

Lampiran



“KLINIK TAMAN SARI”

TAMAN SARI 1 KLINIK UTAMA Jl. Taman Sari No. 33 Tangkayong Selatan - Pekanbaru Telp. 0761 - 32410
TAMAN SARI 2 KLINIK PRATAMA Jl. Harapan Raya No. 55 Tangkayong Timur - Pekanbaru Telp. 0761 - 27346
TAMAN SARI 3 KLINIK PRATAMA Jl. Garuda Raya No. 37 Perum Sidamulya Kec. Marpagan Dumai Telp. 0761 567118
TAMAN SARI 4 KLINIK PRATAMA Jl. Koyak Raya Blok C17 No. 40 9 Desa Pundak Jaya Telp. 73786
TAMAN SARI 5 KLINIK PRATAMA Jl. Bakul Hamada No. 10 Kalam Kec. Temayan Raya Hp. 085210470122
TAMAN SARI 6 KLINIK PRATAMA Jl. Garuda Sakti Km 3 Cg. Bukit Latur No. 803 K. el. Simpang Raya Pekanbaru

Nomor : 08/SK /KTS/III/2023
Hal : Surat Balasan pengambilan Kasus
Laporan Tugas Akhir

Yth. Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Riau
Di
Pekanbaru

Sehubungan dengan surat nomor PP.03.01/3.5/1421/2023 mengenai Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir (LTA), dengan ini menerangkan bahwa Pimpinan Klinik Taman Sari memberikan izin Untuk Pengambilan Kasus di Klinik Taman Sari 1 kepada :

NO	NIM	NAMA	TINGKAT/SEMESTER
1.	P032015401005	Arfemintasya Binati Nurkhairani	III A/VI
2.	P032015401017	Julita	III A/VI
3.	P032015401026	Nuning Tri Wahyuni	III A/VI
4.	P032015401038	Windi Larasati	III A/VI

Demikianlah surat keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 23 Maret 2023

Pimpinan

HJ. Elmi YN, Amd. Keb, SKM

**SURAT/LEMBAR PERSETUJUAN
MENJADI PASIEN ASUHAN KEBIDANAN KMPREHENSIF**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Pasien : Popi
Umur : 31 tahun
Pekerjaan : IRT
Alamat : Jl.Mangga Besar

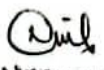


Hubungan dengan pasien suami/keluarga/kerabat :

Nama : Andi
Umur : 31 tahun
Pekerjaan : Wirausaha
Alamat : Jl. Taman Karya

Dengan ini menyatakan dan menyetujui, saya/istri/anak/saudara bersedia untuk menjadi pasien asuhan komprehensif mahasiswa Tk.3 Program studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau atas nama (Nuning Tri Wahyuni) tanpa adanya paksaan, dan semua ketentuan dan tindakan serta asuhan yang akan dilakukan telah dijelaskan dan sudah dipahami.

Pekanbaru, 02 Oktober 2022

Mengetahui,

Mahasiswa	Pasien	Saksi/Suami
 (Nuning Tri Wahyuni)	 (Popi)	 (Andi)

SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI

Nama: **Mj P** Alamat: **Ilir Mansa Besar**
 Umur: **31** Tahun Kelamin: **K**
 Pendidikan: **SI** Pekerjaan: **IRT**
 Hari ke: **1** Hari Terakhir: **15-01-2021** Masa Kehamilan: **24-25-26/21**
Penyakit
 Penyakit: **di (jangan Tambah Lagi)**

NO	Masalah/Gejala Risiko	SKOR	Totale
	Skor ibu hamil	2	2
1	Terdapat riwayat ISH	4	
2	Terdapat riwayat GDM	4	
3	Terdapat riwayat Kencing Akr	4	
4	Terdapat riwayat hipertensi	4	
5	Terdapat riwayat diabetes	4	
6	Terdapat riwayat GDM	4	
7	Terdapat riwayat Malaria	4	
8	Pemeriksaan kehamilan	4	
9	Pemeriksaan kehamilan	4	
	1. Tidak datang ke UKM	4	
	2. Tidak datang ke Puskesmas	4	
	3. Tidak datang ke Puskesmas	4	
	4. Tidak datang ke Puskesmas	4	
10	Pemeriksaan Sesar	8	
11	Pemeriksaan kehamilan	4	
	a. Kejang Darah & Muntah	4	
	b. TBC Paru	4	
	c. Kekurangan Gizi	4	
	d. Penyakit Menular Seksual	4	
12	berkecukupan nutrisi dan tenaga di trimester	4	
13	hamil kurang dari 20 minggu	4	
14	hamil kurang dari 36 minggu	4	
15	Bayi mati dalam kandungan	4	
16	Kemampuan bekerja	4	
17	Latah lumpuh	8	
18	Latah intang	8	
19	Penderitaan dalam kehamilan ini	8	
20	Persalinan Bersih Ruang 2	8	
Jumlah skor			2

PEDULIHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA

JL. WDA	JL. SKR	KEHAMILAN		KEHAMILAN DENGAN RISIKO			
		PERAWAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENDOKTER	RUJUKAN	
		TAH	KAN	NG	ROD	ROD	RTW
1	10	DOAN DOKTER	DOAN DOKTER	DOAN DOKTER	DOAN DOKTER	DOAN DOKTER	DOAN DOKTER
2	10	HRST DOKTER	RUJUKAN SAHT	RUJUKAN SAHT	RUJUKAN SAHT	DOKTER	DOKTER

Konsep: **Bu-Bu Kehamilan & Risiko** 2. **SKRIP**

KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI' PERENCANAAN PERSALINAN AMAN

Pemeriksaan Kehamilan

Rujukan DM	1. Sisa 2. Duka 3. Baku 4. Penderita	Rujukan	1. Sisa 2. Penderita 3. Baku
------------	---	---------	------------------------------------

Rujukan

1. Rujukan DM Berisiko	ROD	2. Rujukan Tidak Berisiko RTW
------------------------	-----	-------------------------------

Gawat Obstetrik

Kel. Faktor Risiko 1 & 2	Kel. Faktor Risiko 1 & 2
1	1. Risiko Obstetrik
2	
3	Komplikasi Obstetrik
4	1. Risiko Obstetrik
5	2. Risiko Obstetrik
6	3. Risiko Obstetrik

TEMPAT **PENDOKTER** **MACAM PERSALINAN**

1. Rumah Bu	1. Dokter	1. Sesar
2. Rumah Bidan	2. Bidan	2. Terbatas Persalinan
3. Rumah	3. Dokter	3. Operasi Sesar
4. Puskesmas	4. Bidan	
5. Rumah Sakt		
6. Puskesmas		

PASCA PERSALINAN

IBU:	TEMPAT KEMATIAN IBU
1. HSB	1. Rumah Bu
2. Mal. Anja p. s. s. s.	2. Rumah Bidan
3. Perdarahan	3. Puskesmas
4. P. s. s. s.	4. Puskesmas
5. P. s. s. s.	5. Rumah Sakt
6. P. s. s. s.	6. Puskesmas

BAYI

1. Berat badan	1. 1000 gr	2. Perdarahan
2. Lahir tidak hidup	1. 1000 gr	
3. Lahir tidak hidup		
4. Malokulasi	1. 1000 gr	
5. Berat badan	1. 1000 gr	

KEADAAN IBU SELAMA MASA INFAS (12 Hari Pasca Sakt)

1. Sakt	2. Sakt	3. M. s. s. s.
---------	---------	----------------

Keluarga Berencana 1. Ya 2. Tidak

Kategori Keluarga Miskin 1. Ya 2. Tidak



Latihan Fisik

SENAM NIFAS



D-III Kebidanan

Poltekkes Kemenkes Riau

Apa itu senam nifas?

adalah:

latihan jasmani yang dilakukan oleh ibu setelah melahirkan.

Apa tujuan senam nifas?

tujuan senam nifas adalah:

1. mempercepat proses penyembuhan
2. mengembalikan atau memperbaiki kekuatan dinding otot perut dan panggul.
3. membantu melancarkan peredaran darah.
4. meningkatkan kekuatan otot yang terlibat dalam persalinan.
5. memulihkan bentuk tubuh dan dinding perut kembali seperti sebelum hamil.

Kerugian bila tidak senam nifas

- infeksi karena involusi uterus yang tidak baik sehingga darah tidak dapat dikeluarkan.
- perdarahan yang abnormal.
- trombosis vena.
- timbul varises.

Macam- macam senam nifas

1. Hari pertama (6 jam pertama)

Posisi tubuh terlentang dan rileks, kemudian permukaan perut diawali dengan mengambil nafas melalui hidung, kembungkan perut dan tahan hingga hitungan ke-5. Lalu keluarkan nafas pelan-pelan melalui mulut sambil mengkontraksikan otot perut. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.











2. Hari kedua

Sikap tubuh terlentang dengan kedua kaki lurus ke depan. Angkat kedua tangan lurus ke atas sampai kedua telapak tangan bertemu, kemudian turunkan perlahan sampai kedua tangan terbuka lebar hingga sejajar dengan bahu. Lakukan gerakan dengan mantap hingga terasa otot sekitar tangan dan bahu terasa kencang. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.



3. Hari ketiga

Berbaring relaks dengan posisi tangan di samping badan dan lutut ditekuk. Angkat pantat perlahan kemudian turunkan kembali. Ingat jangan menghentak ketika menurunkan pantat. Ulangi sebanyak 8 kali.

<p>gambar 3</p> 	<p>4. Ke Empat</p> <p>Posisi tubuh berbaring dengan posisi tangan kiri di samping badan, tangan kanan di atas perut, dan lutut ditekuk. Angkat kepala sampai dagu menyentuh dada sambil mengerutkan otot sekitar anus dan mengkontraksikan otot perut. Kepala turun pelan-pelan ke posisi semula sambil mengendurkan otot sekitar anus dan melaksasikan otot perut. Jangan lupa untuk mengatur pernafasan. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.</p> 	<p>gambar 5</p> 	<p>6. Hari keenam</p> <p>Posisi tidur terlentang, kaki lurus, dan kedua tangan di samping badan, kemudian lutut ditekuk ke arah perut 90 derajat secara bergantian antara kaki kiri dan kaki kanan. Jangan menghentak ketika menurunkan kaki, lakukan perlahan namun bertenaga. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.</p> 	<p>8. Hari kedelapan</p> <p>Posisi memunggging, nafas melalui pernafasan perut. Kerutkan anus dan tahan 5-10 detik. Saat anus dikerutkan, ambil nafas kemudian keluarkan nafas pelan-pelan sambil mengendurkan anus. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.</p> 	<p>9. Hari kesembilan</p> <p>Posisi berbaring, kaki lurus, dan kedua tangan di samping badan. Angkat kedua kaki dalam keadaan lurus sampai 90 derajat, kemudian turunkan kembali pelan-pelan. Jangan menghentak ketika menurunkan kaki. Atur nafas saat mengangkat dan menurunkan kaki. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.</p> 	<p>7. Hari ketujuh</p> <p>Tidur terlentang, kaki lurus, dan kedua tangan di samping badan. Angkat kedua kaki secara bersamaan dalam keadaan lurus sambil mengkontraksikan perut, kemudian turunkan perlahan. Atur pernafasan, lakukan sesuai kemampuan. Tidak usah memaksakan diri, ulangi gerakan sebanyak 8 kali.</p> 	<p>10. Hari kesepuluh</p> <p>Tidur terlentang dengan kaki lurus, kedua telapak tangan diletakkan di belakang kepala, kemudian bangun sampai posisi duduk, lalu perlahan-lahan posisi tidur kembali (sit up). Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.</p> 
<p>5. Hari kelima</p> <p>Tubuh tidur terlentang, kaki lurus, bersam-sama dengan mengangkat kepala sampai dagu menyentuh dada, tangan kanan menjangkau lutut kiri yang ditekuk, diluang sebaliknya. Kerutkan otot sekitar anus dan kontraksikan perut ketika mengangkat kepala. Lakukan perlahan dan atur pernafasan saat melakukan gerakan. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.</p>							

SENAM HAMIL

DIII KEBIDANAN POLTEKES KEMENKES RIAU

3. SENAM KEGEL/KAYANG



Senam kegel dapat memperkuat dasar panggul. Baringkan tubuh di atas matras. Kemudian tekuk kedua kaki. Letakkan kedua tangan di sisi badan. Selanjutnya, angkat badan ke arah atas seperti gerakan kayang dan jadikan tangan serta kaki sebagai tumpuannya. tahan posisi tersebut kurang lebih 10 detik.

1. JALAN SANTAI



Ini adalah salah satu metode paling umum dan paling mudah di lakukan, sering berjalan kaki dapat membantu posisi bayi untuk masuk ke jalan lahir. Lakukan jalan kaki minimal 10-15 menit setiap hari.

2. JONGKOK



Gerakan ini dapat memperkuat otot-otot panggul, dan dapat membuka daerah panggul, sehingga membuat bayi lebih mudah untuk masuk ke jalan lahir. Melakukan gerakan jongkok secara teratur mempersiapkan tubuh secara alami untuk melahirkan. lakukan gerakan posisi jongkok selama 10 detik, kemudian ulangi 3-5 kali

4. GERAKAN MERANGKAK



Gerakan ini dapat membantu bayi untuk segera masuk ke jalan lahir. Selain itu, gerakan ini juga dapat membantu ibu hamil mengelola rasa sakit dan meningkatkan fokus selama proses persalinan. Pastikan tubuh dalam posisi seperti merangkak, dengan kedua tangan dan lutut sebagai tumpuannya. Kemudian, mulailah menahan perut dan mengembungkannya kembali seperti menarik serta mehan napas. lakukan 3-5 kali

6. GAYA KUPU-KUPU



Gerakan kupu-kupu ini termasuk gerakan yang cukup mudah dilakukan. Gerakan kupu-kupu ini dapat mengurangi kelelahan, meredakan lutut dan paha, serta dapat meningkatkan fleksibilitas di daerah selangkangan dan pinggul.

Malakukan gerakan ini secara teratur selama kehamilan akan membantu melahirkan dengan lancar.

Cara melakukannya gerakan kupu-kupu sebagai berikut:

- Duduklah dengan posisi telapak kaki saling bersentuhan, dan punggung tegak lurus
- Pegang kaki dan jaga agar tulang belakang tetap lurus
- Ambil napas panjang, dan rasakan paha bagian dalam meregang.

6. GYMBALL




Senam ini sangat berguna untuk menjaga kesimbangan selama kehamilan, meningkatkan otot-otot perut, meningkatkan tonus, lebih rileks, hingga meningkatkan rasa sakit pada punggung bagian bawah, serambi ini juga membantu berukanya otot-otot pinggul sehingga membuat ruang bagi bayi untuk turun ke posisi seoptimal dengan ibu.

- Duduk di atas gym ball tersebut
- Pastikan sudah duduk dengan sempurna supaya tidak tergelincir
- Memudahkan angkat kedua tangan ke arah depan sebagai dengan dada
- Selanjutnya gesarkan kedua tangan ke arah atas dan bawah secara bergantian sebanyak 10 kali
- Juga bisa menggerakkan tangan ke arah kiri dan kanan sebanyak 10 kali. Ubangi kedua gerakan tersebut sebanyak 8 kali

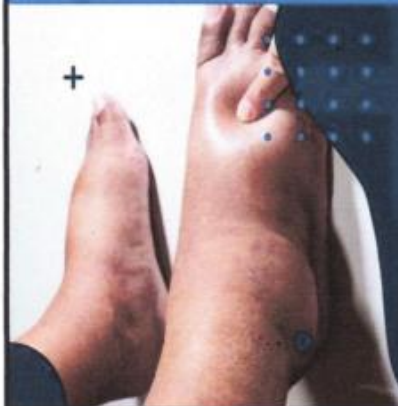


5. RELAKSASI DAN DUDUK SILA



Gerakan ini sama dengan yoga berguna untuk mengencangkan otot sekaligus merelaksasikan dan mencegah stres selama kehamilan. Duduklah secara bersila, gunakan matras atau alas, lalu ikuti gerakan di bawah ini:

- letakkan kedua tangan di atas paha.
- Tarik dan hembuskan nafas secara berulang.
- Lakukan gerakan lain seperti mengangkat kedua tangan ke arah atas kepala sambil menarik nafas secara perlahan. Lalu turunkan tangan sambil menghembuskan nafas.



Masa nifas
 Masa nifas adalah masa setelah Persalinan yang diperlukan untuk pulihnya kembali alat-alat kandungan, seperti sebelum hamil.

1. Tanda bahaya masa nifas
 Tanda Bahaya Nifas adalah tanda-tanda yang perlu diwaspadai oleh ibu nifas apabila terjadi komplikasi setelah persalinan bisa segera ditangani

Tanda-tanda infeksi nifas

- Warna kulit berubah.
- Pengeluaran dan jalan lahir bercampur nanah dan bau.
- Bengkak pada luka.
- Suhu badan meningkat diatas 38 derajat celsius.
- Takaman darah menurun
- Nadi meningkat
- Pernafasan meningkat dan sesak

2. Perdarahan pervaginam

- Perdarahan Pasca Persalinan adalah perdarahan dengan jumlah lebih dari 500 ml setelah bayi lahir.
- Ada dua jenis menurut waktunya, yaitu perdarahan primer terjadi dalam 24 jam pertama pps, dan perdarahan sekunder terjadi setelah 24 jam pertama pps.
- Penyebab terpenting adalah atonia uteri, yaitu otot rahim tidak berkontraksi sebagaimana mestinya segera setelah bayi lahir.

Tanda-tanda perdarahan pervaginam

- Wajah tampak pucat.
- Madi teraba cepat dan kecil.
- Kulit kaki dan tangan dingin.
- Perdarahan melalui vagina beruang, dan di sertai bau busuk

03. Preeklamsi

Tanda-tanda preeklamsi:
 - Swelling pada kaki - bengkak seluruh tubuh.
 - Arit (tekanan darah tinggi)
 - Nyeri kepala yang tidak hilang dengan istirahat
 - Nyeri pada bagian atas perut (tepatnya di bagian atas perut bagian kanan)
 - Perubahan dalam penglihatan (berbayang)
 - Perubahan dalam urin (banyak protein dalam urin)
 - Perubahan dalam darah (proteinuria)
 - Perubahan dalam darah (proteinuria)

04. ISK (infeksi saluran kemih)

Apakah ISK?
 Infeksi saluran kemih adalah infeksi bakteri pada saluran kemih.
 Penyebabnya?
 Pada nifas, bakteri dapat masuk ke dalam saluran kemih yang bisa mengakibatkan infeksi saluran kemih (ISK).
 Bagaimana pencegahannya?
 Banyak dengan banyak minum dan tidak menahan kencing.



6. Gangguan psikologi

minggu-minggu awal setelah persalinan sampai kurang lebih satu tahun ibu nifas cenderung akan mengalami perasaan-perasaan yang tidak pada umumnya, seperti merasa sedih, tidak mampu mengatasi dirinya sendiri dan bayinya.

penyebab

Kesedihan emosional dan rasa takut yang dialami ibu nifas dapat disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu:

- ketakutan pada saat melahirkan,
- ketakutan akibat kurangnya ilmu selama persalinan.

Perikabar!!!
Jika ibu merasa sudah ada tanda bahaya nifas tersebut, segera hubungi tenaga kesehatan.



5. Bendungan ais susu

- Disebabkan oleh penumpukan air susu
- terjadi pada hari ketiga setelah persalinan

tanda dan gejala

- Terasa berat dan nyeri.
- Ukuran payudara membesar.
- Kulit terlihat kencang dan kemerahan.
- Terasa hangat atau panas.



Tanda tanda bahaya nifas pada ibu

Keluarga Berencana (KB)

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

Siapa yang harus ber KB?

Posangkan usia subur yaitu usia 15-49 tahun yang ingin menunda kehamilan, atau menjangkakan kehamilan, atau mengakhiri kehamilan.

Metode Kontrasepsi

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

1. MAM (Metode Amenoree Laktasi)

- Menyusui bayinya secara eksklusif setelah melahirkan (artinya ASI secara penuh, teratur, dan sesering mungkin)
- Belum 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

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

3. Pill KB
 - Efektif bila digunakan dengan benar
 - Tidak mengganggu hubungan seksual
 - Harus di minum setiap hari

- Ada 2 jenis pill KB, yaitu:
- Pill kombinasi (berisi 2 hormon, yaitu progesteron dan estrogen)
 - Tidak cocok untuk ibu menyusui
 - Mini Pill (berisi 1 hormon, yaitu progesteron)
 - Tidak mengganggu produksi ASI
 - Cocok untuk ibu menyusui



4. KB Suntik

- Efektifitas tinggi
- Tidak mengganggu hubungan seksual



Terdapat 2 macam:

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



5. Implant / Sisaat 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



7. Kontrasepsi Maling (Seri)

- Khusus di gunakan untuk pasangan suami istri yang benar benar tidak menginginkan tambah anak lagi
- Dilakukan dengan cara pembebasan (bisa bus lokal)
- Dilakukan oleh dokter terlatih
- Sangat efektif dan bersifat permanen
- Tidak ada efek samping
- Tidak ada perubahan fungsi seksual

Contohnya:

- Metode Operasi Wanita (MOW) / Tubektomi



- 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



PIJAT BAYI



DIII KEBIDANAN

Poltekkes Kemenkes Riau

PENCIERTIAN

Pijat bayi merupakan bahasa sentuhan untuk bayi dengan pijatan. Ibu juga bisa menenangkan dan menyamankan bayi serta mengkomunikasikan cinta kasihnya

MANFAAT

1. Membangun komunikasi
2. mengurangi stres pada bayi
3. meningkatkan menyusui bayi
4. meningkatkan efektifitas istirahat bayi
5. memacu perkembangan otak dan sistem syaraf bayi

WAKTU PEMIJATAN

1. Di lakukan selama 15-20 menit setiap hari
2. Pada waktu pagi hari sebelum mandi atau malam hari sebelum tidur

SYARAT PIJAT BAYI

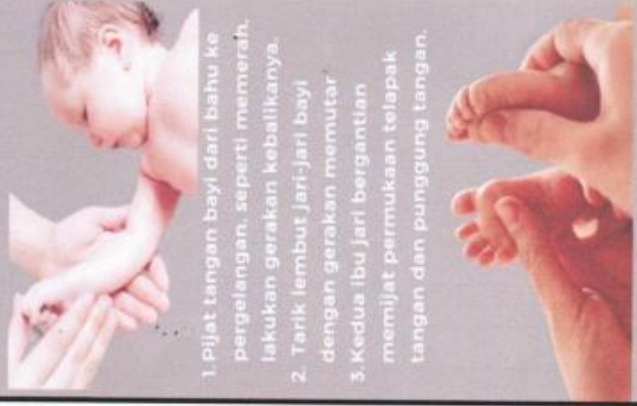




1. Bayi tidak dalam kondisi kenyang atau lapar
2. pastikan kuku pemijat tidak panjang dan tajam
3. Di lakukan secara perlahan agar tidak terkejut dan nyaman
4. bayi di baringkan di tempat yang nyaman

LANGKAH PEMIJATAN

1. WAJAH (Melemaskan otot wajah)



1. Pijat daerah atas alis dengan kedua ibu jari menggunakan tekanan yang lembut.
2. Tarik garis dengan ibu jari dari arah hidung kerah pipi
3. Pijat sekitar area mulutnya dengan kedua ibu jari, tarik sampai ia tersenyum
4. Pijat lembut rahang bawah bayi dari tengah sampai arah samping dan di daerah belakang telinga kearah dagu

<p>4. TANGAN dan KAKI (Menghliangkan ketegangan otot dan memperkuat tulang)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan teknik pemijatan yang sama pada kaki bayi
<ul style="list-style-type: none"> • Pijatan "Matahari Bulan" 1. Tangan kanan di letakan di bagian atas perut membentuk bulan separuh, dan tangan kiri di bawah membentuk bulan separuh 2. Lakukan gerakan memutar mengikuti arah jarum jam dengan membentuk lingkaran penuh seperti matahari 	<ul style="list-style-type: none"> • Pijatan "I LOVE U" 1. Usap perut sebelah kiri bayi dengan tangan kanan membentuk huruf "I" 2. Kemudian lanjutkan membuat huruf "L" ke arah kanan, kemudian tarik ke atas membentuk huruf "U"  
<p>2. DADA (Memperkuat organ paru-paru dan jantung)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Menggunakan teknik kupu-kupu buatlah gerakan diagonal 2. Kedua tangan di tengah dada bayi, buat gerakan ke atas dan kesial luar tubuh, kemudian kembali ke arah ulu hati 3. pijat menyilang dari tengah dada ke arah bahu <p>3. PERUT (Meningkatkan sistem pencernaan dan mengurangi sembelit)</p> 

Pijat perut bayi dari atas ke bawah, lalu angkat kedua kaki dan tekan lututnya perlahan ke arah perut

Lampiran 9 Pendokumentasian

Asuhan Kebidanan Kehamilan

Kunjungan 1







Asuhan Kebidanan Nifas





