunya terasa sulit untuk dikerjakan

Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya
 Ya, kadang kadang saya tidak mampu menangani seperti biasanya
 Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tangani
 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
- 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
Tanggal

: Nur Arisa
: 20 Januari 2022

LAMPIRAN 7 LEAFLET SENAM HAMIL

SYARAT MENGIKUTI SENAM HAMIL

Ada beberapa syarat yang harus diperhatikan oleh ibu hamil sebelum mengikuti senam hamil. Menurut Mochtar (1998), syarat tersebut antara lain :

- Telah dilakukan pemeriksaan kesehatan dan kehamilan oleh dokter atau bidan.
- Latihan dilakukan setelah kehamilannya mencapai 22 minggu.
- Latihan dilakukan secara teratur dan disiplin, dalam batas kemampuan fisik ibu.
- Setidaknya latihan dilakukan di rumah sakit atau klinik bersalin dibawah pimpinan instruktur senam hamil.

WAKTU PELAKSANAAN SENAM HAMIL

Senam hamil dianjurkan dilakukan ketika janin dalam kandungan telah berusia lebih dari 3 bulan, karena sebelum usia kandungan menginjak 3 bulan pelekakan janin di dalam uterus belum terlalu kuat. Hal ini dimaksudkan untuk menghindari resiko abortus (Kusnantanti dkk, 2004).



DEFINISI SENAM HAMIL

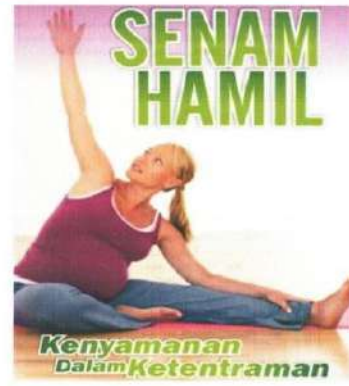
Senam hamil ialah suatu bentuk latihan guna memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut, ligament-ligament, otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan (FK Unpad, 1998).

TUJUAN KHUSUS :

- Memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut, otot-otot dasar panggul, ligamen dan jaringan serta fisia yang berperan dalam mekanisme persalinan.
- Melonggarkan persendian-persendian yang berhubungan dengan proses persalinan.
- Membentuk sikap tubuh yang prima sehingga dapat membantu mengatasi kelelahan-kelelahan, letak janin dan mengurangi sesak nafas.
- Menguasai teknik-teknik pernafasan dalam persalinan.
- Dapat mengatur diri kepada ketenangan.

Senam Hamil

For a Healthy Baby



POLTEKES KEMENKES RIAU
PRODI DIII KEBIDANAN TK. 2A

GERAKAN SENAM HAMIL

- Gerakan pertama yaitu posisi berdiri dan tangan di pinggang, gerakan leher ke kanan dan kiri untuk meregangkan otot leher.
- 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.
- Tidur telentang dengan satu kaki lurus dan satu kaki ditekuk kemudian dorong kembali ke depan. Lakukan bergantian dengan kaki lainnya. Caranya untuk mengaktifkan otot paha.
- Pada gerakan ini yaitu berbaring dengan posisi miring. Angkatlah kaki perlahan-lahan lalu turunkan. Lakukan bergantian dengan kaki satunya. Caranya untuk mengaktifkan otot paha.
- Selanjutnya berbaring telentang, kedua lutut dipegang dengan tangan, kemudian tarik nafas dan berlatih mengedan.
- Sikap merangkak, letakkan kepala di antara ke dua tangan, lalu menoleh ke samping. Selanjutnya turunkan badan sehingga dada menyentuh kasur. Berhenti pada posisi ini selama kurang lebih 1 menit.

NB : Gerakan ini sangat esensial untuk ibu yang bayinya masih belum masuk pinggul (sungsiang).

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

DIII KEBIDANAN 1A

LAMPIRAN 8 SENAM NIFAS

B. tubuh tetap berbaring, kedua kaki ditekuk. 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 kelelahan




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 BAB.







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 sebelahny.
2. Tubuh berbaring, kedua kaki ditekuk, tangan disamping tubuh. Lalu pantat agak diangkat tinggi, tahan sebenar lalu turunkan
3. A. latihan otot perut. Berbaring, kedua kaki ditekuk, angkat kepala dan kedua tangan lurus menyentuh kedua lutut kaki.

LAMPIRAN 9 LEAFLET PERAWATAN PAYUDARA

PENGURUTAN KEKIGA



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 dirawat 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 :

- Kompres kedua puting susu dengan kapas yang telah di basahi minyak atau baby oil selama lebih kurang 5 menit agar kelenjar disekitar puting susu mudah terangkat.
- Jika puting susu normal, lakukan perawatan berikut :
 - Oleskan minyak pada ibu jari dan telunjuk lalu ketukkan keatasnya pada puting susu. Lakukan gerakan memutar kearah dalam sebanyak 30 kali putaran untuk kedua puting susu.
 - Gerakan tersebut bertujuan meningkatkan Elastisitas otot puting susu.
- 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 diperlakukan 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 IBI 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 :

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

PENGURUTAN PERTAMA



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

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

LAMPIRAN 10 LEAFLET PIJAT BAYI

A. Pijatan "Matahari Bulan"

- 1) Dengan tangan kanan, buatlah arah bulan separuh yang terbalik dari arah kiri ke kanan
- 2) Tangan kanan diatas, dan tangan kiri di bawah dan lakukan gerakan memutar mengikuti arah jarum jam dengan membentuk langkaran 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 lengan, 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.





PIJAT BAYI



PRODI D-III KEBIDANAN
POLTEKES KEMENKES
RIAU



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

5. Punggung (Memperkuat otot untuk menyanggah tulang belakang)

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




PENGERTIAN

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

MANFAAT PIJAT BAYI

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 tua dan bayi



HAL-HAL YANG TIDAK DI-ANURUKAN UNTUK 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 PIJAT 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 beakng 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 kupa-kupa



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.



LAMPIRAN 11 LEAFLET KB

Apa Saja manfaatnya???

- Menurunkan risiko infeksi rahim dan serviks
- Menegakkan pantiyang memuat seksual
- Menurunkan angka kematian ibu dan bayi dan membentuk keluarga bahagia dan sejahtera
- Serta meningkatkan beban ekonomi keluarga

Apa sih KB itu??

KB adalah suatu upaya untuk mengatur jumlah dan jarak antara kelahiran anak guna meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga

Tujuan Program KB

Untuk memperkecil angka kelahiran, menjaga kesehatan ibu dan anak serta membatasi kehamilan jika jumlah anak sudah mencukupi

Siapa saja yang harus memakai KB

Yakni pasangan usia subur yang ingin menunda kehamilan, menjarakkan kehamilan atau mengakhiri kehamilan

Metode Kontrasepsi

Merupakan cara, alat, obat2an yang di gunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan yakninya:

1. metode laktasi
2. Kondom
3. Pil KB
4. KB suntik
5. Implan/susuk
6. IUD/ spiral

KONDOM

Keuntungan:	Keterbatasan:
#Efektif bila di gunakan dengan benar.	#Efektivitas tidak terlalu tinggi
#Tidak mengganggu ASI	#Agak mengganggu hubungan seksual
#Murah dan mudah di dapat	#Bisa terjadi alergi bahan dasar kondom
#mencegah	

MAL

Metode KB yang cocok untuk ibu rivas syarahnya:

- Menyusui bayi secara eksklusif setelah melahirkan
- Belum haid

Pil KB

• Efektif bila digunakan dengan benar

• Tidak mengganggu hubungan seksual

• Harus di maum setiap hari

Terdapat 2 macam

> Pil kombinasi > Mini pil

KB SUNTIK

Suntikan 1 bulan	Suntikan 3 bulan
Mengandung estrogen dan progesterone.	Mengandung progesterone saja.
Mengganggu produksi asi.	Tidak mengandung produksi asi
Harus datang setiap 1 bulan	Harus datang setiap 3 bulan dan dapat mengganggu haid

Implan/susuk KB

Di pasang di lengan atas bagian dalam

- Mengandung hormone progesterone
- Tidak mengganggu asi dan hubungan seks
- Dapat di cabut sesuai kebutuhan dan kesuburan
- Dapat merubah pola haid
- Dan terjadi perubahan berat badan

IUD/Intra Uterine Device

Spiral di tanam di dalam rahim untuk mencegah pertemuan sel telur dengan sperma.

1. Efektif tinggi
2. Jangka panjang 3-10 tahun
3. Tidak mengganggu produksi asi
4. Tidak mengganggu hubungan seks
5. Tidak menimbulkan infeksi


LAMPIRAN 12 LEMBAR KONSUL

Pembimbing 1: Lailiyana, SKM, MKM

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

Nama mahasiswa : Nur Arisah
 NIM : P0315401022
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. R di Klinik Arrabih Kota Pekanbaru
 Pembimbing : 1. Lailiyana, SKM, MKM
 2. Siska Helina, SST, M.Keb

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1	27-01-2021	SOAP ANC	Perbaiki SOAP	<i>del.</i>	<i>67</i>
2	4-2-2022	SOAP IMC	Perbaiki plan	<i>del.</i>	<i>67</i>
3	26/3-2022	Bab 1-V	kegiatan dan s20	<i>del.</i>	<i>67</i>
4	28/3 2022	Bab 3-V	Perbaiki asuhan per	<i>del.</i>	} <i>67</i>
5		Daftar Riwayat	long & pengisian		
6			daftar riwayat		
7	30/3 2022	Bab 1-V	acc ujian	<i>del.</i>	<i>67</i>
8					
9					
10					
11					
12					

Pekanbaru, Maret 2022
 Pembimbing I

Lailiyana, SKM, MKM
 NIP. 19720701972012001

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

Nama Mahasiswa : Nur Arisah
 NIM : P031915401022
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.R di Klinik Pratama Arrabih kota Pekanbaru
 Pembimbing I : Lailiyana, SKM, MKM

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	28-01-2022	Revisi Bab 2-5	Perbaiki Abstrak & Pembahasan		<i>67</i>
2.	02-06-2022	Abstrak Pembahasan	Tuliskan pembahasan Perbaiki Daftar Riwayat		<i>67</i>
3.	3/6 -2022	Abstrak	acc ujian		<i>67</i>

Pembimbing 2: Siska Helina, SST.M.Keb

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

Nama Mahasiswa : Nur Arisah
 NIM : P031915401022
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. R di Klinik Pratama Arrabih
 Pembimbing I : Lailiyana, SKM, MKM
 Pembimbing 2 : Siska Helina, SST, M.Keb

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	25-03-2022	Bab I-V	Perbaikan Referensi	<i>Nur</i>	<i>Siska</i>
2.	30-03-2022	Bab I-V	ACC usman	<i>Nur</i>	<i>Siska</i>
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					

Pekanbaru, Maret 2022
 Pembimbing 2
Siska
 Siska Helina, SST, M.Keb
 Nip. 198006152006042004

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

Nama Mahasiswa : Nur Arisah
 NIM : P031915401022
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.R di Klinik Pratama Arrabih kota Pekanbaru
 Pembimbing II : Siska Helina, M. Keb

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	01-06-2022	Abstrak		<i>Nur</i>	<i>Siska</i>
2.					
3.					

LAMPIRAN 13 DOKUMENTASI



