

LAMPIRAN 1



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU

Jl. Melur Nomor 103, Kel. Harjosari, Kec. Sukajadi Kota Pekanbaru 28122
Telepon : (0761) 36581 Fax : (0761) 20656
Email : poltekkespekanbaru@yahoo.co.id , pkkr@pkkr.ac.id Website : www.pkkr.ac.id



Nomor : PP.03.01/3.5/1571/2023 27 Maret 2023
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

Yth. Pimpinan PMB Hasna Dewi
di
Pekanbaru

Sesuai dengan Kalender Akademik Semester Genap T.A 2022/2023 Mahasiswa Tingkat III Prodi D-III Kebidanan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau 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 berikut ini :

NO	NIM	NAMA	TINGKAT/SEMESTER
1	P032015401008	Dhia Mardiyah	III A / VI
2	P032015401054	Jesica Anastasia Simanjuntak	III B / VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Hasna Dewi yang Ibu pimpin, untuk itu kami mohon kesediaan ibu agar dapat memberi izin dan memfasilitasi yang bersangkutan dalam pencapaian kasus tersebut.

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian
Kesehatan Riau,



Husnan

LAMPIRAN 2

PMB HASNA DEWI FS
Bidan: HASNA DEWI FS, A.Md. Keb SKM
JL. HR. SOEBRANTAS KOTA PEKANBARU

Pekanbaru, maret 2023

Nomor : /KP-A/VI/2023
Lampiran : 1 (Satu) Berkas
Hal : Surat Balasan Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir (LTA)

Kepada Yth:

Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau
di.
Pekanbaru

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hasna Dewi Amd.Keb SKM
Jabatan : Pimpinan PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru

Menyatakan bahwa,

Nama : Dhia Mardhiyah
IM : P032015401008
Tingkat : III A
Semester : VI (Enam)

Dengan ini telah selesai melaksanakan pemantauan kasus pada ibu hamil, mulai dari kehamilan trimester III, persalinan, nifas, BBL, dan neonatus secara berkelanjutan sebagai pelayanan Laporan Tugas Akhir (LTA) dengan judul "Asuhan Kebidanan Komperhensif Pada Ny. F di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru"

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana gunanya

Pemimpinan PMB Hasna Dewi



Hasna Dewi Amd. Keb, SKM

LAMPIRAN 3

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIE

(INFORMED CONCENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini, adalah bertindak sebagai diri saya/orang tua/suami/keluarga dari klien:

Nama : Fauziah Br Sinaga

Umur : 21 tahun

Alamat : Jl. Cipta karya

Menyetui untuk menjadi klien dalam Pengambilan Pasien Laporan Tugas Akhir Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau dan menyetujui jika terdapat tindakan medis yang akan dilakukan oleh:

Nama : Dhia Mardhiyah

NIM : P032015401008


Judul : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. F di PMB Hasna Dewi
Kota Pekanbaru

Berdasarkan penjelasan yang diberikan oleh mahasiswa tersebut, bersama dengan ini saya menyatakan tidak keberatan untuk menjadi klien dan akan memberikan jawaban yang sebenar-benarnya sebagaimana yang diperlukan. Demikian pernyataan ini dibuat tanpa adanya paksaan dan tekanan dari pihak manapun, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, Desember 2022

Menyetujui

Suami/Keluarga


(Rahmat yada)

Klien/Pasien


(Fauziah Br Sinaga)

LAMPIRAN 4

LEMBAR KONSULTASI

LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANANPOLTEKKES KEMENKES RIAU

T. A 2022/2023

Nama mahasiswa : Dhia Mardhiyah
 NIM : P032015401008
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.
 F di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru
 Pembimbing 1 : Rully Hevrialni SST, M.Keb

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	27/03/2023	Kajian kasus	Pemeriksaan penunjang K1 HNC	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
2.	29/03/2023	BAB 1	Perbaikan penyusunan & tulisan pada bab 1	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
3.	30/03/2023	BAB 4	Perbaikan kata dan jumlah kata	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
4.	31/03/2023	BAB 2	Tambahkan perm bidang pre - post SC, Kori SC	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
5.	1/4/2023	Kajian kasus	Perbaikan penulisan dan huruf m m kata	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
6.	05/04/2023	BAB 1 - BAB 5	<i>all upian</i>	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
7.	11/05/2023	BAB 1 - BAB 5	perbaiki tulisan	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
8.	13/05/2023	Pembahasan	Revisi jumlah kalimat	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
9.	15/05/2023	Abstrak	perbaiki abstrak	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
10.	16/05/2023	Pembahasan	perbaiki pembahasan	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
11.	17/05/2023	BAB 2	tambahkan jumlah	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>
12.			<i>all upian</i>	<i>dhia</i>	<i>[Signature]</i>

Pekanbaru,20...

Pembimbing Utama /
Pendamping

[Signature]
Rully Hevrialni SST, M.Keb

LEMBAR KONSULTASI

LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII
KEBIDANANPOLTEKKES KEMENKES RIAU

T. A 2022/2023

Nama mahasiswa : Dhia Mardhiyah
 NIM : P032015401008
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.
 F di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru
 Pembimbing 2 : Elly Susilawati SST, M. Keb

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	20/3/2023	Penulisan cover-BAB III	Perbaiki penulisan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
2.	24/3/2023	BAB 4	Perbaikan penulisan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3.	30/3/2023	BAB 5	Penyusunan kata dan penulisan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
4.	05/04/2023		Perbaikan dan Aoc	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
5.	15/05/2023	BAB 4	Perbaikan Penulisan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
6.	16/05/2023	BAB 1-5	Perbaikan Pembahasan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
7.	19/05/2023		Aoc	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					

Pekanbaru,2023

Pembimbing Utama /
Pendamping

[Signature]
Elly Susilawati SST, M Keb

LAMPIRAN 5

SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI

Nama : Ny. F Alamat : Jl. Cipta Karya
 Umur Ibu : 21 th Koc/Kab :
 Pendidikan : SEMA Pekerjaan : IRT
 Hamil Ke : 1 Had Terakhir tgl. : 06-04-2011 Pekerjaan Persalinan tgl. : 16-01-2013
 Periksa I
 Umur Kehamilan : 7 bh Di : PMB Horna Dewi

KEL	NO.	Masalah Faktor Risiko	SKOR	IV			
				Tributan			
FR.				I	II	III	II2
		Skor awal ibu hamil	2				1
I	1	Terlalu muda, hamil ≤ 16 th	4				
	2	Terlalu tua, hamil ≥ 35 th	4				
		Terlalu lambat hamil I, kawin ≥ 4 th	4				
	3	Terlalu lama hamil lagi (≥ 10 th)	4				
	4	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 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. Tekan tang / vakum	4				
		b. Uri drogh	4				
		c. Dben 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	Bongkok pada muka/lingka 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				
	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Preeklampsia Berat / Kejang 2	8				
		JUMLAH SKOR					2

KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI' PERENCANAAN PERSALINAN AMAN

Persalinan Melahirkan tanggal : 14 / 01 / 2013

RUJUK DARI :	1. Sendiri 2. Dukun <u>3. Bidan</u> 4. Puskesmas	RUJUK KE :	1. Bidan 2. Puskesmas <u>3. RS</u>
--------------	---	------------	--

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

Gawat Obstetrik : Kel. Faktor Resiko I & II 1. <u>Chorionkonion</u> 2. 3. 4. 5. 6.	Gawat Obstetrik : Kel. Faktor Resiko I & II 1. Perdarahan antepartum Komplikasi Obstetrik 3. Perdarahan postpartum 4. Uri tertinggal 5. Persalinan Lama
--	---

TEMPAT :	PENOLONG :	MACAM PERSALINAN :
1. Rumah Ibu 2. Rumah Bidan 3. Polindes 4. Puskesmas <u>5. Rumah Sakit</u> 6. Perjalanan	1. Dukun <u>2. Bidan</u> <u>3. Dokter</u> 4. Lain-lain	1. Normal 2. Tindakan Pervaginam <u>3. Operasi Sesar</u>

PASCA PERSALINAN :
IBU :
1. Hidup ✓
2. Mati, dengan penyebab
a. Perdarahan b. Preeklampsia/Eklampsia
c. Partus Lama d. Infeksi e. Lain-2...

TEMPAT KEMATIAN IBU
1. Rumah Ibu
2. Rumah Bidan
3. Polindes
4. Puskesmas
5. Rumah Sakit
6. Perjalanan

BAYI :
1. Berat lahir : 3.900 gram, laki-laki/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

Penyuluhan Kehamilan/Persalinan Aman – Rujukan Terencana

KEHAMILAN			KEHAMILAN DENGAN RISIKO			
JML SKOR	JML SKOR	PERAWA TAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN
						RDB RDR RTW
2	KRT	BIDAN	TIDAK DIRUJUK	TIDAK DIRUJUK	BIDAN	
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLUNDES PKM / RS	BIDAN DOKTER	
≥12	KRST	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER	

Kematian ibu dalam Kehamilan : 1. Abortus 2. Lain-lain

LAMPIRAN 6

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	Preeklamsi berat/Eklampsia		✓
10	Tinggi fundus uteri > 40 cm dan < 25 cm		✓
11	Demam > 38°C		✓
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)		✓

LAMPIRAN 7

Diterjemahkan dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia - www.onlinedoctranslator.com

Skala Depresi Pascakelahiran Edinburgh₁ (EPDS)

Nama: Ny.F Tanggal

Alamat: Jl. Cipta Karya

Lahir Anda: 2001 Tanggal Lahir Bayi:

14 - Januari - 2023

Telepon: 097866948511

Saat Anda sedang hamil atau baru saja melahirkan, kami ingin tahu bagaimana perasaan Anda. Silakan periksa jawaban yang paling mendekati perasaan Anda **DALAM 7 HARI TERAKHIR**, bukan hanya perasaanmu hari ini.

Ini contohnya, sudah selesai.

Saya merasa bahagia:

- Ya, selalu Ya, hampir
 selalu Tidak, tidak
 terlalu sering Tidak,
 tidak sama sekali

Ini berarti: "Saya sering merasa bahagia" selama seminggu terakhir. Silakan selesaikan pertanyaan lain dengan cara yang sama.

Dalam 7 hari terakhir:

1. Saya bisa tertawa dan melihat sisi lucu

- Sebanyak yang saya selalu bisa Tidak
 begitu banyak sekarang Pasti tidak
 begitu banyak sekarang Tidak sama
 sekali

2. Saya jelah melihat ke depan dengan kenikmatan untuk hal-hal

- Seperti yang pernah saya lakukan
 Agak kurang dari dulu Pasti
 kurang dari dulu Hampir tidak
 sama sekali

* 3. Saya menyalahkan diri sendiri secara tidak perlu ketika terjadi kesalahan

- Ya, sebagian besar waktu
 Ya, kadang-kadang Tidak
 terlalu sering
 Tidak, tidak pernah

4. Saya merasa cemas atau khawatir tanpa alasan yang jelas Tidak,

- tidak sama sekali
 Hampir tidak pernah
 Ya kadang-kadang
 Ya, sangat sering

* 5 Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas Ya,

- cukup banyak
 Ya kadang-kadang
 Tidak, tidak banyak
 Tidak, tidak sama sekali

* 6. Hal-hal telah menimpa saya

- Ya, sebagian besar waktu saya belum bisa mengatasinya sama sekali
 Ya, terkadang saya tidak bisa mengatasinya dengan baik seperti biasanya
 Tidak, sebagian besar waktu saya telah mengatasinya dengan cukup baik
 Tidak, saya telah mengatasinya dengan baik seperti sebelumnya

* 7 Saya sangat tidak bahagia sehingga saya sulit tidur Ya,

- sebagian besar waktu
 Ya kadang-kadang
 Tidak terlalu sering
 Tidak, tidak sama sekali

* 8 Saya merasa sedih atau sengsara

- Ya, sebagian besar waktu
 Ya, cukup sering
 Tidak terlalu sering
 Tidak, tidak sama sekali

* 9 Saya sangat tidak bahagia sehingga saya menangis Ya,

- sebagian besar waktu
 Ya, cukup sering
 Hanya sesekali
 Tidak, tidak pernah

* 10 Pikiran untuk melukai diri sendiri telah terjadi pada saya

- Ya, cukup sering
 Kadang-kadang
 Hampir tidak pernah
 Tidak pernah

Dikelola/Ditinjau oleh Dhia Mardiyah Tanggal 21 Januari 2023

Sumber: Cox, JL, Holden, JM, dan Sagovsky, R. 1987. Deteksi depresi pascakelahiran: Pengembangan Skala Depresi Pascanatal Edinburgh 10-item. *Jurnal Psikiatri Inggris* 150:782-786.

Sumber: KL Wisner, BL Parry, CM Piontek, Postpartum Depression N Engl J Med vol. 347, No 3, 18 Juli 2002, 194-199

Pengguna dapat mereproduksi skala tanpa izin lebih lanjut asalkan mereka menghormati hak cipta dengan mengutip nama penulis, judul dan sumber makalah dalam semua salinan yang direproduksi.

LAMPIRAN 8

Contoh menu makanan ibu hamil

Pagi

Roti	3 pisa	150gr
Jelut	1 bta sedang	55gr
Tempe	2 pisa sedang	50gr
Juana buana	1 mangkok	
Apel	1 pisa sedang	

• Selingan: susu 1 gelas, peraya 1 pisa sedang

Siang

Nasi	1 piring	300gr
Ikan	1 pisa sedang	40gr
Tahu	2 pisa sedang	50gr
Sayur bayam	1 mangkok	
Pisang	1 buah	


• Selingan: susu 1 gelas, apel 1 pisa sedang

Malam

Kentang	2 buah sedang	210gr
Bakso	3 buah sedang	50gr
Tahu	2 pisa sedang	50gr
Juana sawi	1 mangkok	
Pisang	1 buah	

• Selingan: susu 1 gelas

Kebutuhan Nutrisi Ibu selama Kehamilan



Dhia Mardhivah

POLTEKES KEMENKES RIAU

Tujuan Pemenuhan Nutrisi Ibu

- Mempenuhi kebutuhan gizi ibu & janin
- Membantu proses tumbuh kembang janin
- Sebagai sumber tenaga ibu & janin
- Mengurangi resiko & komplikasi

Macam-macam Nutrisi untuk Ibu

✓ **Karbohidrat**
Sebagai sumber energi
Sumber nasi, jagung, kentang, roti, gandum
Batas: oake, permay, cola



✓ **Protein**
Membantu proses tumbuh kembang janin, payudara
Sumber daging, ayam, ikan, telur, tahu, tempe, susu, kacang-kacangan



✓ **Lemak**
Sebagai sumber omega 3 & 6 untuk perkembangan mata & otak
Sumber kacang, ikan laut

✓ **Vitamin & Mineral**
Asam folat: pembentukan sel saraf & mencegah kelainan janin
Sumber sayuran hijau, beras merah, buah
Kalsium: pembentukan tulang & bakal gigi
Sumber susu, bijibijian, kakao
Zat besi: pembentukan darah, mencegah anemia
Sumber hati, daging, kuning telur, sayuran hijau, ikan
Lepaskan dendeng buah & sayur

✓ **Air**
Mencegah dehidrasi
Mempresasi proses metabolisme tubuh
Minum air 8-10 gelas per hari.



Tips Menatur Pola Makan Ibu

- Gizi seimbang & bervariasi
- Tidak ada pantangan
- Makan sedikit tapi sering
- Tidak merokok & minum minuman keras



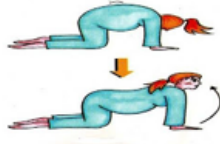
Ibu hamil yang kekurangan Nutrisi

- Anemia
- Dehidrasi
- Mutuh terancam infeksi
- Respon badan ibu hamil tidak normal
- Janin keadanya
- Bayi lahir premature
- Berat bayi lahir rendah



❖ **Senam untuk pinggang (posisi merangkak)**

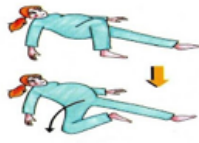
1. Badan dalam posisi merangkak
2. Sambil menarik napas angkat perut dan pinggul ke atas dengan wajah menghadap ke bawah
3. Sambil peralihanlah mengangkat wajah kembuskan napas, turunkan pinggul kembali dengan peralihan (gambar 6). Lakukan 10 kali.



Gambar 6 Senam Untuk Pinggang (Posisi Merangkak)

❖ **Senam dengan satu lutut**

1. Tidur terlentang, tekuk lutut kanan.
2. Lutut kanan digerakkan perlahan kearah kanan lalu kembalikan (gambar 7). Ganti kaki kiri. Lakukan 10 kali.



Gambar 7 Senam Dengan Satu Lutut

❖ **Senam dengan kedua lutut**

1. Tidur terlentang, kedua lutut ditebuk dengan tumit dikawatkan.
2. Kedua lutut digerakkan perlahan-lahan kearah kiri dan kanan. Lakukan 8 kali. (gambar 8)



Gambar 8 Senam Dengan Kedua Lutut

Senam Ibu Hamil



Menurunkan & mencegah sakit pinggang, beratnya selama kehamilan.

Menurunkan ketegangan otot, otot sendi sehingga mempermudah kelahiran.

POLTEKES KEMENKES RIAU

Syarat untuk Melakukan Senam

- Usia kehamilan lebih dari 22 minggu.
- Tidak ada riwayat antepartum bleeding.
- Sebaiknya dilakukan dengan pengawasan oleh petugas kesehatan.

❖ **Senam untuk kaki**

1. Duduk bersandar, kedua kaki diluruskan rileks.
2. Tarik jari-jari kearah tubuh lalu lipat ke depan. Lakukan 10 kali. (gambar 1)
3. Tarik kedua telapak kaki kearah tubuh dan dorong ke depan. Lakukan 10 kali. (gambar 2)



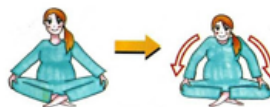
Gambar 1 Gerakan jari-jari kaki



Gambar 2 Gerakan telapak kaki

❖ **Senam duduk bersila**

1. Duduk rileks, kedua telapak tangan di atas lutut.
2. Tekan lutut ke bawah dengan perlahan-lahan. Lakukan 10 kali. (gambar 3)



Gambar 3 Senam Duduk Bersila

❖ **Cara tidur yang nyaman**

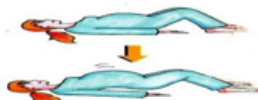
- Berbaringlah miring dengan lutut di



Gambar 4 Senam Ibu Hamil Berbaring Miring

❖ **Senam Untuk Pinggang (posisi terlentang)**

1. Tidur terlentang lutut ditebuk jangan terlalu tinggi berada di samping badan
2. Angkatlah pinggang secara perlahan. Lakukan 10 kali. (gambar 5)



Gambar 5 Senam Pinggang (Posisi Terlentang)

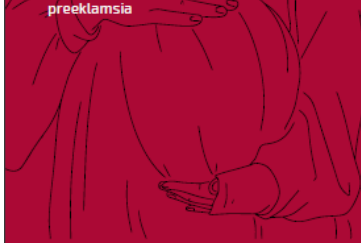
Asuhan Kebidanan Kehamilan

4. sakit kepala hebat

Sakit kepala selama kehamilan merupakan hal yang umum, seringkali merupakan keluhan yang normal dalam kehamilan. Sakit kepala yang menunjukkan suatu masalah yang serius adalah sakit kepala hebat yang menetap dan tidak hilang dengan beristirahat. Kadang-kadang dengan sakit kepala yang hebat tersebut, ibu dapat menemukan penglihatannya menjadi kabur atau berbayang. Sakit kepala hebat dalam kehamilan merupakan gejala dan preeklamsia.

5. Penglihatan Kabur

Karena pengaruh hormonal, ketajaman penglihatan ibu dapat berubah dalam kehamilan. Perubahan yang kecil adalah normal. Masalah penglihatan yang menunjukkan keadaan yang mengancam jiwa adalah perubahan penglihatan mendadak, misalnya pandangan kabur atau berbayang/berbintik-bintik. Perubahan penglihatan ini mungkin disertai dengan sakit kepala yang hebat. Perubahan penglihatan mendadak mungkin merupakan suatu tanda preeklamsia



Terimakasih..

Ketidak Nyamanan dan Tanda Bahaya Ibu Hamil Trimester III

Dhia Mardhiyah

Ketidak Nyamanan Pada Kehamilan Trimester III



1. Sering buang air kecil

Semakin mendekati persalinan, janin akan bergerak turun ke area panggul dan membuat Bumil merasakan adanya tekanan pada kandung kemih mengatasi hal tersebut lakukan hal berikut :

- kurangi mengonsumsi minuman berkafein
- Minum air putih minimal 8 gelas/hari Namun, hindari minum sebelum tidur.
- Jangan menahan rasa ingin buang air kecil

2. Kaki Bengkak

Besarnya ukuran rahim saat hamil tua bisa membentuk "bendungan" pembuluh darah di pangkal pahamenyebabkan aliran darah balik dari kaki ke jantung sedikit terhambat Cara Mengatasinya dengan cara :

- usahakan tidak terlalu lama berdiri
- Meletakkan kaki diatas kursi/ letakkan beberapa bantal diatas kaki beberapa jam sebelum tidur agar cairan yang bertumpuk di bagian kaki dapat naik, disaring oleh ginjal, dan dikeluarkan melalui urine.

3. Insomnia

Hal tersebut utamanya disebabkan oleh perut yang sudah sangat membuncit, sehingga sulit untuk berganti posisi tidur. Alasan lainnya adalah pengaruh hormon estrogen dan janin yang aktif bergerak

Cara Mengatasinya :

- osisi berbaring yang paling untuk ibu hamil memang menyamping ke arah kiri. Karena dengan posisi ini, aliran darah ke janin lebih lancar.
- bermeditasi atau menyetel musik sebelum tidur untuk menenangkan pikiran. Mendapatkan pijatan ringan dengan essential oil,
- hindari menonton televisi atau menatap layar handphone sebelum tidur

4. Nyeri punggung

Peningkatan kadar progesteron selama kehamilan mengendurkan sendi dan otot untuk mengakomodasi pertumbuhan rahim. Hal ini pun meningkatkan fleksibilitas di panggul. Selain itu, postur tubuh ikut berubah karena membawa beban ekstra. Sehingga, postur berdiri, berjalan, dan duduk Mums lebih condong ke satu sisi atau sisi lain, yang dapat menyebabkan nyeri punggung bagian bawah atau pinggul.

Untuk mengatasi hal tersebut,

- lakukan senam hamil
- Letakkan bantal di punggung saat tidur untuk menyangga punggung dan perut Bumil. Jika Bumil tidur dengan posisi miring, letakkan bantal di antara tungkai.
- Duduk dengan tegak dan gunakan kursi yang menopang punggung dengan baik.
- Gunakan sepatu yang nyaman
- Kompres punggung dengan handuk hangat.

Tanda Bahaya Pada Kehamilan Trimester III

1. Bengkak/ oedema pada tangan dan muka

Bengkak yang terjadi pada muka dan tangan menunjukkan ada masalah serius, tidak hilang setelah beristirahat dan dikutoo dengan keluhan fisik lainnya. hal ini bisa merupakan gejala anemia, gagal jantung atau preeklampsia

2. Nyeri Abdomen Hebat

Nyeri ini menetap dan tidak hilang setelah persalinan, hal ini bisa disebabkan appendicitis, persalinan preterm, gastritis, penyakit kantung empedu, dll

3. Perdarah Pervaginam

Perdarahan pada akhir kehamilan yang tidak normal adalah merah, dan kadang* tapi tidak selalu. ini bisa disebabkan oleh plasenta previa.



PIJAT BAYI



OLEH
KADEK NOVIANI
070116B034

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2017

Apa itu pijat bayi ??

Pijat bayi adalah gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijatan lembut akan membantu meringankan ketegangan otot sehingga bayi menjadi tenang dan tertidur (Prasetyo, 2009).



Apa 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. Meningkatkan kesigapan
7. Membuat tidurlelap
8. Mengurangi rasa sakit mengurangi kembung dan sakit perut
9. Meningkatkan hubungan batin antara orang tua dan bayi
10. Meningkatkan produksi air susu ibu

Hal-Hal Yang Tidak Dianjurkan Selama Pemijatan :

- a. Memijat bayi langsung setelah selesai minum susu.
- b. Membangunkan bayi khusus untuk pemijatan.
- c. Memijat bayi pada saat bayi dalam keadaan tidak sehat.
- d. Memijat bayi pada saat bayi tidak mau dipijat.
- e. Memaksakan posisi pijat tertentu pada bayi

Waktu dilakukan pemijatan

Pijat bayi dapat segera dimulai setelah bayi dilahirkan, sesuai dengan keinginan orang tua. Dengan lebih cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapat keuntungan yang lebih besar. Apalagi jika pemijatan dapat dilakukan setiap hari dari sejak kelahiran sampai bayi berusia 6-7 bulan (Roesti, 2009). Waktu terbaik untuk memijat bayi ketika bayi terjaga dan senang.

Waktu pemijatannya sebaiknya dilakukan 2 kali sehari yaitu :
1. Pagi dan sore hari sebelum mandi
2. Malam hari, sebelum tidur.

Urutan pijat bayi

1. Kaki
 - Gerakan tangan dari pangkal paha sampai kepergelangan kaki seperti memerah susu atau memeras.
 - Mengusut telapak kaki bayi secara bergantian. Pijat jari kaki dengan gerakan memutar dan diakhiri dengan tarikan lembut pada setiap ujungnya.
 - Urut-punggung kaki secara bergantian
 - Kemudian buat gerakan menggulung dari pangkal paha ke pergelangan kaki.

2. Perut

- Lakukan gerakan seperti mengayuh pedal sepeda, dari atas kebawah perut.
- Letakkan kedua ibu jari di samping kanan dan kiri pusat perut, gerakan kedua ibu jari ke arah tepi kanan dan kiri perut.
- Lakukan gerakan "I LOVE U" memijat dari kanan atas perut bayi kemudian ke kiri bawah membentuk "L" terbalik. "YOU" memijat dari kanan bawah ke atas kemudian ke kiri dan berakhir di perut kiri bawah membentuk huruf "U".

3. Dada

- Lakukan pijatan seperti membuat hati. Letakkan kedua tangan kita di tengah dada bayi kita dan gerakan keatas kemudian ke sisi luar tubuh dan kembali ke ulu hati tanpa mengangkat tangan seperti membentuk hati.
- Lakukan pemijatan seperti bennuk kupu-kupu. Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada ulu hati ke arah bahu kanan, & kembali ke ulu hati. Gerakan tangan kiri anda ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati

4. Tangan

- Buatlah gerakan memijat ketiak dari atas ke bawah, jika terdapat pembengkakan kelenjar di daerah ketiak jangan lakukan gerakan ini.
- Gerakan tangan seperti memerah susu atau seperti memeras dari pundak ke pergelangan tangan.
- Pijat telapak tangan dengan kedua ibu jari, dari pergelangan tangan kearah jari-jari.
- Pijat lembut jari bayi satu persatu menuju ke arah ujung jaridengan gerakan memutar, akhiri dengan tarikan lembut pada setiap ujung jari.
- Usap punggung tangannya dari pergelangan tangan ke arah jari-jari dengan lembut.
- Bentuklah gerakan menggulung dari pangkal lengan menuju kearah pergelangan tangan

5. Wajah

- Gerakan tangan kita dari tengah wajah samping seperti membasuh muka. Tekanan jari-jari kita dari tengah dahi kesamping seperti menyetrika dahi.
- Letakkan kedua ibu jari anda pada pertengahan alis, tekanan ibu jari anda dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung ke arah pipi dengan membuat gerakan kesamping dan ke atas seolah membuat bayi tersenyum (senyum I).
- Letakkan kedua ibu jari anda diatas mulut disidrah sekat hidung. Gerakan kedua ibu jari dari tengah kesamping dan keatas daerah pipi seolah membuat bayi tersenyum (senyum II).
- Letakkan kedua ibu jari anda di tengah dagu. Tekanan kedua ibu jari pada dagu dengan gerakan dari tengah ke samping, kemudian ke atas ke arah pipi seolah membuat bayi tersenyum (senyum III).
- Buatlah lingkaran-lingkaran kecil disidrah rahang bayi dengan kedua jari telunjuk tangan anda, berikan tekanan lembut pada daerah belakang telinga kanan dan kiri.

6. Punggung

- Menggerakkan tangan kita maju mundur dari bawah leher ke pantat bayi.
- Pegang dan tahan pantat bayi dengan tangan kanan, kemudian usapkan telapak tangan kiri kita seperti menyetrika punggung, dari leher ke pantat

7. Punggung

- Menggerakkan tangan kita maju mundur dari bawah leher ke pantat bayi.
- Pegang dan tahan pantat bayi dengan tangan kanan, kemudian usapkan telapak tangan kiri kita seperti menyetrika punggung, dari leher ke pantat



- 6 Pijat dari atas ke bawah di sisi kanan dan kiri tulang belakang dengan gerakan memutar sebanyak 3x.



- 7 Pijat dari bawah ke atas di sisi kanan dan kiri tulang belakang dengan gerakan memutar sebanyak 3x.

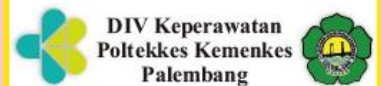


- 8 Pijat punggung ibu membentuk pola "love" menggunakan bagian punggung jari bergantian antara kanan dan kiri.



YUK CARI TAU MANFAAT PIJAT OKSITOSIN

ECHA KANIA DIVA
NIM.PO.71.20.4.16.005



APA SII PIJAT OKSITOSIN ITU ?



Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلانرانب produksi ASI

TUJUAN

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau reflex let down. Atau yang biasa disebut sebagai reaksi pengeluaran ASI.



MANFAAT PIJAT OKSITOSIN

- Memberikan kenyamanan pada ibu,
 - Mengurangi bengkak (engorgement),
 - Mengurangi sumbatan ASI,
 - Merangsang pelepasan hormon oksitosin,
- Mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit

ALAT-ALAT



KAPAN MELAKUKANNYA ?

- 1 Sebelum menyusui atau memerah ASI lebih disarankan
- 2 Saat pikiran ibu sedang pusing, badan pegal-pegal. Cukup 3-5 menit saja per sesi



LANGKAH-LANGKAH

- 1 Ibu duduk rileks, tangan dilipat, kepala di atasnya.
- 2 Lepaskan baju dan bra.
- 3 Pijat bagian belakang leher dengan gerakan memutar, diulang sebanyak 3x...



- 4 Pijat bagian sepanjang bahu dengan gerakan memutar, diulang sebanyak 3x.



- 5 Pijat sebelah tulang belikat dengan gerakan memutar diulang sebanyak 3x

MENGISAP

- Isapan lambat
- Pipi membulat saat mengisap
- Bayi melepaskan payudara saat selesai menyusui
- Ibu merasakan tanda-tanda refleks oksitosin

Tanda-tanda dan sensasi refleks oksitosin aktif diantaranya:

- Sensasi diperas atau gelenyar pada payudara sesaat sebelum atau selama ibu menyusui bayinya
- ASI mengalir pada payudara saat ibu memikirkan atau mendengar bayinya menangis
- ASI menetes dari payudara sebelahnya saat ibu menyusui bayinya
- ASI mengalir dari payudara dalam semburan yang halus jika bayi melepaskan payudara saat menyusui

MEMERAH ASI

Memerah ASI sangat menolong dalam beberapa situasi yang memungkinkan ibu memulai atau melanjutkan menyusui atau mengatasi kesulitan, memerah ASI dengan tangan adalah cara yang paling bermanfaat

Manfaat memerah ASI:

- Mengurangi pembengkakan dan penyumbatan pada payudara
- Memberi ASI perah pada BBLR, Bayi sakit, Bayi yang mengalami kesulitan dalam menyusui
- Memberikan ASI pada bayi saat ibu bekerja
- Mempertahankan dan memproduksi ASI

CARA MEMERAH ASI DENGAN TANGAN

- Mencuci tangan dengan sabun setiap akan memerah
- Buatlah posisi yang nyaman bisa duduk atau berdiri
- Letakkan atau pegang wadah di bawah areola, jari tunjuk 3 cm di bawah puting dan areola membentuk huruf C
- Dorong payudara ke arah dada tanpa mengubah posisi jari
- Lanjutkan dengan gerakan ke depan memijat jaringan di bawah areola sehingga memerah ASI dalam saluran ASI, lakukan gerakan ini sampai pancaran ASI berkurang



PERHATIAN!

Hindari meremas puting, karena dapat menyumbat saluran payudara dan jangan menarik puting karena dapat menyebabkan lecet

Rumah Sakit Umum Daerah Kota Banjar
Jl. Rumah Sakit No. 05 Kota Banjar
Telp. 0265-741032 Fax. 0265-744730
Jawa Barat

TEKNIK MENYUSUI



RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
KOTA BANJAR

Jl. Rumah Sakit No. 05 Kota Banjar
Telp. 0265-741032 Fax. 0265-744730
Kode Pos 46322
Jawa Barat



TEKNIK MENYUSUI

Menyusui adalah hal yang mendasar bagi kesehatan dan perkembangan anak, dan penting untuk kesehatan ibunya. Hanya ASI yang dibutuhkan bayi anda dalam 6 bulan pertama kehidupannya, WHO dan UNICEF merekomendasikan agar anda hanya memberikan ASI saja pada bayi anda, sejak dari lahir hingga 6 bulan (ASI Eksklusif), setelah 6 bulan mulailah pemberian Makanan Tambahan Pendamping ASI (MPASI) sambil terus menyusui bayi anda hingga usia 2 tahun adalah standar emas pemberian makanan pada bayi.

MANFAAT PEMBERIAN ASI

BAGI BAYI

- Sumber nutrisi dan kalori yang lengkap, komposisi ASI berubah setiap saat sesuai dengan kebutuhan bayi
- Perlindungan optimal dari berbagai penyakit, karena ASI mengandung zat imunitas dan antibodi
- Meningkatkan kecerdasan (IQ) bayi, karena mengandung nutrisi untuk sel otak
- Meningkatkan perkembangan emosi, kepribadian dan kepercayaan diri

BAGI IBU

- Membuat ibu bahagia, bangga dan percaya diri karena dapat memberikan hal terbaik bagi bayinya
- Meningkatkan hubungan emosional antara ibu dan bayi
- Mengurangi pendarahan setelah melahirkan
- Mempercepat rahim atau kandungan menjadi kecil kembali
- Meningkatkan kualitas kesehatan ibu

TIPS CARA MENYUSUI YANG SUKSES

POSISI

Menyusui yang tepat merupakan elemen penting dalam keberhasilan menyusui, ibu dapat memilih posisi menyusui sambil duduk atau berbaring, yang diperhatikan kenyamanan bagi ibu dan memudahkan bayi mencapai payudara

Posisi yang benar didapat dengan cara

- Topang badan bayi, terutama leher, bahu dan bokong, pastikan kepala, lengan dan badan bayi berada pada satu garis lurus
- Bayi didekap berhadapan dengan ibu, perut bayi menempel dengan perut ibu
- Kepala bayi lebih rendah dari payudara ibu
- Bayi mendekat ke payudara, hidung berhadapan dengan puting

BERBAGAI POSISI MENYUSUI



Bayi mendekat ke payudara, hidung berhadapan dengan puting



Posisi untuk bayi kembar

PELEKATAN

Pelekatan dimulai dengan cara mendekatkan bayi anda ke payudara, hidung bayi setinggi puting, rangsang refleks membuka mulut dengan cara menyentuh pipi atau bagian atas bibir bayi dengan puting, begitu mulut bayi membuka lebar, bawa bayi menuju payudara dengan gerakan cepat

Pelekatan yang baik ditandai dengan:

- Dagu bayi menempel pada payudara
- Sebagian areola masuk mulut bayi, tampak lebih banyak areola di atas bibir, dari pada bagian bawah dagu
- Bibir bawah bayi mengarah ke luar
- Mulut bayi terbuka lebar
- Ibu tidak merasa nyeri pada puting, pada saat menetek

PELEKATAN YANG BENAR



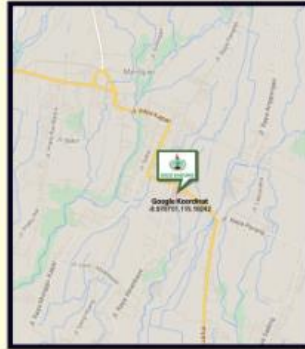


AKIBAT JIKA TIDAK MELAKUKAN PERAWATAN PAYUDARA

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

WAKTU PELAKSANAAN

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



Untuk penanganan dan informasi tentang perawatan payudara pada ibu nifas kunjungi Klinik Obgyn RSUD Badung Mangusada. Dokter kami siap membantu Anda.

Jalan Raya Kapal - Mangupura Badung
 Telp : 0361 - 9006612, 9006613
 Fax : 0361 - 4427218
 Email : rsudbadung@gmail.com
 Website : rsudmangusada.badungkab.go.id



RSUD KAB. BADUNG MANGUSADA

PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS



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



Melakukan perawatan payudara pada ibu sesudah melahirkan untuk melancarkan proses laktasi

MANFAAT

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

PERSIAPAN ALAT

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

TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA

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

Tempelkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara.

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

1) Gerakan pertama

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



2) Gerakan kedua

Satu tangan menahan payudara dari bawah, tangan yang lain mengurut payudara dengan

pinggir tangan dari arah pangkal ke puting susu, dilakukan 20-30 kali dilakukan pada kedua payudara secara bergantian.



3) Gerakan ketiga

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



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

5. Implan / Tusuk KB

- Dipasang di lengan atas bagian dalam
- Efektif selama 3 tahun
- Mengandung hormon progesteron
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Dapat di cabut setiap saat sesuai kebutuhan, dan kesuburan kembali cepat
- Dapat terjadi perubahan pola haid
- Dapat terjadi perubahan berat badan



6. IUD (Intra Uterine Device) / Spiral

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

- Efektifitas tinggi
- jangka panjang (5-10 tahun)
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Tidak mempengaruhi berat badan
- Haid bisa lebih banyak



Uterus, IUD, Cervix, Vagina, IUD String

Intrauterine Device (IUD)

7. Kontrasepsi Mantap (Starif)

- Khusus di gunakan untuk pasangan suami istri yang benar-benar tidak menginginkan tambah anak lagi

- Dilakukan dengan cara pemotretan (bisa bisa lekat)
- Dilakukan oleh dokter betah
- Sangat efektif dan bersifat permanen
- Tidak ada efek samping
- Tidak ada perubahan fungsi seksual

Comohnya :

1. Metode Operasi Wanita (MOW) / Tubektomi



2. Metode Operasi Pria (MOP) / Vasektomi



Kapan harus ber-KB?

1. 6 minggu setelah melahirkan
2. Dalam 7 hari saat haid
3. Setiap saat jika tidak hamil



Keluarga Berencana (KB)



Ditja Mardihah
Tingbrf_3A

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKES KEMENKES RIAU
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI D-III KEBIDANAN
TAHUN 2022**

APA ITU KB?

KB (Keluarga Berencana) adalah Suatu usaha untuk mengatur jumlah dan jarak antara kelahiran anak, guna meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga.

MANFAAT KB

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

Siapa yang harus ber KB?

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

Metode Kontrasepsi

Merupakan cara alat, obat-obatan, yang di gunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan.

1. MAL (Metode Amenore Laktasi)
 - Menyusui bayinya secara eksklusif setelah melahirkan (hanya ASI secara penuh, teratur, dan sering mungkin)
 - Sebelum haid
 - Efektif hanya sampai 6 bulan
2. Kondom
 - Efektif bila digunakan dengan benar
 - Tida mengganggu ASI
 - Mudah dan murah di dapat
 - Mencegah penyakit menular seksual



3. Pil KB

- Efektif bila digunakan dengan benar

- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Harus di minum setiap hari

Ada 2 jenis pil KB. Yaitu :

- a. Pil kombinasi (terdiri 2 hormon, yaitu progesteron dan estrogen)
 - Tidak cocok untuk ibu menyusui
- b. Mini Pil (terdiri 1 hormon, yaitu progesteron)
 - Tidak mengganggu produksi ASI, Cocok untuk ibu menyusui



4. KB Suntik

- Efektifitas tinggi
- Tidak mengganggu hubungan seksual

Terdapat 2 macam :

1. Suntikan 1 bulan
 - Mengandung estrogen dan progesteron
 - Mengganggu produksi ASI
 - Harus datang setiap 1 bulan untuk suntik
2. Suntikan 3 bulan
 - Mengandung progesteron saja
 - Tidak mengganggu produksi ASI
 - Harus datang setiap 3 bulan untuk suntik
 - Dapat terjadi gangguan haid



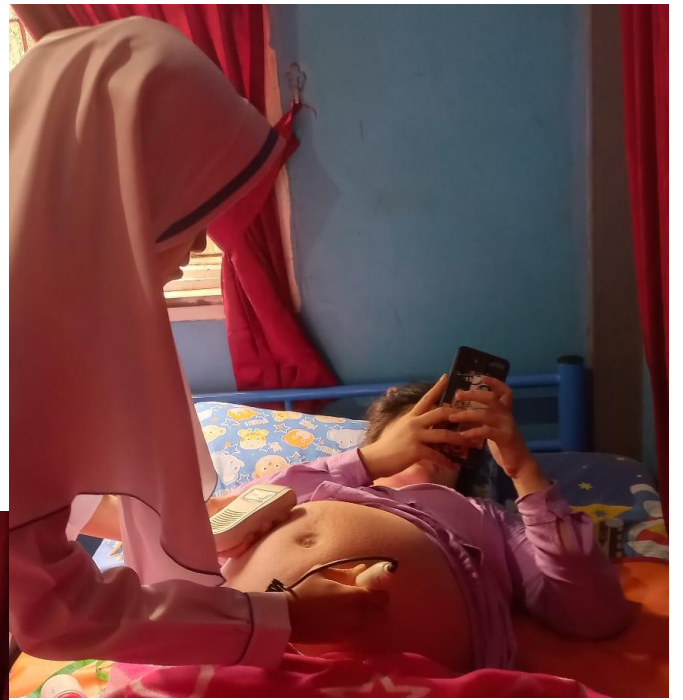


Cervix, Vagina, IUD String

Intrauterine Device (IUD)

LAMPIRAN 9











Solution for your health TRUSMIKITA BERSAMA KAMI **Biodataku**

Nama Orang Tua	:			
Nama Bayi	:	BY NY FAVEIAH BR SHAGA			
Tanggal / Hari Lahir	:	14 / 01 / 2023	Jam Lahir	:	15 35 WIB
Kehamilan	:	E1	Persalinan	:	SC
Jenis Kelamin	:	PEREMPUAN	Suhu	:
Ukuran	:	Panjang badan	:	48 cm
Berat Badan	:	3090 gr	Lingkar Dada	:	31 cm
Lingkar Kepala	:	33 cm			
Perawat / Bidan	:	SHAH			
Dokter Kandungan	:	dr. BUDI 406			
Dokter Anak	:	dr. SHAMESSA FA			

