

# LAMPIRAN



**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 : [poltekkesperanbaru@yahoo.co.id](mailto:poltekkesperanbaru@yahoo.co.id) , [pkrr@pkrr.ac.id](mailto:pkrr@pkrr.ac.id) Website : [www.pkr.ac.id](http://www.pkr.ac.id)



Nomor : PP.03.01/1/1173/2023

18 Maret 2023

Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

Yth. Pimpinan Klinik Pratama Afiyah  
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	P032015401019	Lathifa Nuraini Risa	III A / VI
2	P032015401013	Gina Azizah	III A / VI
3	P032015401018	Kurnia Laela Sa'diah	III A / VI
4	P032015401024	Natasya Elma Novita	III A / VI
5	P032015401042	Aprelia Siscawati Samosir	III B / VI
6	P032015401061	Nadya Maosahel Zakirah	III B / VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di Klinik Pratama Afiyah 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

**KLINIK PRATAMA AFIYAH**  
**Bidan : Foni Aria, S.Tr.Keb, SKM**  
**Jl. FAJAR IV No.1 KOTA PEKANBARU**

---

Pekanbaru, 23 Maret 2023

Nomor : 23/ KP-A/III/2023  
Lampiran : 1 ( Satu ) Berkas  
Hal : Surat Balasan Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir  
( LTA )

Kepada Yth,  
Ketua Jurusan Kebidanan Poltkkes  
Kemenkes Riau  
di  
Pekanbaru

Dengan Hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hj. Foni Aria, S.Tr.Keb, SKM  
Jabatan : Pimpinan Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru

Menyatakan Bahwa :

Nama : Gina Azizah  
NIM : P032015401013  
Tingkat : III A  
Semester : VI ( Enam )

Dengan ini telah selesai melaksanakan pemantauan kasus pada ibu hamil, mulai dari kehamilan trimester III, persalinan, nifas dan neonatus secara berkelanjutan sebagai penyusun Laporan Tugas Akhir ( LTA ) dengan judul " Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. V di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru".

Demikian ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pimpinan Klinik Pratama Afiyah  
  
Hj. Foni Aria, S.Tr. Keb. SKM

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**MENJADI PASIEN ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF**

Saya yang bertandatangan dibawah ini

Nama Pasien : Veronika Sitompul  
Umur : 25 tahun  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga  
Alamat : Jl. Udang IV. No 144

Menyatakan dengan sesungguhnya, Bahwa setelah memahami secara semua penjelasan yang berkaitan dengan prosedur pengambilan kasus untuk asuhan Continuity Of Midwifery Care (CoMC) Mahasiswa prodi D-III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau, Maka dengan ini saya setuju menjadi klien/pasien dari Mahasiswa:

Nama : Gina Azizah  
NIM : P032015401013  
Judul : Asuhan Kebidanan Komrehensif Pada Ny. V di  
Klinik Pratama Affiyah Kota Pekanbaru

Pekanbaru, 29 November 2022

Yang Menyatakan

Mahasiswa  
  
(Gina Azizah)

Pasien  
  
(Veronika Sitompul)

Saksi/suami  
  
(Zenni)

**LEMBAR KONSULTASI**  
**LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN**  
**POLTEKKES KEMENKES RIAU**  
**T.A 2022/2023**

Nama Mahasiswa : Gina Azizah  
 NIM : P032015401013  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.V di Klinik Pratama Afiyah  
 Pembimbing 1 : Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	10/5.2023	BAB I & BAB IV	Perbaiki latar belakang & pembahasan	<i>Gina</i>	<i>Fi</i>
2.	12/5.2023	BAB 10	Perbaiki pembahasan	<i>Gina</i>	<i>Fi</i>
3.	13/5.2023	BAB V	Perbaiki pembahasan	<i>Gina</i>	<i>Fi</i>
4.	15/5.2023	BAB 3	perbaiki latar belakang	<i>Gina</i>	<i>Fi</i>
5.	16/5.2023	BAB V	Perbaiki pembahasan	<i>Gina</i>	<i>Fi</i>
6.	19/5.2023	Revisi perbaikan	ACC UJIC	<i>Gina</i>	<i>Fi</i>

**Mengetahui Pembimbing I**



**Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes**  
**NIP.198001212008012010**

**LEMBAR KONSULTASI**  
**LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN**  
**POLTEKKES KEMENKES RIAU**  
**T.A 2022/2023**

Nama Mahasiswa : Gina Azizah  
 NIM : P032015401013  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. V di Klinik Pratama Afiyah  
 Pembimbing 2 : Isye Fadmiyanor, S, Si, T, M. Kes

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Senin, 08 Mei 2023	Bab I s/d Bab II	perbaiki penulisan, margins	<i>Gina</i>	<i>Isye</i>
2.	Selasa, 09 Mei 2023	Bab II s/d Bab III	sesuaikan penulisan huruf miring	<i>Gina</i>	<i>Isye</i>
3.	Rabu, 10 Mei 2023	Bab III s/d. Bab IV	perbaiki label.	<i>Gina</i>	<i>Isye</i>
4.	Kamis, 11 Mei 2023	Bab IV s/d Bab V	sesuaikan daftar pustaka dengan teori yang diambil.	<i>Gina</i>	<i>Isye</i>
5.	Jum'at, 12 Mei 2023	Cover s/d. daftar pustaka	sesuaikan kembali daftar pustaka	<i>Gina</i>	<i>Isye</i>
6.	Senin, 15 Mei 2023	Cover s/d daftar pustaka.	ACC ujian hasil.	<i>Gina</i>	<i>Isye</i>

Mengetahui Pembimbing II



Isye Fadmiyanor, S, Si, T, M. Kes  
 NIP.197905052001122003

## KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI'

### PERENCANAAN PERSALINAN AMAN

Nama : Ny. V

Umur Ibu : 25 Tahun

Hamil ke : Pertama, Haid terakhir tgl: 20/04/2022

Tafsiran partus : 27/01/2023

Pendidikan ibu : SMK

Pendidikan : SMK

Suami

Pekerjaan ibu : Karwawan swasta

Pekerjaan Suami : WIRAUSAHA

I <b>KEL. F.R</b>	II NO	III Masalah/Faktor Risiko	IV SKOR	Tribulan			
				I	II	III	IV
		Skor Awal Ibu Hamil	2			2	
<b>I</b>	1	Terlalu muda, hamil < 16 tahun	4				
	2	a. Terlalu lambat hamil I, kawin > 4 Th	4				
		a. Terlalu tua, hamil I > 35 Th	4				
	3	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 tahun)	4				
	4	Terlalu lama hamil lagi (> 10 Th)	4				
	5	Terlalu Banyak anak, 4/lebih	4				
	6	Terlalu tua, umur > 35 Th	4				
	7	Terlalu pendek < 145 cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah melahirkan dengan					
		a. Tarikan tang/Vakum	4				
		b. Uri dirogoh	4				
		c. Diberi infus/Transfusi	4				
	10	Pernah Operasi Caesar	8				
<b>II</b>	11	Penyakit pada ibu hamil	4				
		a. Kurang Darah      b. Malaria					
		c. TBC Paru              d. Payah Jantung	4				
		e. Kencing Manis (Diabetes)	4				
		f. Penyakit Menular Seksual	4				
	12	Bengkak pada muka / tungkai dan Tekanan darah tinggi	4				
	13	Hamil kembar 2 atau lebih	4				
	14	Hamil kembar air (Hydramnion)	4				
	15	Bayi mati dalam kandungan	4				
	16	Kehamilan lebih bulan	4				
	17	Letak Sungsang	8				
	18	Letak Lintang	8				
<b>III</b>	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Pre-eklamsia/Kejang-kejang	8				
		<b>JUMLAH SKOR</b>				<b>2</b>	

## Endiburg Postnatal Depression Scale (EPDS)

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

### Skala Depresi Pascakelahiran Edinburgh<sup>1</sup> (EPDS)

Nama: Ny. Veronika Sumpang Tanggal \_\_\_\_\_ Alamat: Jl. Ulang LU NO : 144.  
 Lahir Anda: \_\_\_\_\_ Tanggal Lahir Bayi: Senin, 16 Januari 2023.  
 Telepon: 0823 8337 7773.

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

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 telah 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, sama sekali

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 \_\_\_\_\_ Tanggal 22 Januari 2023

1. 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.

2. 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.

## Skala Depresi Pascakelahiran Edinburgh<sub>1</sub> (EPDS)

Depresi postpartum adalah komplikasi yang paling umum dari melahirkan anak. 10 pertanyaan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) adalah cara yang berharga dan efisien untuk mengidentifikasi pasien yang berisiko mengalami depresi "perinatal". EPDS mudah dikelola dan telah terbukti menjadi alat skrining yang efektif.

Ibu yang mendapat skor di atas 13 kemungkinan besar menderita penyakit depresi dengan berbagai tingkat keparahan. Skor EPDS tidak boleh mengesampingkan penilaian klinis. Penilaian klinis yang cermat harus dilakukan untuk memastikan diagnosis. Skala menunjukkan bagaimana perasaan ibu *selama minggu sebelumnya*. Dalam kasus yang meragukan, mungkin berguna untuk mengulangi alat ini setelah 2 minggu. Skala tidak akan mendeteksi ibu dengan neurosis kecemasan, fobia, atau gangguan kepribadian.

Wanita dengan depresi pascamelahirkan tidak perlu merasa sendirian. Mereka mungkin menemukan informasi yang berguna di situs web Pusat Informasi Kesehatan Wanita Nasional <[www.4women.gov](http://www.4women.gov)> dan dari grup seperti Postpartum Support International <[www.chss.iup.edu/postpartum](http://www.chss.iup.edu/postpartum)> dan Depresi setelah Melahirkan <[www.depressionafterdelivery.com](http://www.depressionafterdelivery.com)>.

### SKOR

#### PERTANYAAN 1, 2, & 4 (tanpa \*)

Diberi skor 0, 1, 2 atau 3 dengan kotak atas diberi skor 0 dan kotak bawah diberi skor 3.

#### PERTANYAAN 3, 5, 10 (ditandai dengan \*)

Skor terbalik, dengan kotak atas diberi skor 3 dan kotak bawah diberi skor 0.

Skor maksimum: 30

Kemungkinan Depresi: 10 atau lebih Selalu lihat item 10 (pikiran untuk bunuh diri)

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.

#### Petunjuk untuk menggunakan Skala Depresi Pascakelahiran Edinburgh:

1. Ibu diminta untuk memeriksa respon yang paling mendekati apa yang dia rasakan dalam 7 hari sebelumnya.
2. Semua item harus dilengkapi.
3. Harus berhati-hati untuk menghindari kemungkinan ibu mendiskusikan jawabannya dengan orang lain. (Jawaban datang dari ibu atau ibu hamil.)
4. Ibu harus menyelesaikan timbangan sendiri, kecuali jika bahasa Inggrisnya terbatas atau mengalami kesulitan membaca.

<sup>1</sup>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.

<sup>2</sup>Sumber: KL Wisner, BL Parry, CM Plontek, Depresi Pascapersalinan N Engl J Med vol. 347, No 3, 18 Juli 2002, 194-199



# LEAFLET

## Tanda Teknik Menyusui Anda Benar

1. Bayi dalam keadaan tenang
2. Mulut bayi terbuka lebar
3. Mulut Bayi menempel betul pada payudara ibu
4. Mulut dan dagu menempel pada payudara
5. Sebagian besar areola mammae tertutup oleh mulut bayi
6. Bayi Nampak pelan-pelan menghisap dengan kuat
7. Keping dan lengan bayi berada pada satu garis.

### Posisi menyusui yang benar



## POSISI MENYUSUI



## ASI, PASTI!

Penuhi Hak setiap Bayi Untuk mendapatkan ASI Sejak Dini





## CARA MENYUSUI



“ Cara memberikan ASI (Air Susu Ibu) kepada bayi dengan pendekatan posisi ibu dan bayi dengan benar sehingga bayi bisa menghisap dengan maksimal. “

Gina Azizah P032015401013



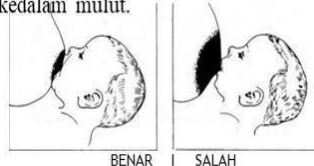
### Beberapa Posisi yang Tepat bagi Ibu untuk Menyusui

1. Duduklah dengan posisi yang enak/santai yang ada sandaran punggung dan lengan
2. Gunakan bantal untuk mengganjal bayi agar tidak terlalu jauh dari payudara ibu.



### LANGKAH-LANGKAH MENYUSUI

1. Keluarkan sedikit ASI lalu oleskan pada puting payudara dan di sekitar areola Mommy, hal ini dilakukan sebagai desinfektan (zat bebas kuman) alami dan juga untuk menjaga kelembapan puting payudara ibu.
2. Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi diletakkan pada lengkung siku Mommy, kemudian tempatkan bokong bayi pada telapak tangan Mommy.
3. Pegang payudara dengan posisi jari jempol berada diatas dan jari lainnya menopang bagian bawah payudara, tidak perlu menekan puting susu atau areola.
4. Berilah rangsangan pada bayi agar membuka mulut, karena bayi yang baru saja lahir belum terbiasa untuk meminum ASI.
5. Setelah bayi membuka mulut, dekatkan kepala bayi dengan payudara dengan areola dan puting susu dimasukkan ke mulut bayi. Usahakan agar sebagian besar areola masuk kedalam mulut.



### Teknik Melepaskan Hisapan Bayi

Setelah selesai menyusui kurang lebih selama 10 menit, lepaskan hisapan bayi dengan cara :

- Masukkan jari kelingking ibu yang bersih ke Sudut mulut bayi
- Menekan dagu bayi kebawah
- Dengan menutup lubang hidung bayi agar mulutnya membuka
- Jangan menarik puting susu untuk melepaskan.



### Cara Menyendawakan Bayi setelah Minum ASI



1. Sandarkan bayi dipundak ibu, tepuk punggungnya dengan pelan sampai bayi bersendawa
2. Bayi ditelungkupkan dipangkuan ibu sambil digosok punggungnya.

## KULINER IBU MENYUSUI

-  Sayuran berwarna hijau  
Kaya akan Vitamin A yang baik untuk ASI
-  Sereal/ Bubur Gandum  
Memberikan energi yang dibutuhkan setelah malam bergadang menjaga bayi
-  Buah Jeruk  
Ibu menyusui butuh Vitamin C dosis tinggi.
-  Kacang- Kacangan  
Kaya akan Zat Besi & Protein Non Hewani
-  Daging Sapi Tanpa Lemak  
Sumber Protein dan Vitamin B12 yang baik
-  Produk Susu Rendah Lemak  
Sumber Kalsium yang membantu tulang bayi Anda berkembang
-  Telur  
Sumber alami Vitamin D yang penting untuk menjaga tulang bayi anda tumbuh
-  Air Mineral  
Untuk menjaga tingkat produksi ASI dan untuk terhindar dari Dehidrasi



PROGRAM STUDI DIH KEBIDANAN  
POLTEKES KEMENKES RIAU



## PENTINGNYA ASI EKSKLUSIF UNTUK MASA DEPAN BAYI

Gina Azizah  
P032015401013

## Apa itu ASI Eksklusif

Bayi sejak lahir usia 0-4 bulan hanya diberi ASI saja dan tidak diberikan makanan atau minuman tambahan apapun, karena ASI sudah memenuhi kebutuhan gizi bayi

### Air Susu Ibu(ASI)?

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

### Apa saja Kandungan ASI?

-  Mengandung zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan otak
-  Mengandung zat anti infeksi terutama pada saluran pencernaan
-  Mengandung zat kekebalan tubuh sehingga bayi tidak akan mudah sakit



## Mengapa ASI Eksklusif ?

- Kapasitas lambung bayi baru lahir sangat terbatas, hanya mampu menampung cairan sebanyak 10 - 20 ml (2-4 sendok teh)
- Sebelum berusia 6 bulan, sistem pencernaan bayi belum terbentuk sempurna sehingga bayi belum siap mencerna makanan atau minuman lain selain ASI
- ASI saja dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi sejak baru lahir sampai berumur 6 bulan
- Menunda pemberian makanan tambahan hingga bayi berusia 6 bulan dapat menghindari bayi dari obesitas (kegemukan)

### Kapan dan Bagaimana ASI di Berikan ?

- ASI mulai diberikan setelah ibu melahirkan dengan meletakkan bayi di dada ibu. Biarkan bayi berusaha mencari puting susu ibunya (Inisiasi Menyusui Dini) untuk merangsang ASI cepat keluar
- ASI hanya diberikan hingga bayi berusia 6 bulan. Setelah 6 bulan bayi diberikan MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) dalam bentuk makanan lumat dan jumlah yang sesuai dengan pertumbuhan umur bayi
- Pemberian ASI tetap dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun

## Apa Saja Langkah-Langkah untuk Memulai dan Mencapai Pemberian ASI Eksklusif ?

- Menyusui bayi dalam satu jam setelah kelahiran
- Menyusui secara eksklusif : hanya ASI dan tidak memberikan makanan atau minuman
- Menyusui kapan pun bayi menginginkan, sesering yang bayi mau, siang dan malam
- Mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah dengan tangan, disaat tidak bersama dengan bayi
- Mengendalikan emosi dan pikiran agar tenang



## 9 TIPS MEMPERBANYAK ASI

- Susuilah bayi segera setelah lahir
- Sering-seringlah menyusui bayi atau pun memerah ASI
- Kosongkan payudara setelah bayi selesai menyusui
- Hindari pemberian makanan dan minuman tambahan karena dapat mengurangi daya isap bayi saat menyusui
- Tidurlah sekurang-kurangnya 8 jam sehari
- Ibu harus dalam keadaan tenang
- Minumlah 8-12 gelas air setiap hari
- Ibu harus mengonsumsi makanan bergizi
- Makanan yang dapat memperbanyak ASI seperti Daun Katuk, Bunga/Buah Pepaya, Bayam, Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Semangka, Labu Siam, dan Jambu Air

Sayangilah  
Bayi Anda  
dengan ASI  
Eksklusif





Titik berikutnya di sebelah tulang belakang

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



Pijat dari atas ke bawah di sisi kanan dan kiri

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



Ulangi gerakan memutar dari bawah ke atas

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



Gunakan punggung jari bergantian antara tangan kanan dan kiri



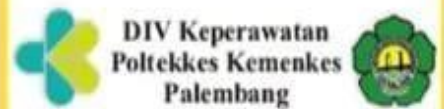
Terima Kasih  
Semoga Bermanfaat



YUK CARI TAU MANFAAT  
PIJAT OKSITOSIN

GINA AZIZAH

P 03 20154 01013



APA SIIH PIJAT OKSITOSIN ITU ?

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran 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...




Titik pijat di bagian leher dan tulang belakang

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



Lakukan pijatan yang sama di sepanjang bahu

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




**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 - 9006812, 9006813  
Fax : 0361 - 4427218  
Email : rsudbadung@gmail.com  
Website : rsudmangusada.badungkab.go.id




28/B.HMS-XI.2018



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



- Gerakan kedua  
Satu tangan menahan payudara dari bawah, tangan yang lain mengurut payudara dengan

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



- 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 ibayi. (Saryono, 2009)

## BERI ANAK KAPSUL VITAMIN A

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

### KAPSUL BIRU

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



### KAPSUL MERAH

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



## IMUNISASI ANAK

Imunisasi melindungi dari penyakit, mencegah kecatatan dan kematian



## JADWAL IMUNISASI

0-24 jam : HB 0

1 bulan : BCG, Polio 1

2 bulan : DPT-HB-HiB 1,  
Polio 2

3 bulan : DPT-HB-HiB 2,  
Polio 3

4 bulan : DPT-HB-HiB 3,  
Polio 4, IPV

9 bulan : Campak

18 bulan : DPT-Hb-Hib  
lanjutan dan Campak  
lanjutan

## TUJUAN PEMBERIAN VAKSIN

### HEPATITIS B

Mencegah penularan  
penyakit Hepatitis B dan  
kerusakan hati

### BCG

Mencegah penularan  
penyakit TBC (Tuberkulosis)  
yang berat

### POLIO, IPV

Mencegah penularan  
penyakit polio yang dapat  
menyebabkan lumpuh layu  
pada tungkai dan atau  
lengan

## TUJUAN PEMBERIAN VAKSIN

### DPT HB HIB

Mencegah penularan  
penyakit:

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

### CAMPAK

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

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

GERMAS  
Gerakan Masyarakat Hidup Sehat

# Pijat Bayi

Gina Azizah  
POLTEKKES KEMENKES RIAU  
PRODI DIII KEBIDANAN  
2022/2023

## APA MANFAAT PIJAT BAYI??

1. Bayi lebih rileks
2. Tidak mudah rewel
3. Memperkuat ikatan dengan orang tua
4. Bayi tidur lebih pulas
5. Menurunkan risiko terjadinya kolik dan kembung
6. Mendukung pertumbuhan otak
7. Melatih sensitivitas dan indera
8. Meningkatkan berat badan
9. Mengoptimalkan proses pencernaan

### Waktu Pemijatan

Usia **0-12**

Pagi Hari

Malam hari, sebelum tidur

# Memilih Kontrasepsi



Tahukah Anda....

1. SEKITAR 222 JUTA WANITA DI SELURUH DUNIA BELUM TERPENUHI KEBUTUHANNYA AKAN KONTRASEPSI YANG EFEKTIF
2. WANITA YANG MEMPUNYAI ANAK LEBIH DARI 4 DAPAT MENINGKATKAN RISIKO KEMATIAN IBU
3. ANAK DENGAN JARAK 3-5 TAHUN MEMPUNYAI 2X KEMUNGKINAN DAPAT BERTAHAN HINGGA USIA 5 TAHUN, DIBANDINGKAN DENGAN ANAK YANG HANYA BERJARAK 2 TAHUN
4. 1 DARI 3 KEMATIAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEHAMILAN DAN KELAHIRAN, DAPAT DICEGAH DENGAN KONTRASEPSI

## Mengapa perlu menggunakan kontrasepsi...?



Kontrasepsi merupakan metode dalam pencegahan kehamilan untuk mengatur jumlah dan jarak kelahiran anak.

Adapun keuntungannya adalah:











- Pencegahan kehamilan dan persalinan berisiko
- Orangtua mempunyai waktu lebih banyak untuk bekerja dan bersama keluarga
- Perhatian dan kasih sayang lebih tercurah pada anak

### Apa?

### Kapan?

### Efek?

### Keuntungan?

 <b>PIL KOMBINASI</b> Tablet pil yang mengandung 2 hormon sekaligus.	1 pil/hari.	Kadang terjadi perdarahan tak teratur dan beberapa mengalami rasa tak nyaman di perut & sakit kepala. Ini adalah hal yang wajar dan AMAN	Mencegah kram saat menstruasi, anemia, perdarahan berlebih.
 <b>PIL PROGESTIN</b> Tablet pil yang mengandung 1 hormon saja.	1 pil/hari pada waktu yang sama	Perdarahan tak teratur, timbul bercak-bercak darah, atau tidak menstruasi. Ini adalah hal wajar dan AMAN.	Cocok untuk ibu yang sedang menyusui.
 <b>INJEKSI</b> Injeksi hormon.	Tiap 2 bulan sekali atau 3 bulan sekali.	Perdarahan tak teratur, timbul bercak-bercak darah, atau tidak menstruasi. Ini adalah hal wajar dan AMAN. Dapat pula terjadi perubahan berat badan.	Cocok untuk yang sulit minum pil setiap hari (sering lupa). Bisa untuk ibu menyusui.
 <b>KONDOM</b> Metode penghalang untuk pria maupun wanita.	Tiap kali melakukan hubungan seksual.	Tidak ada.	Mencegah kehamilan dan penyakit menular seksual
 <b>IMPLANT</b> Kapsul plastik kecil di bawah kulit, di lengan atas.	3-5 tahun sekali.	Perdarahan tak teratur, timbul bercak-bercak darah, atau tidak menstruasi. Ini adalah hal wajar dan AMAN.	Cocok untuk yang sulit minum pil setiap hari (sering lupa)
 <b>INTRAUTERINE DEVICE (IUD)</b> Plastik "T" yang dililit tembaga disisipkan kedalam rahim.	Dapat digunakan sampai 12 tahun.	Awal pemakaian saat menstruasi akan terasa kram dan perdarahan yang banyak.	Pemakaian jangka panjang.
 <b>LIGASI TUBA</b> Pemotongan atau penyumbatan tuba.	Hanya sekali prosedur.	Bisa timbul rasa sakit beberapa hari setelah dilakukan sterilisasi. Menstruasi tetap berlangsung seperti biasa.	Permanen. Sangat efektif, karena tidak mungkin mempunyai anak kembali.
 <b>VASEKTOMI</b> Pemotongan saluran yang membawa sperma.	Hanya sekali prosedur.	• Efeknya baru timbul setelah 3 bulan dilakukan vasektomi. • Mungkin timbul rasa sakit beberapa hari setelah vasektomi.	Tidak mengganggu ereksi maupun ejakulasi. Permanen. Sangat efektif
 <b>LAKTASI</b> Menyusui sebagai metode pencegahan kehamilan.	6 bulan pertama setelah melahirkan.	Efektif saat: - Menyusui secara penuh. - Bayi berusia kurang dari 6 bulan. - Belum mendapatkan menstruasi.	Aman tanpa efek samping.
 <b>KALENDER</b> Pencatatan masa subur untuk mencegah kehamilan.	Tidak melakukan hubungan seksual pada waktu masa subur.	• Membutuhkan pencatatan mengenai jadwal menstruasi. • Kurang efektif bila jadwal menstruasi tidak teratur atau usia yang semakin tua.	Aman tanpa efek samping.

### EFEKTIF ATAU TIDAK?

### KEMUNGKINAN HAMIL?

#### SANGAT EFEKTIF



#### EFEKTIF



#### KURANG EFEKTIF



## Pertanyaan yang Sering Muncul



**T** : Apakah kontrasepsi menyebabkan seseorang tak bisa punya anak selamanya?  
**J** : TIDAK. Hanya metode ligasi tuba dan vasektomi saja yang menyebabkan tidak bisa punya anak selamanya.

**T** : Apakah kontrasepsi dapat menyebabkan kanker atau kelahiran cacat?  
**J** : Kontrasepsi tidak menyebabkan kanker maupun kelahiran cacat.

**T** : Apakah kontrasepsi menyebabkan penambahan berat badan?  
**J** : Beberapa wanita dapat mengalami perubahan berat badan bila menggunakan kontrasepsi hormonal. Namun perubahannya biasanya kecil.

Dengan kontrasepsi, keluarga akan menjadi lebih sehat dan bahagia. Jadi, jangan ragu lagi untuk menggunakan Kontrasepsi.



## SEHAT DAN BAHAGIA DENGAN KONTRASEPSI





# DOKUMENTASI

K1



**KF 1 Dan KN 1**



**KF 2 Dan KN 2**



**KF 3 Dan KN 3**



**KF 3 Dan KN 3**

