

# LAMPIRAN

## Lampiran 1

**SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI**

Nama: My M Alamat: Jl. Melati  
 Umur ibu: 26 thn Kec. Kab: B  
 Pendidikan: SMA Pekerjaan: \_\_\_\_\_  
 Hamil Ke: 2 Had Terahir tgl: 14/4/21 Persalinan tgl: 24/1/22

**Periksa I**  
 Umur Kehamilan: \_\_\_\_\_ Di: PMB Esana

KEL	NO	Masalah Faktor Risiko	SKOR	Tribulan	
				I	II
		Skor awal ibu hamil	2		2
I	1	Terdalu muda hamil < 18 th	4		
	2	Terdalu tua hamil > 35 th	4		
	3	Terdalu lambat hamil > 4 th	4		
	3	Terdalu lama hamil lag > 10 th	4		
	4	Terdalu cepat hamil lag < 2 th	4		4
	5	Terdalu banyak anak > 4 lebih	4		
	6	Terdalu tua umur > 35 th	4		
	7	Terdalu pendek < 145 cm	4		
	8	Pernah gagal kehamilan	4		
	9	Pernah melahirkan dengan			
		a. Tindakan tang. vakum	4		
		b. Un drogon	4		
		c. Diberi infus. Transfus.	4		
	10	Pernah Operasi Sesar	8		
II	11	Penyakit pada ibu hamil			
		a. Kurang Darah b. Malaria	4		
		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 an. Hydramnion	4		
	15	Bayi mati dalam kandungan	4		
	16	Kehamilan lebih bulan	4		
	17	Letak sungsang	8		
	18	Letak lintang	8		
	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8		
	20	Preeklampsia Berat / Kejang-2	8		
		JUMLAH SKOR			6

**PENYULUHAN KEHAMILAN PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA**

KEHAMILAN			KEHAMILAN DENGAN RISIKO			
JML SKOR	JML PERAWA TAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN	
		KAN		NG	RDB	RDR RTW
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES PKM / RS	BIDAN DOKTER	

**KARTU SKOR / GEDER HUBUNGAN PERENCANAAN PERSALINAN AMAN**

Persalinan Melahirkan tanggal: \_\_\_\_\_

RUJUK DARI:	1. Sendiri	RUJUK KE:	1. Bidan
	2. Dukun		2. Puskesmas
	3. Bidan		3. RS
	4. Puskesmas		

RUJUKAN:  
 1. Rujukan Dini Berencana RDB: 2. Rujukan Tepat Waktu / RTW:

**Gawat Obstetrik:**  
 Kel. Faktor Resiko I & II

**Gawat Obstetrik:**  
 Kel. Faktor Resiko I & II

**Komplikasi Obstetrik:**

1. Perdarahan antepartum  
 3. Perdarahan postpartum  
 4. Un tertinggal  
 5. Persalinan Lama

TEMPAT:	PENOLONG	MACAM PERSALINAN
1. Rumah Ibu	1. Dukun	1. Normal
2. Rumah Bidan	2. Bidan	2. Tindakan Pervaginal
3. Polindes	3. Dokter	3. Operasi Sesar
4. Puskesmas	4. Lainnya	
5. Rumah Sakit		
6. Penilaian		

**PASCA PERSALINAN:**

**IBU:**

1. Hidup

2. Mati dengan penyebab:

a. Perdarahan b. Preeklampsia/Eklampsia  
 c. Partus Lama d. Infeksi e. Lain-lain

**TEMPAT KEMATIAN IBU:**

1. Rumah Ibu  
 2. Rumah Bidan  
 3. Polindes  
 4. Puskesmas  
 5. Rumah Sakit  
 6. Penilaian

**BAYI:**

1. Berat lahir \_\_\_\_\_ gram; Laki/2 Perempuan  
 2. Lahir hidup / APGAR Skor \_\_\_\_\_  
 3. Lahir mati, penyebab \_\_\_\_\_  
 4. Mati kemudian umur \_\_\_\_\_ hr, penyebab \_\_\_\_\_  
 5. Kelainan bawaan: tidak ada / ada \_\_\_\_\_


**KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (42 Hari Pasca Salin)**

1. Sehat 2. Sakit 3. Mati, penyebab \_\_\_\_\_

**Keluarga Berencana:** 1. Ya \_\_\_\_\_ Sterilisasi \_\_\_\_\_

**Kategori Keluarga Miskin:** 1. Ya \_\_\_\_\_ 2. Tidak \_\_\_\_\_

## Lampiran 2



**KUESIONER**  
EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)

**Bagaimana perasaan Anda ?**  
 Karena Anda baru saja melahirkan, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan Anda sekarang. Silakan mencentang jawaban yang paling mirip dengan **perasaan Anda selama 7 hari terakhir, tidak hanya perasaan Anda hari ini**. Berikut adalah satu contoh yang sudah dijawab:

Saya merasa senang :

<input type="checkbox"/>	Ya, hampir setiap saat
<input checked="" type="checkbox"/>	Ya, sering
<input type="checkbox"/>	Kadang-kadang
<input type="checkbox"/>	Tidak pernah sama sekali

Hal ini berarti : "sepanjang minggu lalu, saya sering merasa senang".

Silahkan menjawab pertanyaan-pertanyaan berikut sebagaimana di atas.

- Saya bisa tertawa dan melihat sisi lucu dari berbagai hal :
 

<input checked="" type="checkbox"/>	Ya, seperti biasanya
<input type="checkbox"/>	Sekarang tidak terlalu sering
<input type="checkbox"/>	Sekarang agak jarang
<input type="checkbox"/>	Tidak sama sekali
- Saya memandang masa depan dengan penuh harapan :
 

<input checked="" type="checkbox"/>	Seperti yang pernah saya lakukan dulu
<input type="checkbox"/>	Agak kurang dari biasanya
<input type="checkbox"/>	Jelas kurang dari biasanya
<input type="checkbox"/>	Hampir tidak sama sekali
- Saya menyalahkan diri saya sendiri ketika ada hal-hal yang salah\* :
 

<input type="checkbox"/>	Ya, hampir selalu
<input type="checkbox"/>	Ya, kadang-kadang
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak terlalu sering
<input type="checkbox"/>	Tidak, tidak pernah
- Saya cemas atau khawatir tanpa alasan yang jelas :
 

<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak sama sekali
<input type="checkbox"/>	Hampir tidak pernah
<input type="checkbox"/>	Ya, kadang-kadang
<input type="checkbox"/>	Ya, sangat sering

**Pengantar Pendidikan Profesi Bidan (Sarjana Terapan dan Profesi) STIMBI**

---

- Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang sangat jelas\* :
 

<input type="checkbox"/>	3 Ya, cukup sering
<input type="checkbox"/>	2 Ya, kadang-kadang
<input type="checkbox"/>	1 Tidak, tidak sering
<input checked="" type="checkbox"/>	0 Tidak, tidak sama sekali
- Banyak hal menjadi beban untuk saya\* :
 

<input type="checkbox"/>	3 Ya, sering kali saya tidak dapat mengatasinya
<input type="checkbox"/>	2 Ya, kadang saya tidak dapat mengatasi seperti biasanya
<input type="checkbox"/>	1 Tidak, saya hampir selalu dapat mengatasinya dengan baik
<input checked="" type="checkbox"/>	0 Tidak, saya selalu dapat mengatasinya dengan baik seperti biasanya
- Saya merasa tidak bahagia sehingga sulit tidur\* :
 

<input type="checkbox"/>	3 Ya, sering kali
<input type="checkbox"/>	2 Ya, kadang-kadang
<input type="checkbox"/>	1 Tidak terlalu sering
<input checked="" type="checkbox"/>	0 Tidak, tidak sama sekali
- Saya merasa sedih atau menderita\* :
 

<input type="checkbox"/>	3 Ya, sering kali
<input type="checkbox"/>	2 Ya, cukup sering
<input type="checkbox"/>	1 Tidak terlalu sering
<input checked="" type="checkbox"/>	0 Tidak, tidak sama sekali
- Saya merasa sangat tidak senang sehingga saya sering menangis\* :
 

<input type="checkbox"/>	3 Ya, sering kali
<input type="checkbox"/>	2 Ya, cukup sering
<input type="checkbox"/>	1 Hanya sesekali
<input checked="" type="checkbox"/>	0 Tidak, tidak pernah
- Pikiran untuk menyakiti diri sendiri telah terfikir oleh saya\*\* :
 

<input type="checkbox"/>	3 Ya, cukup sering
<input type="checkbox"/>	2 Kadang-kadang
<input type="checkbox"/>	1 Hampir tidak pernah
<input checked="" type="checkbox"/>	0 Tidak pernah

**TOTAL SKOR**

1

The Royal College of Psychiatrists 1987. From Cox, J., Holden, J.M., Sagovsky, R. (1987). Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *British Journal of Psychiatry*, 150, 782-786. Reprinted with permission.

**Pengantar Pendidikan Profesi Bidan (Sarjana Terapan dan Profesi) STIMBI**

## Lampiran 3

# PIJAT BAYI



### PENGERTIAN

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

### MANFAAT UTAMA

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

### MANFAAT BAGI ORANG TUA

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

### HAL-HAL YANG TIDAK DIANJURKAN SELAMA PEMIJATAN

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

### WAKTU PEMIJATAN

Pemijatan dapat dilakukan pada bayi usia 0-6 bulan. Pemijatan dapat dilakukan setiap hari. Waktu pemijatannya sebaiknya dilakukan 2 kali sehari yaitu: Pagi dan malam hari (sebelum tidur)

### TEKNIK MEMIJAT BAYI

1. Wajah (melemaskan otot wajah)



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

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



- 1) Menggunakan teknik kupu-kupu  
Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu.
- 1) Dengan kedua tangan di tengah dada buat gerakan ke atas dan kesisi luar tubi

tangan, lalu pijat menyilang dari tengah dada ke arah bahu

3. Perut (Meningkatkan sistem pencernaan dan mengurangi sembelit)



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

a. Pijatan "Matahari Bulan":

- 1) Dengan tangan kanan, buatlah arah bulan separuh yang terbalik dari arah kiri ke kanan
- 2) Tangan kanan di atas, dan tangan kiri di bawah dan lakukan gerakan memutar mengikuti arah jarum jam dengan membentuk lingkaran penuh seperti matahari
- 3) Rasakan gelembung angin lalu tekan lembut dengan jari anda searah jarum jam

b. Pijatan "I Love U":

- 1) Usap perut sebelah kiri bayi dengan tangan kanan sembari membentuk huruf "I"
- 2) Buat huruf "L" terbalik dari arah kiri ke kanan
- 3) Buat huruf "U" terbalik dari arah kiri ke kanan
- 4) Bisikkan ke telinga bayi dengan kata "I Love U"

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



Pijat tangan bayi dari bahu menuju pergelangan tangan, seperti memerah. Lakukan gerakan kebalikannya dari pergelangan tangan ke arah lenga, tarik lembut jari-jari bayi dengan gerakan memutar. Kedua ibu jari bergantian memijat permukaan telapak tangan dan punggung tangan. Gunakan telapak tangan untuk membuat gerakan seperti menggulung.

5. Punggung (Memperkuat otot untuk menyanggah tulang belakang)



Teknik Kupu-kupu

- 1) Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu.
- 2) Dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada/ulu hati ke arah bahu kanan, dan kembali ke ulu hati.
- 3) Gerakan tangan kiri anda ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati.



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

## Lampiran 4

**BERI ANAK KAPSUL VITAMIN A**

- vitamin A untuk meningkatkan kesehatan mata dan pertumbuhan anak
- mintalah kapsul vitamin A pada bulan Februari dan Agustus di Posyandu
- ada dua jenis kapsul vitamin A

**KAPSUL BIRU**

Untuk anak umur 6-11 bulan.  
Berikan 1 kali dalam setahun

**KAPSUL MERAH**

Untuk anak umur 1-5 tahun.  
Berikan 2 kali dalam setahun

**IMUNISASI ANAK**

Imunisasi melindungi dari penyakit, mencegah kecatatan dan kematian

**JADWAL IMUNISASI**

- 0-24 jam : HB 0
- 1 bulan : BCG, Polio 1
- 2 bulan : DPT-HB-HiB 1, Polio 2
- 3 bulan : DPT-HB-HiB 2, Polio 3
- 4 bulan : DPT-HB-HiB 3, Polio 4, IPV
- 9 bulan : Campak
- 18 bulan : DPT-Hb-Hib lanjutan dan Campak lanjutan

**TUJUAN PEMBERIAN VAKSIN**

**HEPATITIS B**  
Mencegah penularan penyakit Hepatitis B dan kerusakan hati

**BCG**  
Mencegah penularan penyakit TBC (Tuberkulosis) yang berat

**POLIO, IPV**  
Mencegah penularan penyakit polio yang dapat menyebabkan lumpuh layu pada tungkai dan atau lengan

**TUJUAN PEMBERIAN VAKSIN**

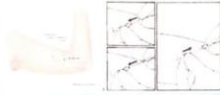
**DPT HB HIB**  
Mencegah penularan penyakit:

- difteri yang menyebabkan penyumbatan jalan nafas
- batuk rejan (batuk 100 hari)
- tetanus
- hepatitis B yang menyebabkan kerusakan hati
- infeksi HIB menyebabkan meningitis (radang selaput otak)

**CAMPAK**  
Mencegah penularan penyakit Campak yang dapat mengakibatkan komplikasi radang paru, radang otak dan kebutaan

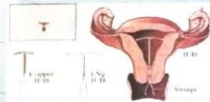
## Lampiran 5

### 5. IMPLAN/SUSUK



- Isi hanya progesteron
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Masa pakai sampai dengan 3 tahun

### 6. AKDR (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim)/ IUD



#### Jenis IUD Pasca Salin

- Post Placenta (setelah plasenta lahir)
- Post Seksio sesarea (setelah operasi)
- 3 hari Pasca persalinan

#### IUD Pasca Salin

- Alat kecil yang dipasang dalam rahim Sangat efektif dan aman
- Dapat dicabut kapan saja anda inginkan
- Bekerja hingga 10 tahun, tergantung jenisnya

#### Kemungkinan Efek Samping IUD

- Sebagian efek samping tidak berbahaya
- Setelah pemasangan:
  - Kram selama beberapa hari
  - Bercak/flek selama beberapa minggu
- Efek samping umum lainnya
  - Haid lebih lama dan banyak
  - Bercak diantara siklus haid
  - Kram atau rasa nyeri selama haid

(dapat berkurang selama beberapa bulan)

#### Temui Bidan Jika :

- Terlambat haid atau anda merasa hamil
- Benang AKDR berubah panjang, hilang atau lepas
- Mungkin terkena IMS atau HIV
- Nyeri pada bagian bawah perut



## KB SAAT MENYUSUI



D III KEBIDANAN  
POLTEKKES  
KEMENKES RIAU  
2022

## KONTRASEPSI KB SAAT MENYUSUI

### KONTRASEPSI

Cara untuk menghindari/mencegah terjadinya kehamilan akibat pertemuan antara sel telur yang matang dengan sel sperma sehingga dapat mencegah terjadinya kehamilan.



### Metode Kontrasepsi KB saat menyusui

#### 1. Metode Amenore Laktasi (MAL)



Merupakan metode kontrasepsi dengan cara memberikan ASI secara eksklusif (Hanya ASI tanpa susu formula dan makanan lain).

Syarat untuk metode ini :

- Belum haid
- Menyusui secara penuh
- <6 bulan pasca persalinan

#### 2. MINI PIL



- Isi hanya progesteron
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Pemakaian 1 strip untuk 1 bulan

#### 3. SUNTIK 3 BULAN



- Isi hanya progesteron
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Masa pakai 3 bulan

#### 4. MOW / MOP (Steril)



- Kontrasepsi dengan memotong atau mengikat saluran telur pada wanita atau saluran sperma pada pria melalui tindakan operasi kecil
- Bagi yang tidak ingin mempunyai anak lagi.



Lampiran 6

