

# LAMPIRAN



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

POLTEKES 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.03.01/3.5/0451/2022

28 Januari 2022

Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

Yth. Pimpinan PMB Kismawati  
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
1	Mayang Tri Andini Putri	P031915401056	III
2	Yenisha Cherina	P031915401080	III

akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Kismawati 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**



**PRAKTEK MANDIRI BIDAN  
KISMAWATI SST**  
Jl. Garuda Kota Pekanbaru

Nomor :  
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 : Kismawati SST  
Jabatan : Pimpinan PMB Kismawati SST

Menerangkan Bahwa  
Nama : Mayang Tri Andini Putri  
NIM : P031915401056  
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.M di PMB Efrina, Amd. Keb".

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 27 Maret 2022

Pimpinan

Kismawati SST

**SURAT PERNYATAN  
PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIE**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Siska Nengsih  
Umur : 25 Tahun  
Pekerjaan : IRT  
Alamat : Jl. Bahana II

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa setelah memahami semua penjelasan yang berkaitan dengan prosedur pengambilan kasus untuk Laporan Tugas Akhir Mahasiswa Program Studi D-III Kebidanan Poltekkes Kmenkes Riau. Maka dengan ini saya setuju menjadi Klien/Pasien dalam studi kasus Mahasiswa :


Nama : Mayang Tri Andini Putri  
Nim : P031915401056  
Judul : Asuhan kebidanan pada Ny. S di PMB kismawati  
Kota Pekanbaru

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Pekanbaru, 22 November 2021

Yang menyatakan,

Menyetujui  
Suami/Keluarga

  
( )

Klien/Pasien

  
(Siska Nengsih)

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

Nama mahasiswa : Mayang Tri Andini Putri  
 NIM : P031915401056  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S di PMB Kismawati Kota Pekanbaru  
 Pembimbing : I. Hj. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1	12 - 01 - 2022	cover, BAB I Bab II	Cover 1spasi - perbaiki smutambok materi yg & tmbahi	[Signature]	[Signature]
2	24 - 01 - 2022	Bab II Bab IV	- teori masa prenatal y asuhan - perbaiki SOAP yg belum lengkap	[Signature]	[Signature]
3	28 - 01 - 2022	Bab III Bab IV	- cek referensi Teri dg DP - pembahasan Gc ulang	[Signature]	[Signature]
4	04 - 02 - 2022	Bab IV	- lengkapi dan tambah lagi data SOAP	[Signature]	[Signature]
5	09 - 03 - 2022	Bab IV	- kondisi intervensi yg dilakukan ANE, bersalin dgn Neo	[Signature]	[Signature]
6	16 - 03 - 2022	Bab IV	Pembahasan di Sugkroni cas km dan data, teori,	[Signature]	[Signature]
7	24 - 03 - 2022	Bab V	- ANE berp x? - IWE : Kala? - NFA : Gp x - NCO berp x	[Signature]	[Signature]
8	25 - 03 -	acc usun		[Signature]	[Signature]

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

Nama mahasiswa : Mayang Tri Andini Putri  
 NIM : P031915401056  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S di PMB Kismawati Kota Pekanbaru  
 Pembimbing : 1. Findy hindratni SST,M.Keb

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1	Jumat 11-03-2022	Soap	Penulisan packe suap	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
2	Rabu 22-03-2022	bab I bab IV	Perbaikan / Revisi tentang penulisan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3	Kamis 23-03-2022	bab II bab III	Penulisan packe bab II, Bab III	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
4	Senin 30-05-2022	bab I bab II	Penulisan dan merang	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
5	Jumat 01-06-2022	bab IV Pembahasan	Penulisan dan merang	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
6	Senin 6-06-2022	bab V revisi Pembahasan	Penulisan dan merang	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
7	Rabu 9-06-2022	Acc	Acc magu	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>

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

Nama : Ny. S                      Umur Ibu : 25Tahun  
 Hamil ke : 2,                      Haid terakhir tgl :24-03-2021  
 Perkiraan Persalinan tgl : 31/12/2021      Pendidikan ibu : SMA  
 Pendidikan Suami : SMA              Pekerjaan ibu : IRT  
 Pekerjaan Suami : buruh

I	II	III	IV				
KEL. F.R	NO	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	Tribulan			
				I	II	III	IV
		Skor Awal Ibu Hamil	2			2	
<b>I</b>	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				
<b>II</b>	11	Penyakit pada ibu hamil	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				
<b>III</b>	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Pre-eklamsia/Kejang-kejang	8				
		<b>JUMLAH SKOR</b>				<b>2</b>	

## PENAPISAN IBU BERSALIN

Nama : Ny. S

RR :

Umur : 25 Tahun

RS/RB : PMB Siti Julaeha G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub>H<sub>1</sub>

Tanggal : 17 Desember 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 dalam 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		✓

Sumber: Asuhan Persalinan Normal

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





### CATATAN PERSALINAN

- Tanggal: 17/12/2021
- Nama bidan: Kismewati
- Tempat persalinan:
  - Rumah Ibu
  - Polindes
  - Klinik Swasta
  - Puskesmas
  - Rumah Sakit
  - Lainnya: PMB
- Alamat tempat persalinan: .....
- Catatan: rujuk, kala: I/II/III/IV
- Alasan merujuk: .....
- Tempat rujukan: .....
- Pendamping pada saat merujuk:
  - Bidan
  - Suami
  - Keluarga
  - Teman
  - Dukun
  - Tidak ada

#### KALA I

- Partograf melewati garis waspada:  Ya  Tidak
- Masalah lain, sebutkan: .....
- Penatalaksanaan masalah tsb: .....
- Hasilnya: .....

#### KALA II

- Episiotomi:
  - Ya, Indikasi
  - Tidak
- Pendamping pada saat persalinan:
  - suami
  - keluarga
  - teman
  - dukun
  - tidak ada
- Gawat janin:
  - Ya, tindakan yang dilakukan:
    - .....
    - .....
    - .....
  - Tidak
- Distosia bahu
  - Ya, tindakan yang dilakukan:
    - .....
    - .....
    - .....
  - Tidak
- Masalah lain, sebutkan: .....
- Penatalaksanaan masalah tersebut: .....

#### KALA III

- Lama kala III: + 15 menit
- Pemberian Oksitosin 10 IU IM?
  - Ya, waktu: 1 menit sesudah persalinan
  - Tidak, alasan: .....
- Pemberian ulang Oksitosin (2x)?
  - Ya, alasan: .....
  - Tidak
- Peregangan tali pusat terkendali?
  - Ya
  - Tidak, alasan: .....

#### PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

Jam Ke	Waktu	Tekanan Darah	Nadi	Temperatur	Tinggi fundus uteri	Kontraksi uterus	Kandung kemih	Perdarahan
1.	17.30	130/80	95°	36.5°	2 jari d. pusat	baik	Tidak penuh	normal
	17.45	130/80	95°		2 jari d. pusat	baik	Tidak penuh	normal
	18.00	130/80	95°		2 jari d. pusat	baik	Tidak penuh	normal
2.	18.15	130/80	95°		2 jari d. pusat	baik	Tidak penuh	normal
	18.45	120/90	95°	36.4°	2 jari d. pusat	baik	Tidak penuh	normal
	19.15	120/90	90		2 jari d. pusat	baik	Tidak penuh	normal

- Masalah Kala IV: .....
- Penatalaksanaan yang dilakukan untuk masalah tersebut: .....
- Bagaimana hasilnya? .....

- 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:
    - Ya dimana: .....
    - Tidak
  - Jika laserasi perineum, derajat: 1/2/3/4
    - Tindakan:
      - Penjahitan dengan / tanpa anestesi
      - Tidak dijahit; alasan: .....
  - Atonia uteri:
    - Ya, tindakan:
      - .....
      - .....
      - .....
    - Tidak
  - Jumlah perdarahan: + 150 ml
  - Masalah lain, sebutkan: .....
  - Penatalaksanaan masalah tersebut: .....
  - Hasilnya: .....
- BAYI BARU LAHIR:**
- Berat badan: 3.500 gram
  - Panjang: 50 cm
  - Jenis kelamin: L /  P
  - Penilaian bayi baru lahir: Baik / ada penyulit
  - Bayi lahir
    - Normal tindakan:
      - mengeringkan
      - menghangatkan
      - rangsangan taktil
      - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
      - tindakan pencegahan infeksi mata
    - Astiksia ringan / pucat / biru / lemas, tindakan:
      - mengeringkan
      - menghangatkan
      - rangsangan taktil
      - lain-lain, sebutkan: .....
    - bebaskan jalan napas
    - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
  - Cacat bawaan, sebutkan: .....
  - Hipertemia, tindakan:
    - .....
    - .....
    - .....
  - Pemberian ASI
    - Ya, waktu: segera, jam setelah bayi lahir
    - Tidak, alasan: .....
  - Masalah lain, sebutkan: .....
  - Hasilnya: .....

## SKRINING EPDS

### Kuesioner Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)

Nama : Ny. S  
 Tanggal Lahir : 25 Tahun  
 Tanggal Kelahiran bayi : 17 Desember 2021  
 Alamat : Jl. Bahana II  
 No. Telepon : 08 53 - xxx-xxx

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

# LEFLEAT

## Apa itu Senam Nifas?

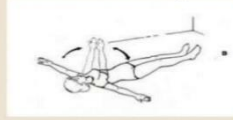
Senam nifas ialah gerakan-gerakan yang ditujukan untuk ibu yang sudah melahirkan, cara melakukan senam nifas terbilang mudah. Bahkan gerakan senamnya juga dilakukan dengan posisi berbaring, yang sangat pas untuk ibu yang sudah melahirkan. Gerakan senam nifas terdiri dari 10 gerakan, dan dilakukan secara berurutan. Manfaat dari melakukan gerakan senam nifas ini yaitu untuk melatih otot-otot perut

### Hari Pertama : Olah Nafas



Ibu berbaring dengan nyaman di tempat yang datar, lalu melakukan tarik napas dalam, tahan napas dalam hitungan ke 5 atau hitung sampai 8, setelah itu keluarkan secara perlahan. Lakukan latihan pernapasan tersebut 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 di atas kepala. Lakukan sebanyak 5-10 kali.

### Hari Ketiga : Gerak Pantat



Pada hari ketiga, posisi dilakukan dengan berbaring, namun telapak kaki menyentuh lantai. Sehingga lutut akan tampak seperti ditebuk. Angkat pantat keatas, lalu tahan dan hitung sampai 3 atau 5, turunkan pantat secara perlahan.

### Hari Keempat : Gerak Atas



Posisi tubuh terlentang, dengan telapak kaki menyentuh lantai, dan lutut ditebuk dengan sudut 45 derajat. Lalu gunakan satu tangan untuk memegang perut. Angkat tubuh ke atas dengan sudut kurang lebih 45 derajat, lalu tahan sampai hitungan ke 3 atau 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 ditebuk sebelah kiri, maka tangan yang digunakan yaitu sebelah kanan (begitu juga sebaliknya). Usahakan tangan yang berlawanan, mampu menyentuh lutut yang ditebuk.

### Hari Keenam : Gerak tekuk kaki



Posisi dilakukan dengan berbaring (terlentang), tekuk lutut sampai membentuk sudut lurus ke atas (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 aman. Angkat kaki ke atas kurang lebih setinggi 20 cm sampai 30 cm. Turunkan secara perlahan, dan lakukan secara bergantian antara kaki kiri dengan kaki yang kanan.

### Hari Kedelapan : Gerak perut



Angkat perut ibu ke atas dan kebawah (gerakan dilakukan hanya otot perut saja).

### Hari Kesembilan: Gerak angkat 2 kaki

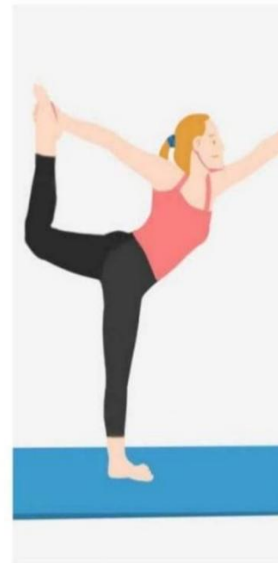


Rapatkan kedua kaki, lalu angkat kedua kaki secara bersamaan dengan sudut lurus atau membentuk sudut 90 derajat. Turunkan kedua kaki kebawah secara perlahan

### 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*

Oleh :

Sarita Azharia Viandri  
P031915401074



### TANDA-TANDA INFEKSI TALI PUSAT

1. Pangkal tali pusat atau sekitarnya berwarna merah atau bengkak.
2. Keluar cairan yang berbau dan berminyak.
3. Ada darah yang keluar terus-menerus.
4. Kejang.
5. Bayi mengalami demam.

### HAL-HAL YANG PERLU DI PERHATIKAN DALAM PERAWATAN TALI PUSAT

1. Jangan menggunakan plester dalam membalut tali pusat bayi karena dapat menyebabkan
2. Daerah tali pusat dan sekitarnya harus selalu dalam keadaan kering dan bersih
3. Jangan mengoleskan alkohol atau betadine pada tali pusat karena akan menyebabkan tali pusat menjadi lembab
4. Lipatlah popok di bawah puntung tali pusat
5. Bila terdapat tanda-tanda infeksi pada tali pusat, seperti kemerahan atau mengeluarkan nanah atau darah dan berbau segera hubungi petugas kesehatan
6. Jangan membungkus pusat atau mengoleskan bahan atau ramuan apapun ke puntung tali pusat

## PERAWATAN TALI PUSAT



OLEH :

MELLI ANNA BR. SIAAGIAN

PO31813401020

POLYTEKNIK KEMENKES RIAU

### PENGERTIAN



Perawatan tali pusat adalah tindakan perawatan pada tali pusat bayi baru lahir (BBL) sejak di potongnya tali pusat sampai tali pusat kering dengan tujuan untuk mencegah infeksi pada tali pusat bayi dan mempercepat penyembuhan luka bekas pemotongan tali pusat

### TUJUAN

- > Mencegah infeksi.
- > Mempercepat proses pengeringan tali pusat.
- > Mempercepat terlepasnya tali pusat.
- > Mencegah terjadinya tetanus pada bayi baru lahir.

### ALAT DAN BAHAN

1. Air hangat
2. Kapas
3. Kassa steril
4. Sarung tangan steril (handscoon)

### CARA PERAWATAN TALI PUSAT



1. Cuci tangan dengan sabun sampai bersih, keringkan dengan handuk bersih.
2. Turunkan sedikit bagian atas popok agar tidak bersentuhan dengan tali pusat.
3. Buka balutan pada tali pusat yang akan di ganti dengan lembut dan hati-hati.

4. Bersihkan tali pusat dan daerah sekitar tali pusat menggunakan kapas yang di basahi dengan menggunakan air hangat dengan lembut dan hati-hati.
5. Keringkan tali pusat dan balut kembali dengan menggunakan kassa steril.

### WAKTU PERAWATAN TALI PUSAT

1. Sehabis mandi pagi atau sore.
2. Sewaktu-waktu bila balutan tali pusat basah oleh air kencing atau kototran bayi.
3. Lakukan sampai tali pusat kering.



#### Perut



Lakukan gerakan memijat di atas perut bayi seperti mengayuh sepeda dari atas ke arah bawah perut kemudian angkat kedua kaki bayi Anda & tekan lututnya perlahan-lahan ke arah perut.

#### I Love You



#### I

Buatlah sebuah bentuk huruf "I" melalui usapan dengan tangan kanan Anda berada di perut sebelah kiri bayi (kanan Anda)

#### Love

Buatlah huruf "L" terbalik mulai dari kiri ke kanan

#### You

Buatlah huruf "U" terbalik, mulai dari kiri ke kanan. Saat Anda menjalankan gerakan ini, ucapkan I Love You dengan nada yang lembut.

#### Tangan dan Kaki



Peganglah lengan bayi dengan kedua telapak tangan seperti memegang pemukul softball,

dengan gerakan seperti memerah, pijat tangan bayi dari bahu ke pergelangannya.

Lakukan gerakan kebalikan dari pergelangan ke arah pangkal lengannya. Tarik lembut jari-jari bayi Anda dengan gerakan memutar. Dengan kedua ibu jari secara bergantian, pijat seluruh permukaan telapak tangan untuk membuat gerakan seperti menggulung.

Untuk kaki ikut cara yang sama seperti teknik memijat tangan.

#### Punggung



Pijat dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan di sepanjang punggungnya, luncurkan salah satu telapak tangan Anda dari leher sampai ke pantat bayi dengan sedikit tangan.

Dengan jari-jari Anda buat gerakan melingkar terutama pada otot di sebelah tulang punggung. Buat pijatan memanjang dengan telapak tangan dari leher ke kakinya untuk mengakhiri pijatan Anda.

Saat memijat, gunakan baby oil untuk mengurangi gesekan pada kulit bayi. Produk yang telah teruji kelembutannya secara klinis membantu meningkatkan sentuhan Anda, memijat jadi lebih mudah, bahkan lebih menyenangkan bagi Anda dan bayi Anda.

## PANDUAN MEMIJAT BAYI

PROGRAM STUDI  
KEBIDANAN (D-III)  
POLTEKES KEMENKES  
RIAU



Sentuh dan pijat bayi pada bayi setelah lahir dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh yang berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Pijat bayi bermanfaat bagi perkembangan fisik dan emosi bayi anda.

#### ▼ MANFAAT PIJAT BAYI SETIAP HARI ▼

1. Meningkatkan berat badan bayi
2. Meningkatkan pertumbuhan bayi
3. Meningkatkan daya tahan tubuh bayi karena sistem imun bayi diperkuat akibat efek pijatan
4. Membuat bayi tidur lebih lelap
5. Memacu sistem sirkulasi jantung bayi dan denyut jantung, pernafasan, pencernaan, dan sistem kekebalan tubuh.
6. Menambah ikatan batin antara bayi dengan orang tuanya.

#### ▼ WAKTU YANG TEPAT UNTUK MEMIJAT ▼

Pemijatan terhadap bayi dapat dilakukan kapan saja sesuai selera. Pijat bayi ini paling baik dilakukan setiap hari pada pagi hari sebelum mandi atau malam hari agar membantu bayi tertidur dengan nyenyak.

#### ▼ PERSIAPAN SEBELUM MEMIJAT ▼

Sebelum melakukan pijatan perhatikan hal berikut ini.

1. Tangan Anda sudah bersih dan hangat
2. Hindari kuku panjang dan lepaskan perhiasan Anda agar tidak melukai bayi Anda.
3. Pastikan ruangan hangat.
4. Bayi sudah selesai makan atau sedang tidak lapar.

5. Luangkan waktu Anda selama 15 menit dan tanpa adanya gangguan.
6. Duduk pada posisi yg nyaman dan tenang.
7. Baringkan bayi di atas permukaan kain yg rata, lembut, dan bersih.
8. Pakian bayi sebaiknya ditanggalkan.
9. Siapkan handuk, popok, ganti baju, dan minyak bayi (baby oil / lotion).

#### ▼ HAL-HAL YANG DIANJURKAN SELAMA PEMIJATAN ▼

1. Selalu memandang bayi selama pemijatan berlangsung.
2. Bernyanyi atau putan lagu yang tenaga atau lembut ketika pijatan berlangsung.
3. Awali pijatan dengan sentuhan ringan, dilanjut dengan penambahan tekanan sentuhan.
4. Selalu perhatikan isyarat yang diberikan bayi anda.
5. Mandikan bayi atau lap tubuh bayi bila pijatan dilakukan dengan melumuri bayi dengan baby oil.
6. Hindari mata bayi anda dari baby oil / lotion.
7. Konsultasikanlah pada dokter anak atau bidan untuk keterangan lebih lanjut mengenai pemijatan bayi.

#### ▼ HAL-HAL YANG TIDAK DIANJURKAN SELAMA PEMIJATAN ▼

1. Memijat langsung setelah bayi selesai makan.
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. Memaksa posisi pijat tertentu pada bayi.

#### ▼ LANGKAH-LANGKAH MEMIJAT ▼

##### Wajah



1. Tekan jari-jari Anda pada kening bayi, pelipis, dan pipi.
2. Gunakan kedua ibu jari untuk memijat daerah di atas alis.
3. Dengan tekanan lembut, tarik garis dengan ibu jari dari hidung bayi kearah pipinya.
4. Gunakan kedua ibu jari untuk memijat sekitar mulutnya, tarik sehingga bayi tersenyum.
5. Pijat lembut rahang bawah bayi Anda dari tengah ke samping seolah membuat bayi tersenyum.
6. Pijat secara lembut daerah di belakang telinga ke arah dagu.

##### Dada



Letakkan kedua tangan Anda di tengah dada bayi Anda dan gerakkan ke atas kemudian ke sisi luar tubuh dan kembali ke ulu hati tanpa mengangkat tangan seperti membentuk hati, lalu dari tengah dada bayi pijat menyilang dengan telapak tangan Anda ke arah bahu seperti membentuk kupu-kupu.

## Keluarga Berencana



### Apa itu KB ?

Keluarga berencana (KB) adalah gerakan untuk membentuk keluarga yang sehat dan sejahtera dengan membatasi kelahiran. Keluarga Berencana merupakan suatu program pemerintah yang dirancang untuk menyeimbangkan antara kebutuhan dan jumlah penduduk. Program keluarga berencana oleh pemerintah adalah agar keluarga sebagai unit terkecil kehidupan bangsa diharapkan menerima Norma Keluarga Kecil Bahagia dan Sejahtera (NKKBS) yang berorientasi pada pertumbuhan yang seimbang.

#### Tujuan Keluarga berencana (KB) :

Tujuan umum

Meningkatkan kesejahteraan ibu, anak dalam rangka mewujudkan NKKBS (Normal Keluarga Kecil Bahagia Sejahtera) yang menjadi dasar lewudnya masyarakat yang sejahtera dengan mengendalikan kelahiran sekaligus menjamin terkendalinya pertumbuhan penduduk.

Tujuan khusus

- Meningkatkan jumlah penduduk untuk menggunakan alat kontrasepsi.
- Menurunnya jumlah angka kelahiran bayi.
- Meningkatnya kesehatan keluarga berencana dengan cara penjarangan kelahiran

Perencanaan jumlah keluarga dengan pembatasan yang bisa dilakukan dengan penggunaan alat-alat kontrasepsi atau penanggulangan kelahiran seperti kondom, spiral, IUD, dan sebagainya.

### Jenis alat kontrasepsi dan fungsinya

#### PIL KB

Metode kontrasepsi dengan cara minum pil setiap hari dimana pil tersebut mengandung hormon estrogen dan progesterin, bekerja diserap oleh darah dan bekerja untuk menghentikan ovulasi. Alat kontrasepsi jenis ini pada umumnya perempuan sering mengalami efek samping akan tetapi bisa membantu mengurangi pendarahan menstruasi, mengurangi anemia dan kram pada perempuan.



#### SUNTIKAN

Metode Kontrasepsi dengan cara membenarkan suntikan secara berkala setiap satu atau dua bulan. Suntikan tersebut mengandung hormone progesterin (tanpa estrogen) yang bekerja menghentikan ovulasi. Metode Kontrasepsi ini sangat efektif dan aman bagi hampir semua perempuan, akan tetapi jika akan berhenti memerlukan beberapa waktu untuk program hamil kembali.



#### IMPLANT/SUSUK

Alat kontrasepsi dengan cara melekatkan/menanamkan 1,2 atau 6 kapsul plastik kecil yang mengandung hormone progesterin (tanpa estrogen), kapsul tersebut tidak hancur di dalam tubuh dan bersifat lentur. Pemasangan dan pencabutan sebaiknya dilakukan oleh petugas medis yang terlatih dengan tindakan operasi sederhana serta pembiusan lokal. Alat Kontrasepsi ini aman dan sangat efektif selama 3 tahun untuk 1-2 kapsul dan 5-6 tahun untuk 6 kapsul.



#### IUD

Alat Kontrasepsi dengan cara memasang alat kecil yang dipasang di dalam rahim, berbentuk rangka plastik yang lentur dengan lengan tembaga dan benang. Cara kerja utama mencegah sperma bertemu dengan sel telur, aman dan efektif serta tidak tergantung pada daya ingat. Bekerja hingga 10 tahun tergantung akan jenisnya.



#### KONDOM

Alat kontrasepsi pada pria dengan mencegah sperma dan air mani bertemu sel telur dengan berbentuk rangka karet yang lentur dan dipasang pada penis. Sangat aman dan efektif digunakan hanya satu kali saja. Alat kontrasepsi ini memberi perlindungan terhadap HIV/AIDS.



#### VASEKTOMI

Metode kontrasepsi pada pria dengan cara operasi kecil yang dilakukan untuk mencegah transportasi sperma pada testikel dan penis. Vasektomi bersifat permanen sangat efektif dan aman, namun harus dipertimbangkan dengan baik.



**Ayo KB dengan menggunakan alat kontrasepsi yang Anda inginkan !**

#### TUBEKTOMI

Metode kontrasepsi pada wanita dengan pemotongan saluran indung telur (tuba fallopi) sehingga sel telur tidak bisa memasuki rahim untuk dibuahi. Tubektomi bersifat permanen. Walaupun bisa disambung kembali, namun tingkat fertilitasnya tidak akan kembali seperti sedia kala.



**KELUARGA BERENCANA**



**RSUD TAMAN HUSADA BONTANG**  
 Jl. Letjen. S. Parman No. 1 Bontang  
 Tel. : 0548-22111, Fax : 0548-29111  
 Tlp-153 : 0548-23000  
 Web : rsud.bontangkota.go.id



## DOKUMENTASI

