



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA 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.03.01/3.5/0702/2022

16 Februari 2022

Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir di PMB Lilis Sugianti

Yth. Pimpinan PMB Lilis Sugianti  
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	Elfayana Lesfitasari	P031915401009	III
2	Fretty urwati wuska	P031915401011	III
3	Yessy karmila saputri	P031915401039	III
4	Ranti May Sundari	P031915401027	III
5	Fitri Amalia M L	P031915401049	III
6	Kiki kurnia	P031915401054	III
7	Annisah Angraini	P031915401041	III
8	Nafil Ibroza	P031915401059	III

Akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Lilis Sugianti 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 LILIS SUGIANTI, S.Tr.Keb

**ALAMAT PRAKTEK :**

Jl. Cipta Karya Ujung Perum. Villa Karya Gading Permai 2  
Blok D No. 11 (sebelum RPH) Panam – Pekanbaru  
HP : 0813 7855 5393

**ALAMAT KANTOR :**

Puskesmas Sidomulyo  
Jl. H.R. Soebrantas KM 10,5 Panam  
Pekanbaru

**SURAT KETERANGAN**  
No : 035 /PMB.LSN/2022

Nomor :  
Lampiran :  
Hal : Surat Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir (LTA)

Yang terhormat,  
Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau  
Di Pekanbaru

Dengan hormat.

Yang bertanda tangan dibawah ini :

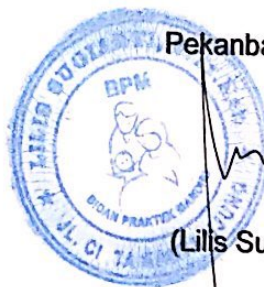
Nama : Lilis Sugianti, S.Tr Keb  
Jabatan : Pimpinan PMB Lilis sugianti

Menerangkan bahwa

Nama : Preety Urwati Wuska  
NIM : P031915401010  
Tingkat : III  
Semester : VI (Enam)

Telah kami setuju untuk melaksanakan pemantauan kasus pada ibu hamil, mulai dari kehamilan trimester III, persalinan, nifas, neonatus dan KB secara berkelanjutan sebagai syarat penyusunan Laporan Tugas Akhir (LTA) dengan judul " Asuhan Komprehensif Pada Ny.E di PMB Lilis Sugianti Kota Pekanbaru".

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan semestinya.



Pekanbaru, April 2022

(Lilis Sugianti, S.Tr.Keb)

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

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sutrismi Harinugroho

Umur : 33 Tahun

Pekerjaan : IRT

Alamat :Jl. Purwodadi, Perum Palutan Indah

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa:

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

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sesungguhnya tanpa paksaan:

Pekanbaru, 22 Maret 2022

Mengetahui

Penulis



(Fretty Urwati Wuska)

Yang menyatakan

Klien/Pasien



(Sutrismi Harinugroho)



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







Nama Mahasiswa : Fretty Urwati Wuska

NIM : P031915401011

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.S  
 di PMB Lilis Sugianti Kota Pekanbaru

Pembimbing I : Ani Laila, SST. M.Biomed

Pembimbing II : Hj. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
1.	Senin, 14/2022 02	- Bab IV (pada masa nifas)	- Susun kembali asuhan per - KF  - Susun kembali asuhan per - KM	 (Fretty Urwati.w)	 (Ani Laila, SST. M.Biomed)
2.	Senin, 14/2022 03	- Cover - kata pengantar	- Perbaiki cover - Susun kembali kata - kata pengantar masukkan penguji 1 dan 2	 (Fretty Urwati.w)	 (Ani Laila, SST. M.Biomed)
3.	Selasa, 15/2022 03	- Daftar isi - Cover revisi - Bab II	- Masukkan data dan cara pengetikan yang benar.	 (Fretty Urwati.w)	 (Ani Laila, SST. M.Biomed)

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





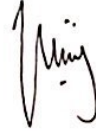

Nama Mahasiswa : Fretty Urwati Wuska

NIM : P031915401011

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.S  
di PMB Lilis Sugianti Kota Pekanbaru

Pembimbing I : Ani Laila, SST. M.Biomed

Pembimbing II : Hj. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
4.	Kamis. 17/2022 /03	- Bab I - Bab III - Bab IV	- Susun kembali 5 w + 1 H  - Tambahkan lagi pada bagian instrumen	 (Fretty Urwati)	 (Ani Laila, SST. M. Biomed)
5.	Jumiat. 18/2022 /03	- Bab I (revisi) - Bab III (revisi) - Bab IV (revisi)	- Masukkan asuhan yang merupakan hasil di plan  - Urutkan kembali bagian dari VT	 (Fretty Urwati)	 (Ani Laila, SST. M. Biomed)
6.	Senin. 21/2022 /03	- Bab II (revisi) - Bab V	- Lengkapi penutup dengan kata-kata yang lebih tepat sesuai koreksi	 (Fretty Urwati)	 (Ani Laila, SST. M. Biomed)

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







Nama Mahasiswa : Fretty Urwati Wuska

NIM : P031915401011

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.S  
di PMB Lilis Sugianti Kota Pekanbaru

Pembimbing I : Ani Laila, SST. M.Biomed

Pembimbing II : Hj. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
7.	Kamis, 31/2022 /03	- Bab iv (revisi)	- Acc LTA untuk maju sidang proposal.  - Kuasai materi inersia uteri, partus tak maju, fetal distress	 (Fretty Urwati)	 (Ani Laila, SST. M. Biomed)
8.	Selasa, 31/2022 /05	- revisi hasil sempro Bab I - V	- Buat abstrat sesuai latar belakang, gamban ran kasut, inti sari, evaluasi serta saran sesuai isi dari laporan	 (Fretty Urwati)	 (Ani Laila, SST. M. Biomed)
9.	Kamis, 02/2022 /05	- revisi kembali materi di BAB ii	- Buat materi inersia uteri, pembagiannya dan perbandingan partus tak maju dengan partus terlanjar.	 (Fretty Urwati)	 (Ani Laila, SST. M. Biomed)



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







Nama Mahasiswa : Fretty Urwati Wuska

NIM : P031915401011

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.S  
 di PMB Lilis Sugianti Kota Pekanbaru

Pembimbing I : Ani Laila, SST. M.Biomed

Pembimbing II : Hj. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
10.	Kamis. 02/2022 /09	- Bab IV (revisi)  - Pembahasan Bab IV	- Membuat kembali di data objektif skrining KSPR.  - Membuat penjelasan tentang mengapa terdapat fetal distress dan mengapa diberikan drip oksitosin.	 (Fretty Urwati)	 (Ani Laila, SST.) M.Biomed
11.	Jum'at. 03/2022 /09 11.20 wib	- Bab IV (revisi)	- Membuat narasi pada SOAP kala II.  - ACC LTA untuk maju sidang semhas. (dipertimbangkan kembali karena revisi).	 (Fretty Urwati)	 (Ani Laila, SST.) M.Biomed
12.	Jum'at 03/2022 /09 15.00 wib	- Bab II (revisi)	- Kuasi materi revisi dan pertanyaan penunji.  - ACC LTA untuk maju sidang SEMHAS.	 (Fretty Urwati:w)	 (Ani Laila, SST.) M.Biomed

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







Nama Mahasiswa : Fretty Urwati Wuska

NIM : P031915401011

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.S  
 di PMB Lilis Sugianti Kota Pekanbaru

Pembimbing I : Ani Laila, SST. M.Biomed

Pembimbing II : Hj. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
1.	Kamis 17/2022 /03	- BAB I Pendahuluan  - BAB III Langkah-langkah Pengembangan kasus  - BAB IV Tinjauan kasus.	- Perbaiki cover - Isi Bab I dan Perbaiki - Data & S merupakan hasil di plan yg & buat Perbaiki! - IWE - Sistematis PD Dan lengkapi data yg telah & koreksi.	 (Fretty Urwati.w)	 (Hj. Fathunikmah, S.Pd, M. Biomed)
2.	Rabu 23/2022 /03	- Cover laporan  - BAB V Penutup	- perbaiki cover  - perbaiki	 (Fretty Urwati.w)	 (Hj. Fathunikmah, S.Pd, M. Biomed)
3.	Sabtu 26/2022 /03	- BAB 4 Pembaha- san	KSPR dijabarkan dan skor 6 dimana saja u/ Bersalin. IWE - Kala I bahas fase laten → aliter - Induksi.	 (Fretty Urwati.w)	 (Hj. Fathunikmah, S.Pd, M. Biomed)



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




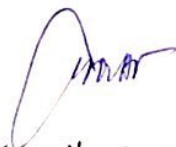
Nama Mahasiswa : Fretty Urwati Wuska

NIM : P031915401011

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.S  
di PMB Lilis Sugianti Kota Pekanbaru

Pembimbing I : Ani Laila, SST. M.Biomed

Pembimbing II : Hj. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
4.	Selasa 29/2022 03	-BAB 5 Penutup	Penutup: Anc. BpX, SKor? INE: Asuhannya digabung pd kerumahan yg ada.	 (Fretty urwati.w)	 (Hj. Fathunikmah.) (S.pd. M. Biomed)
5.	Kamis 31/2022 03	-Persetuan Pembimbing (Acc laporan)	Perbaiki spasi penulisan  rel. 4/ maju sidang me	 (Fretty Urwati.w)	 (Hj. Fathunikmah.) (S.pd. M. Biomed)
6.					

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







Nama Mahasiswa : Fretty Urwati Wuska

NIM : P031915401011

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.S  
di PMB Lilis Sugianti Kota Pekanbaru

Pembimbing I : Ani Laila, SST. M.Biomed

Pembimbing II : Hj. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukkan Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
7.	Kamis, 02/2022 /06	- Revisi laporan tugas akhir	- Buat abstrak sesuai tempat, waktu, asuhan, dan saran  - Buat kembali pada data objektif berdasarkan lapor dr. Triadi	 (Fretty Urwati.w)	 (Hj. Fathunikmah) S.pd. M. Biomed
8.	Senin, 06/2022 /06	- Revisi bab iv  - Soap rujukan dan narasi.	perbaiki etn & cell -	 (Fretty Urwati.w)	 (Hj. Fathunikmah) S.pd. M. Biomed
9.	Selasa, 07/2022 /06	- Revisi bab iv  - revisi narasi	soap R5 stb dan -	 (Fretty Urwati.w)	 (Hj. Fathunikmah) S.pd. M. Biomed



**KARTU SKOR POEDJI ROCHJATI  
PERENCANAAN PERSALINAN AMAN**

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			2
I	1	Terlalu muda hamil I $\leq$ 16 Tahun	4				
	2	Terlalu tua hamil I $\geq$ 35 Tahun	4				
		Terlalu lambat hamil I kawin $\geq$ 4 Tahun	4				
	3	Terlalu lama hamil lagi $\geq$ 10 Tahun	4				
	4	Terlalu cepat hamil lagi $\leq$ 2 Tahun	4				
	5	Terlalu banyak anak, 4 atau lebih	4				
	6	Terlalu tua umur $\geq$ 35 Tahun	4				
	7	Terlalu pendek $\geq$ 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				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	Hydramnion	4				
	15	Bayi mati dalam kandungan	4				
16	Kehamilan lebih bulan	4					
III	17	Letak sungsang	8				
	18	Letak Lintang	8				
	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Preeklampsia/kejang-kejang	8				
		<b>JUMLAH SKOR</b>					<b>6</b>

**PERENCANAAN PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA**

KEHAMILAN				KEHAMILAN DENGAN RESIKO				
JML SKOR	STATUS KHMLN	PERAWA TAN	RUJUK AN	TEMPAT	PENO LONG	RUJUKAN		
						RDB	RDR	RTW
2	KRR	BIDAN	TDK DRUJUK	POLIN DES	BIDAN			
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	DRUJUK PKM RS	PKM RS	BIDAN DOKTER			
$\geq$ 12	KRST	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER			

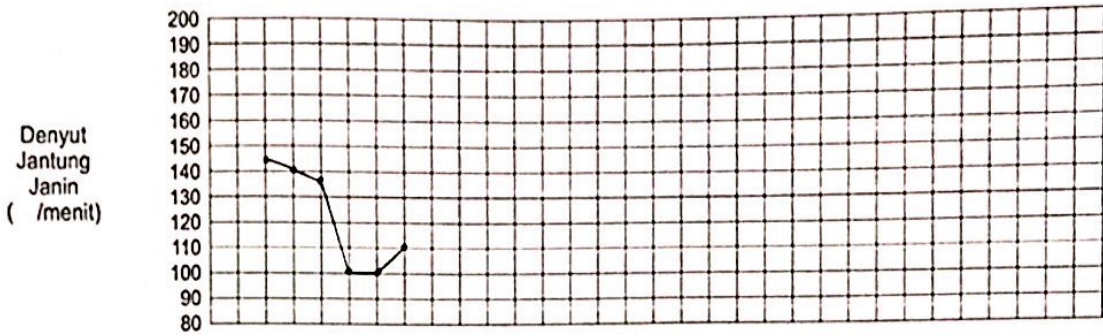


Daftar 26 Penapisan Ibu Bersalin Deteksi Kemungkinan Komplikasi  
Gawat Darurat

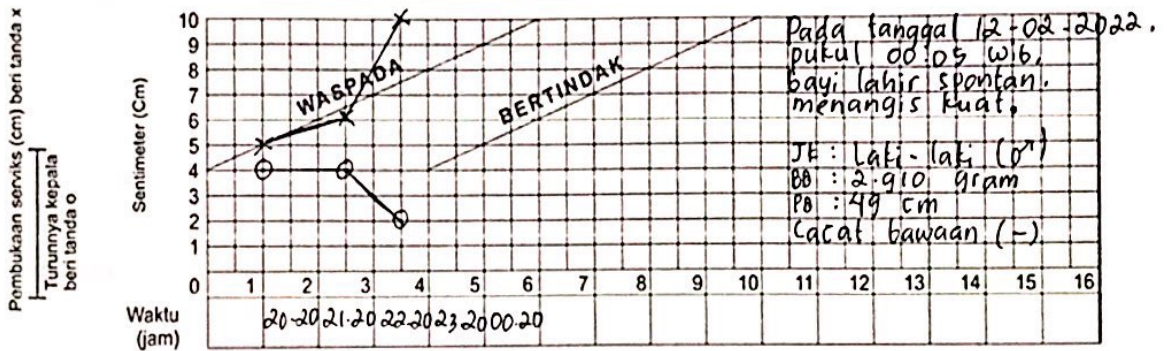
NO.	PENYULIT	YA	TIDAK
1	Riwayat bedah sesar		✓
2	Perdarahan pervaginam		✓
3	Kehamilan kurang bulan		✓
4	Ketuban pecah dengan meconium kental		✓
5	Ketuban pecah lama (> 12 jam)		✓
6	Ketuban pecah dengan kehamilan kurang bulan		✓
7	Ikterus		✓
8	Anemia berat		✓
9	Preeklamsia berat/Eklampsia		✓
10	Tinggi fundus uteri > 40 cm dan < 25 cm		✓
11	Demam > 38C		✓
12	Gawat janin	✓	
13	Presentase bukan belakang kepala		✓
14	Tali pusat menumbung		✓
15	Gemelli		✓
16	Presentasi majemuk		✓
17	Primipara fase aktif palpasi 5/5		✓
18	Shock		✓
19	Hipertensi		✓
20	Kehamilan dengan penyulit sistemik (Asma, DM, Jantung, Kelainan Darah)		✓
21	Tinggi badan < 140 cm		✓
22	Kehamilan di luar kandungan		✓
23	Posterm pregnancy		✓
24	Partus tak maju (kala I lama, kala II lama, Kala II tak maju)	✓	
25	Kehamilan dengan mioma uteri		✓
26	Kehamilan dengan riwayat penyakit tertentu (hepatitis, HIV)		✓

# PARTOGRAF

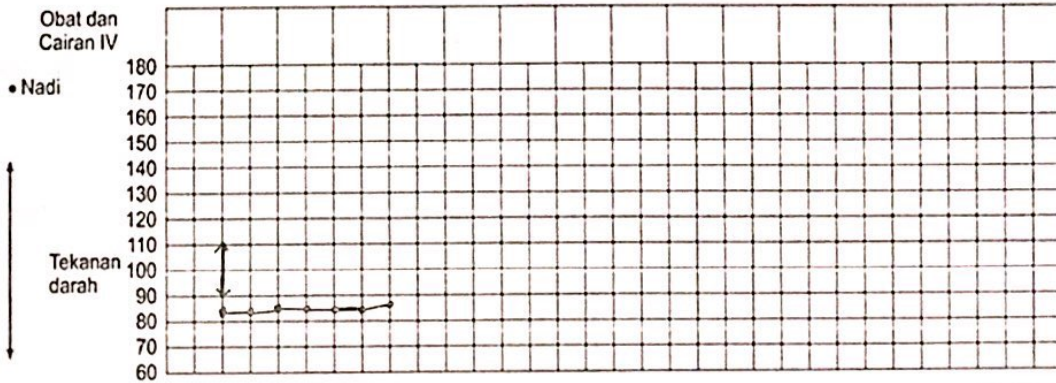
No. Register  Nama Ibu : Ny. S Umur : 33 tahun G<sub>3</sub> P<sub>2</sub> A<sub>0</sub> H<sub>2</sub>  
 No. Puskesmas  Tanggal : 11-02-22 Jam : 20.20 w.b Alamat : Jl. Cipta Karya  
 Ketuban pecah Sejak jam 23.50 w.b mules sejak jam 05.00 w.b



Air ketuban  u u y  
 Penyusupan  o o o



Oksitosin U/L  1 + R/L  
 tetes/menit  10/i



Obat dan Cairan IV   
 • Nadi  36,2 C

Urin   
 Protein   
 Aseton   
 Volume  ± 100 cc



## BISHOP SCORE

Batasan : Suatu klasifikasi objektif untuk memilih pasien yang menguntungkan bagi induksi persalinan dengan janin letak kepala.

Faktor yang dinilai serta skornya :

Faktor	SKOR		
	0	1	2
Pembukaan Serviks (cm)	0	1 - 2	3 - 4
Pendataran Serviks (%)	0 - 30	40 - 50	60 - 70
Kedudukan bagian terendah	-3	-2	-1 atau 0
Konsistensi Serviks	Kaku	Medium	Lunak
Arah Serviks	Ke belakang	Tengah-tengah	Ke depan
			+1 atau 2

Total : 7 skor.

**Penggunaan skor Bishop :**

- Kenyataan sehari-hari, penggunaan teknik skor bishop ini dipergunakan dalam skala yang luas.
- Beberapa peneliti mengemukakan bila skor total lebih dari 6, keberhasilan induksi persalinan tinggi, sedangkan bila kurang dari 6 rendah.
- Sistem skor ini belum diteliti pada multipara dan kehamilan kurang bulan (Bishop).





## KUESIONER

### EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)

**Bagaimana perasaan Anda ?**  
Karena Anda baru saja melahirkan, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan Anda sekarang. Silahkan 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.

1. Saya bisa tertawa dan melihat sisi lucu dari berbagai hal :	
<input type="radio"/>	Ya, seperti biasanya
	Sekarang tidak terlalu sering
	Sekarang agak jarang
	Tidak sama sekali
	0

2. Saya memandang masa depan dengan penuh harapan :	
<input type="radio"/>	Seperti yang pernah saya lakukan dulu
	Agak kurang dari biasanya
	Jelas kurang dari biasanya
	Hampir tidak sama sekali
	0

3. Saya menyalahkan diri saya sendiri ketika ada hal-hal yang salah* :	
	Ya, hampir selalu
<input type="radio"/>	Ya, kadang-kadang
	Tidak terlalu sering
	Tidak, tidak pernah
	2

4. Saya cemas atau khawatir tanpa alasan yang jelas :	
<input type="radio"/>	Tidak, tidak sama sekali
	Hampir tidak pernah
	Ya, kadang-kadang
	Ya, sangat sering
	0

Program Pendidikan Profesi Bidan (Sarjana Terapan dan Profesi) STIKH

5. Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang sangat jelas* :		
<input type="checkbox"/>	Ya, cukup sering	0
<input type="checkbox"/>	Ya, kadang-kadang	
<input type="checkbox"/>	Tidak, tidak sering	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak sama sekali	

6. Banyak hal menjadi beban untuk saya* :		
<input type="checkbox"/>	Ya, sering kali saya tidak dapat mengatasinya	0
<input type="checkbox"/>	Ya, kadang saya tidak dapat mengatasi seperti biasanya	
<input type="checkbox"/>	Tidak, saya hampir selalu dapat mengatasinya dengan baik	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, saya selalu dapat mengatasinya dengan baik seperti biasanya	

7. Saya merasa tidak bahagia sehingga sulit tidur* :		
<input type="checkbox"/>	Ya, sering kali	0
<input type="checkbox"/>	Ya, kadang-kadang	
<input type="checkbox"/>	Tidak terlalu sering	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak sama sekali	

8. Saya merasa sedih atau menderita* :		
<input type="checkbox"/>	Ya, sering kali	0
<input type="checkbox"/>	Ya, cukup sering	
<input type="checkbox"/>	Tidak terlalu sering	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak sama sekali	

9. Saya merasa sangat tidak senang sehingga saya sering menangis* :		
<input type="checkbox"/>	Ya, sering kali	0
<input type="checkbox"/>	Ya, cukup sering	
<input type="checkbox"/>	Hanya sesekali	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak pernah	

10. Pikiran untuk menyakiti diri sendiri telah terfikir oleh saya** :		
<input type="checkbox"/>	Ya, cukup sering	0
<input type="checkbox"/>	Kadang-kadang	
<input type="checkbox"/>	Hampir tidak pernah	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak pernah	

TOTAL SKOR

2.

*The Royal College of Psychiatrists 1987. From Cox, JL, Holden, JM, 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.*

Program Pendidikan Profesi Bidan (Sarjana Terapan dan Profesi) STIKIM



#### • ZAT BESI

**MAKANAN: SAYURAN HIJAU** (BAYAM, KANGKUNG, DAUN SINGKONG), DAGING, IKAN, UNGGAS, KACANG-KACANGAN. KEBUTUHAN ZAT BESI IBU HAMIL MENINGKAT 30%. KEKURANGAN ZAT BESI DAPAT MENGGANGGU PERALIHAN & IBU MENDEK RITANEMIA.

#### • SERAT

KEKURANGAN SERAT MENYEBABKAN SEMBELIT. PERBANYAK SAYUR-SAYURAN DAN PISANG.

#### • VITAMIN

BERFUNGSI UNTUK MENDUKUNG PERTUMBUHAN & PERKEMBANGAN JANIN. VITAMIN A : MENINGKATKAN DAYA TAHAN TUBUH SEHINGGA DAPAT MENCEGAH KEMATIAN BAYI. VITAMIN B1, B2, B6 & B12 : UNTUK PROSES METABOLISME TUBUH. VITAMIN C : MEMBANTU PENYERAPAN ZAT BESI. MENCEGAH ANEMIA. VITAMIN D : PEMBENTUKAN TULANG & GIGI. SUSU, KACANG-KACANGAN. VITAMIN E : PEMBENTUKAN SEL DARAH MERAH.

Teknik pemberian makanan pada ibu hamil yang mengalami masalah kehamilan yaitu :

1. Makan sedikit dan sering
2. Sajikan makanan dalam keadaan hangat dan menarik
3. Memilih makanan yang berganti-ganti.

#### MAKANAN YANG SEBAIKNYA DIHINDA

1. Makanan yang miskin zat gizi tetapi kaya kalori. Seperti gula, kue bermentega
2. Makanan yang beraroma tinggi seperti kornet, sayuran kelangan
3. Alkohol, kopi dan minuman yang bersoda
4. Makanan yang diolah tidak sempurna dan mentah seperti telur mentah atau setengah matang dan susu segar

**MAKANLAH MAKANAN BERGIZI SESUAI DENGAN POLA MENU SEIMBANG AGAR IBU TETAP SEHAT DAN MELAHIRKAN BAYI YANG SEHAT**



**POLTEKES KEMENKES RIAU**

**GIZI SEIMBANG IBU HAMIL**

**FRETTY URWATI WUSKA**  
(0391540101)  
**ANTA ROHMAMA**  
(0391540103)

#### APA ITU GIZI SEIMBANG IBU HAMIL ?

Adalah makanan yang mengandung zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur dalam susunan yang dan dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan gizi ibu hamil.

1. Sumber zat tenaga: Beras, kentang, singkong, roti dan mie
2. Sumber zat pembangun: Ayam, ikan, daging, telur dan hati
3. Sumber zat pengatur: Sayuran berwarna hijau dan buah.

#### MANFAAT NUTRISI IBU HAMIL

1. Memenuhi kebutuhan nutrisi ibu dan janin
2. Menunjang tumbuh kembang janin
3. Mencegah terjadinya anemia dan KEK pada kehamilan.

#### DAMPAK APABILA NUTRISI TIDAK TERPENUH

1. Pada janin : Keguguran, BBLR, cacat bawaan, ahir mati.
2. Pada ibu: Anemia, perdarahan, mudah terkena infeksi.
3. Pada persalinan : Perdarahan setelah melahirkan, bayi lahir premature, persalinan sulit dan lama.

#### ANJURAN

1. Sayuran 3 porsi/hari
2. Buah-buahan 2 porsi/hari
3. Pengolahan sayur dengan tidak memasak terlalu lama (sangat matang) agar zat besi tidak hilang
4. Mengurangi makanan atau minuman kemasan dengan bahan pewarna dan pengawet.

#### NUTRISI IBU HAMIL

Zat gizi yang harus dipenuhi antara lain:

- Air  
Jaga agar ibu hamil tidak kekurangan air. Sebaiknya ibu hamil minum minimal 10 gelas air putih setiap harinya. Air putih bisa divariasikan dengan jus atau yogurt.
- Asam Folat dan seng  
Makanan : Sayur & buah seperti jeruk, pisang, brokoli, wortel, kembang kol, bayam. Kekurangan zat ini dapat menyebabkan cacat bawaan pada bayi
- Kalori  
Makanan : Zat ini dibutuhkan untuk pembentukan sel-sel baru & pengaliran makanan dari ibu ke janin melalui plasenta.
- Protein  
Makanan : Daging, keju, ikan, telur, kacang-kacangan, tahu, tempe. Berguna sebagai zat pembangun. 75-100 gram/hari (1 1/2-2 potong)
- Kalsium  
Apabila kalsium kurang, janin akan mengambil kalsium dari ibu, itu dapat menyebabkan osteoporosis pada ibu. Minumlah susu minimal 1x/hari.



### Pemberian ASI bayi ku yang bekerja

- Beri ASI sebelum berangkat bekerja
- Keluaran ASI pada malam hari dan siang hari bisa beres di kamar setiap 3-4 jam sekali
- ASI di mesin di dalam mesin pendingin dan di berikan saat itu tidak di rumah
- ASI dituangkan dengan mendidih mendidih dan hangit
- ASI yang baru di tidak boleh di mesin kembali ke dalam mesin pendingin
- Berikan ASI dengan empuk / lembut



#### Cara menyimpan ASI di rumah

- Di tempat sejuk → tahan 8 - 8 jam
- Di dalam termos berinsulasi → tahan 24 jam
- Di lemari es → tahan 3 hari / 24 jam
- Di freezer → tahan 2 minggu

### Kapan dan bagaimana ASI diberikan?

- Di rumah atau di tempat bekerja
- ASI mulai di berikan segera di menit setelah itu melahirkan
- Waktu dan tempat menyusui tidak perlu di tetapkan dan tidak perlu di jadwal
- Berikan hanya ASI saja hingga bayi berusia 6 bulan
- Setelah bayi berusia 6 bulan selain ASI di berikan juga MP-ASI
- Pemberian ASI tetap di lanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun

### Bagaimana cara menjaga mutu dan jumlah produksi ASI?



## ASI EKSKLUSIF

ASI adalah makanan terbaik untuk bayi



### Apa itu bayi diberi ASI Eksklusif?



Bayi sejak lahir sampai usia 6 bulan hanya diberi ASI saja tidak diberi makanan atau minuman tambahan apapun

## ASI

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

### Apa saja keunggulan ASI?

- Mengandung zat gizi sesuai kebutuhan bayi
- Mengandung zat kekebalan
- Mengandung antibodi
- Aman dan terjangkau
- Tidak menimbulkan alergi
- Dapat membantu memperbaiki reflek mengisap, menelan dan pernapasan bayi



### Manfaat ASI

#### Bayi Ibu

- Hubungan kasih sayang antara ibu dengan bayi
- Mengurangi perdarahan setelah persalinan
- Berperan penting pada kesehatan ibu
- Berusaha ketahanan berkarir
- Mengurangi risiko terkena kanker payudara
- Lebih praktis karena ASI sudah mudah di berikan

#### Bayi

- Bayi lebih sehat, lincah dan tidak gampang sakit



#### Bayi keluarga

- Tidak perlu biaya untuk pembelian susu formula dan perlengkapannya
- Tidak perlu waktu dan tenaga untuk memediaan susu formula
- Tidak perlu biaya dan waktu untuk merawat dan mengganti bayi yang sering sakit
- Mengurangi biaya dan waktu untuk pemeliharaan kesehatan ibu



### 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.

## 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 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.

### 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 ditekuk. Angkat pantat keatas, lalu tahan dan hitung sampai 3 atau 5, turunkan pantat secara perlahan.



## Senam Nifas

Oleh :

Fretty Urwati Wuska

### Hari Keempat : Gerak Atas



Posisi tubuh terlentang, dengan telapak kaki menyentuh lantai, dan lutut ditekuk 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 ditekuk sebelah kiri, maka tangan yang digunakan yaitu sebelah kanan (begitu juga sebaliknya). Usahakan tangan yang berlawanan, mampu menyentuh lutut yang ditekuk.



### Teknik Pijat Bayi



Caress love (sentuhan hati)

Mengusap dengan rasa sayang dimulai dari garis tengah wajah ke arah samping.



Smile (senyuman)

Pijat di atas mulut bayi menggunakan ibu jari dan tengah ke samping kemudian ke arah pipi seperti senyuman bayi.

### Pengertian Pijat Bayi

Pemijatan pada bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi dan merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orangtuanya. Stimulasi pijat bayi terbukti bermanfaat bagi perkembangan fisik, emosi dan respon bayi.

### Kapan Waktu Pijat Bayi?

Stimulasi pijat dapat dilakukan kapanpun saat orang tua ingin memulai dengan teknik yang benar dan dalam suasana yang nyaman.

1. Jangan memijat bayi sebelum makan atau istirahat.
2. Jangan membaringkan bayi hanya untuk dipijat.
3. Jangan memijat saat bayi sakit.
4. Jangan memijat dengan paksa.
5. Jangan memisahkan posisi legatan tertentu.
6. Selalu memperhatikan respon bayi saat pemijatan.

### PIJAT BAYI



DISUSUN OLEH

FRETTY URWATI WUSKA

POLTEKES  
KEMENKES RIAU



Butterfly (pijatan kupu-kupu)

Letakkan kedua telapak tangan di tengah dada bayi titik gerakan kedua telapak tangan ke atas sampai di bawah leher kemudian ke samping, ke bawah dan kembali ke tengah tanpa mengangkat tangan, menirupai sayap kupu-kupu.



Cross (pijatan menyilang)

Letakkan kedua telapak tangan di kedua sudut tulang rusuk ke bawah titik pijat menyilang dengan telapak tangan dari pinggang ke arah bahu dan sebaliknya bergantian kanan dan kiri.



Relax (gerakan relaksasi)

Akhir pijatan perut dengan mengangkat dan menekuk kedua kaki bayi hingga bupana paha menyentuh perut, kemudian menekan perlahan ke arah perut.



Squeezing (memeras)

Lakukan gerakan memutar dan memeras dengan lembut dan pangkal lengan ke pergelangan tangan dengan kedua tangan.



Pijatan telapak dan punggung kaki

Pijat seluruh permukaan telapak kaki mudi dari tumit ke arah jari-jari menggunakan kedua ibu jari.



Spiral (pijatan melingkar)

Buat gerakan melingkar kecil di sepanjang otot punggung mudi dari bahu sampai bokong sebelah kiri kanan dengan menggunakan 3 jari.

## KEADAAN YANG MUNCUL SETELAH IMUNISASI

Hepatitis B	Kemerahan dan nyeri ditempat suntik
BCG	dua minggu setelah imunisasi, timbul pembengkakan kecil dan merah di tempat suntikan, lalu timbul bisul kecil dan menjadi luka parut.
DPT	bayi panas sore hari setelah imunisasi, akan turun dalam 1 - 2 hari. Di tempat suntikan merah serta nyeri (tidak berbahaya dan akan sembuh sendiri)
Polio	Reaksi Umumnya Polio Ada Tidak
Campak	Anak mungkin panas dan timbul kemerahan

## Hal-hal yang perlu diingat !!!

1. Demam yang tidak terlalu tinggi bukan merupakan penghalang bagi anak untuk mendapatkan imunisasi.
2. Diare ringan bukan merupakan halangan untuk mendapatkan imunisasi
3. Imunisasi ulangan sebaiknya dilakukan untuk memperkuat kekebalan yang sudah didapat pada waktu bayi. Imunisasi Ulangan antara lain :
  - Imunisasi campak ulangan saat usia 24 - 36 bulan
  - Imunisasi DPT ulangan saat usia 18 bulan, 5 tahun, dan 12 tahun



## PENTINGNYA IMUNISASI DASAR LENGKAP



**FRETTY URWATI WUSKA**  
**P031915401011**  
**D3 KEBIDANAN TK 3A**

### APA sih IMUNISASI itu?

Imunisasi adalah suatu usaha untuk memberikan kekebalan pada bayi dan anak terhadap penyakit tertentu.

### Apa Manfaatnya??

- Daya tahan / kekebalan tubuh anak meningkat
- Mencegah timbulnya berbagai penyakit
- Melindungi dari penyakit, mencegah kecacatan dan kematian

### Penyakit yang Dicegah oleh Imunisasi Dasar

- Penyakit Hepatitis B
- Penyakit TBC Paru
- Penyakit Difteri
- Penyakit Tetanus
- Penyakit Pertusis
- Penyakit Polio
- Penyakit Campak

Siapa yang harus mendapat imunisasi?

Semua bayi dan anak sehat umur 0-12 bulan harus mendapatkan imunisasi dasar lengkap

## Imunisasi Dasar Lengkap

Yang termasuk imunisasi dasar bagi bayi usia 0-12 bulan:

- Imunisasi BCG untuk melindungi bayi dari penyakit Tuberkulosis.
- Imunisasi Polio untuk melindungi bayi dari penyakit Polio (lumpuh layu)
- Imunisasi Hepatitis B (HB) untuk melindungi bayi dari penyakit Hepatitis B
- Imunisasi DPT untuk melindungi bayi dari penyakit Difteri, Pertusis (batuk rejan), Tetanus
- Imunisasi Campak untuk melindungi bayi dari penyakit Campak

Di mana Imunisasi Dapat Diperoleh??

- POSYANDU
- POSKESMAS
- Praktek dokter/bidan
- Rumah Sakit

## KAPAN WAKTU IMUNISASI ??

Usia	Imunisasi yang diberikan
0 bulan	Hepatitis B 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
9 bulan	Campak
18 bulan	Hib Booster
24 bulan	Campak Booster



### Keadaan yang TIDAK memperbolehkan anak diimunisasi

- Sakit berat, demam tinggi (panas lebih > 38°C), disertai kejang
- Reaksi berlebihan (alergi) setelah diberikan salah satu jenis imunisasi → imunisasi yang sama tidak dilanjutkan









