

Lampiran 1

SURAT BALASAN PMB

**KLINIK PRATAMA AFIYAH**  
**Bidan: FONI ARIA S.Tr.Keb. SKM**  
**JL. FAJAR NO 1 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 : Foni Aria, S.Tr.Keb., MKM  
Jabatan : Pimpinan Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru

Menyatakan bahwa,

Nama : Kurnia Laela Sa'diah  
NIM : P032015401018  
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. M di klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru"

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana gunanya

Pemimpinan Klinik Pratama Afiyah

  
Foni Aria, S.Tr.Keb., MKM

INFORMED CONSENT

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIEEN

(INFORMED CONCENT)

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

Nama : NY. Mona Rumbondang  
Umur : 27 th  
Alamat : Jl. Komplek Perumahan Curu

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

Nama : Kurnia Lacia Saideah  
NIM : P032015401018  
Judul : "Asuhan Kebidanan komprehensif pada M.M diklinik Prakoma Afiyah Fda 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, 2023

Menyetujui

Suami/Keluarga

  
Deni

Klien/Pasien

  
Mona Rumbondang

LEMBAR BIMBINGAN

LEMBAR KONSULTASI  
 LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII  
 KEBIDANANPOLTEKKES KEMENKES RIAU  
 T. A 2022/2023

Nama mahasiswa : KURNIA LAELA SA'DIAH  
 NIM : P032015401018  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada  
 Ny.M Di Klinik Pratama Afiyah Kota  
 Pekanbaru  
 Pembimbing 1 : Ari Susanti, SST., M.Keb

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	18/03/2023	BAB 1 dan 4	revisi tulisan dan isi		
2.	20/03/2023	BAB 2	revisi tulisan		
3.	21/03/2023	BAB 1 dan 3	revisi tulisan dan isi		
4.	27/03/2023	BAB 4	revisi isi		
5.	24/03/2023	BAB 3	revisi tulisan		
6.	27/03/2023	BAB 1 dan 4	revisi isi		
7.	20/03/2023	BAB 5 dan 3	revisi tulisan		
8.	29/03/2023	BAB 5	revisi isi		
9.		Acc untuk iktik	ujian		
10.					
11.					
12.					

Pekanbaru, .... 2023

Pembimbing Utama /  
 Pendamping

.....

**LEMBAR KONSULTASI**  
**LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII**  
**KEBIDANANPOLTEKKES KEMENKES RIAU**  
**T. A 2022/2023**

Nama mahasiswa : KURNIA LAELA SA'DIAH  
 NIM : P032015401018  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada  
 Ny.M Di Klinik Pratama Afiyah Kota  
 Pekanbaru

Pembimbing 2 : Fathunnikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	21/03	BAB 2 dan 4	revisi tulisan dan isi		
2.	22/03	BAB 1, 2, 3	revisi tulisan		
3.	27/03	BAB 5 dan 4	revisi tulisan dan isi		
4.	28/03	revisi BAB 1	revisi isi		
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					

Pekanbaru, .... 2023

Pembimbing Utama /  
 Pendamping

.....

KARTU SKOR POEDJI ROCHYATI (KSPR)

**SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI**

Nama : My. Moga Alamat : Jl. Perum Komplek G.  
 Umur Ibu : 27 th Kec/Kab : .....  
 Pendidikan : SMA Pekerjaan : IRT  
 Hamil Ke : 1 Had Terakhir tgl : 2/05/22 Perkiraan Persalinan tgl : 19/12/22

**Periksa I**  
 Umur Kehamilan : 5-6 mng Dr : KPA

KEL F.R.	NO	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	IV			
				Tributan			
				I	II	III	II,2
Skor awal ibu hamil			2	2	2	2	2
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. Tindakan tang / vakum	4					
	b. Uri drogah	4					
	c. Diberi infus / Transfusi	4					
	10. Pernah Operasi Sesar	8					
II	11	Penyakit pada ibu hamil :					
		a. Kurang Darah b. Malaria	4				
		c. TBC Paru d. Payah Jantung	4				
		e. Kencing Manis (Diabetes)	4				
		f. Penyakit Menular Seksual	4				
	12	Bengkak pada muka/tungkai dan tekanan darah tinggi	4				
	13 Hamil kembar 2 atau lebih	4					
	14 Hamil kembar air (Hydrannon)	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	2	2	2	2

**KARTU SKOR 'POEDJI ROCHYATI' PERENCANAAN PERSALINAN AMAN**

Persalinan Melahirkan tanggal : 11 / 12 / 2022

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

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

**Gawat Obstetrik : Kel. Faktor Resiko I & II**  
 1. ....  
 2. ....  
 3. ....  
 4. ....  
 5. ....  
 6. ....

**Gawat Obstetrik : Kel. Faktor Resiko I & II**  
 1. Perdarahan antepartum  
 2. ....  
 3. ....  
**Komplikasi Obstetrik**  
 3. Perdarahan postpartum  
 4. Uri tertinggal  
 5. Persalinan Lama

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

**PASCA PERSALINAN : TEMPAT KEMATIAN IBU**  
**IBU :**  
 1. Hidup 2. Mati, dengan penyebab  
 a. Perdarahan b. Preeklampsia/Eklampsia  
 c. Partus Lama d. Infeksi e. Lain-lain  
 1. Rumah Ibu 2. Rumah Bidan 3. Polindes 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Perjalanan

**BAYI :**  
 1. Berat lahir : 2900 gram (Laki-2) Perempuan  
 2. Lahir hidup : APGAR Skor .....  
 3. Lahir mati, penyebab .....  
 4. Mati kemudian, umur ..... hr, penyebab .....  
 5. Kelainan bawaan (tidak ada) ada .....

**KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (42 Hari Pasca Salin)**  
 1. Sehat 2. Sakit 3. Mati, penyebab .....

Keluarga Berencana 1. Ya ..... /Sterilisasi .....

Kategori Keluarga Miskin 1. Ya ..... 2. Tidak

**PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN – RUJUKAN TERENCANA**

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

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

## PENAPISAN PERSALINAN

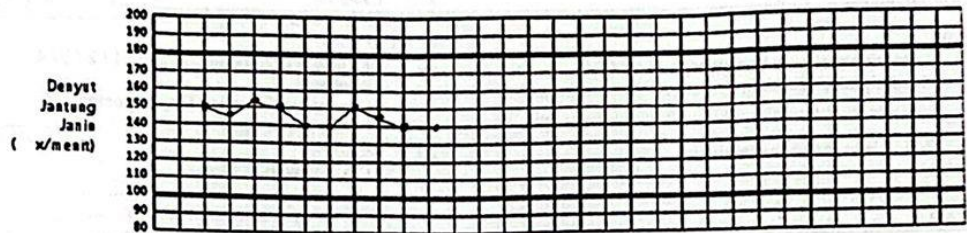
**Daftar 26 Penapisan Ibu Bersalin Deteksi Kemungkinan Komplikasi  
Gawat Darurat**

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 hukan 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)		✓

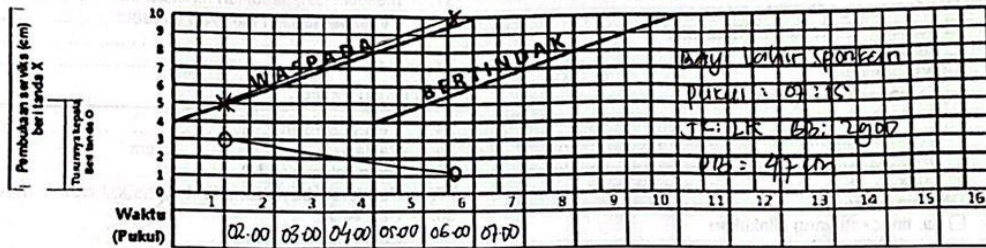
LEMBAR PARTOGRAF

PARTOGRAF

No. Register  Nama Ibu/Bapak: NY. MURNI Umur: 23 G.P.A.D Hamil 38-39 minggu  
 RS/Puskesmas/RB  Masuk Tanggal: 10-12-2022 Pukul: 21-00 WIB  
 Ketuban Pecah sejak pukul 22-00 WIB Mules sejak pukul 21-00 WIB Alamat: \_\_\_\_\_

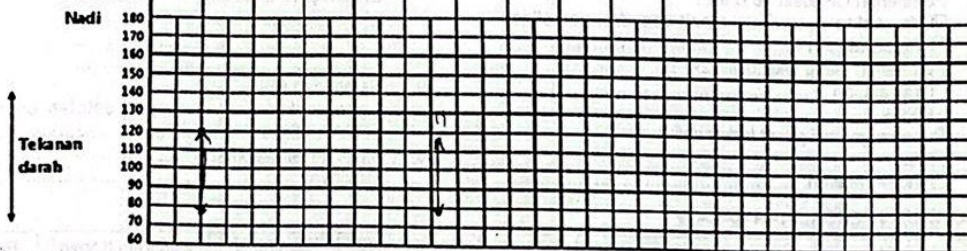


air ketuban   
 peyesupaa



Oksitosin U/I tetes/menit

Obat dan cairan IV



Temperatur °C  36.3  36.1

Urine — Protein   
 — Aseton   
 — Volume

Makan terakhir: Pukul \_\_\_\_\_ Jenis: \_\_\_\_\_ Posisi: \_\_\_\_\_  
 Minum terakhir: Pukul \_\_\_\_\_ Jenis: \_\_\_\_\_ Posisi: \_\_\_\_\_

Penolong

(\_\_\_\_\_)

**CATATAN PERSALINAN**

1. Tanggal : 11-12-2022
2. Nama bidan : Ioni Arisa
3. Tempat Persalinan :
  - Rumah Ibu  Puskesmas
  - Polindes  Rumah Sakit
  - Klinik Swasta  Lainnya :
4. Alamat tempat persalinan : Jl. Fajar IV. 140-01
5. Catatan :  rujuk, kala : I / II / III / IV
6. Alasan merujuk :
7. Tempat rujukan :
8. Pendamping pada saat merujuk :
  - Bidan  Teman
  - Suami  Dukun
  - Keluarga  Tidak ada

**KALA I**

9. Partogram melewati garis waspada : Y (T)
10. Masalah lain, sebutkan :
11. Penatalaksanaan masalah Tsb :
12. Hasilnya :

**KALA II**

13. Episiotomi :
  - Ya, Indikasi
  - Tidak
14. Pendamping pada saat persalinan
  - Suami  Teman  Tidak ada
  - Keluarga  Dukun
15. Gawat Janin :
  - Ya, tindakan yang dilakukan
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Tidak
16. Distosia bahu :
  - Ya, tindakan yang dilakukan
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Tidak
17. Masalah lain, sebutkan :
18. Penatalaksanaan masalah tersebut :
19. Hasilnya :

**KALA III**

20. Lama kala III : 15 menit
21. Pemberian Oksitosin 10 U im ?
  - Ya, waktu : ..... menit sesudah persalinan
  - Tidak, alasan .....
22. Pemberian ulang Oksitosin (2x) ?
  - Ya, alasan .....
  - Tidak
23. Penegangan tali pusat terkendali ?
  - Ya,
  - Tidak, alasan .....

**PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV**

Jam Ke	Waktu	Tekanan darah	Nadi		Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Perdarahan
1	07.35	120/80	84	36.2°C	Setinggi pusat	Baik	Edk penuh	+100cc
	07.40	120/70	90		2 jari & pusat	Baik	Edk penuh	± 90cc
	07.55	120/80	87		2 jari & pusat	Baik	Edk penuh	+ 80cc
	08.05	115/85	90		2 jari & pusat	Baik	Edk penuh	+ 70cc
2	08.55	115/75	90	36.2°C	2 jari & pusat	Baik	Edk penuh	+ 60cc
	09.05	120/80	89		2 jari & pusat	Baik	Edk penuh	± 50cc

Masalah kala IV : .....  
 Penatalaksanaan masalah tersebut : .....  
 Hasilnya : .....

24. Masase fundus uteri ?
  - Ya.
  - Tidak, alasan .....
25. Plasenta lahir lengkap (intact) Ya / Tidak
  - Ya
  - Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan :
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
26. Plasenta tidak lahir > 30 menit : Ya (Tidak)
  - Ya, tindakan :
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Tidak
27. Laserasi :
  - Ya, dimana ..... perineum sampai mukosa vagina
  - Tidak.
28. Jika laserasi perineum, derajat : 1/2/3/4
  - Tindakan :
    - Penjahitan, dengan/ tanpa anestesi
    - Tidak dijahit, alasan .....
29. Atoni uteri :
  - Ya, tindakan
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Tidak
30. Jumlah perdarahan : ..... 100cc ml
31. Masalah lain, sebutkan .....
32. Penatalaksanaan masalah tersebut : .....
33. Hasilnya : .....

**BAYI BARU LAHIR :**

34. Berat badan ..... 2900 gram
35. Panjang ..... 47 cm
36. Jenis kelamin (L) P
37. Penilaian bayi baru lahir (baik) / ada penyulit
38. Bayi lahir :
  - Normal, tindakan :
    - mengeringkan
    - menghangatkan
    - rangsang taktil
    - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
  - Asplksia ringan/pucat/biru/lemas/tindakan :
    - mengeringkan  bebaskan jalan napas
    - rangsang taktil  menghangatkan
    - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
    - lain - lain sebutkan .....
  - Cacat bawaan, sebutkan :
  - Hipotermi, tindakan :
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
39. Pemberian ASI
  - Ya, waktu : ..... jam setelah bayi lahir
  - Tidak, alasan .....
40. Masalah lain,sebutkan : .....  
 Hasilnya : .....



Lampiran 9

EDINBURG POSTENATAL DEPRESSION (EPDS)

**Kuesioner Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)**

**Bagaimana perasaan anda dalam tujuh hari terakhir termasuk hari ini setelah melahirkan bayi? Beri tanda silang (X) pada pernyataan di bawah ini yang paling sesuai dengan perasaan Anda.**

No.	Pertanyaan
1	Saya dapat tertawa bila melihat sesuatu yang lucu: <input checked="" type="checkbox"/> a) Sering <input type="checkbox"/> b) Kadang-kadang <input type="checkbox"/> c) Jarang <input type="checkbox"/> d) Tidak pernah
2	Saya dapat mengerjakan banyak hal dengan senang: <input checked="" type="checkbox"/> a) Sering <input type="checkbox"/> b) Kadang-kadang <input type="checkbox"/> c) Jarang <input type="checkbox"/> d) Tidak pernah
3	Saya menyalahkan diri saya sendiri apabila terjadi hal yang tidak menyenangkan: * <input type="checkbox"/> a) Sering <input checked="" type="checkbox"/> b) Kadang-kadang <input type="checkbox"/> c) Jarang <input type="checkbox"/> d) Tidak pernah
4	Saya merasa khawatir dan cemas tanpa alasan yang jelas: <input checked="" type="checkbox"/> a) Tidak pernah <input type="checkbox"/> b) Jarang <input type="checkbox"/> c) Kadang-kadang <input type="checkbox"/> d) Sering
5	Saya merasa ketakutan atau panik tanpa alasan yang jelas: * <input type="checkbox"/> a) Sering <input type="checkbox"/> b) Kadang-kadang <input type="checkbox"/> c) Jarang <input checked="" type="checkbox"/> d) Tidak pernah
6	Segala sesuatu terasa membebani saya sehingga: * <input type="checkbox"/> a) Hampir selalu saya merasa tidak bersemangat <input type="checkbox"/> b) Kadang-kadang saya merasa tidak bisa mengatasi sebaik biasanya <input type="checkbox"/> c) Hampir selalu saya merasa bisa mengatasi dengan baik <input checked="" type="checkbox"/> d) Selalu saya bisa mengatasi sebaik biasanya
7	Saya merasa sangat tidak bahagia sehingga sulit tidur: * <input type="checkbox"/> a) Hampir setiap hari <input type="checkbox"/> b) Kadang-kadang <input type="checkbox"/> c) Jarang <input checked="" type="checkbox"/> d) Tidak pernah

8	Saya merasa sedih dan jengkel tanpa alasan:* a) Hampir setiap waktu b) Kadang-kadang c) Jarang <input checked="" type="checkbox"/> d) Tidak pernah
9	Saya merasa sangat tidak bahagia sehingga saya menangis:* a) Hampir setiap waktu b) Kadang-kadang c) Jarang <input checked="" type="checkbox"/> d) Tidak pernah
10	Pernah ada pikiran putus asa:* a) Sering b) Kadang-kadang c) Jarang <input checked="" type="checkbox"/> d) Tidak pernah

#### Cara Menggunakan EPDS.

- Responden diminta untuk memeriksa respon paling dekat yang datang dengan apa yang dia rasakan dalam 7 hari.
- Semua item harus diselesaikan.
- Responden tidak diskusi dengan orang sekitar agar jawaban keluar dari responden itu sendiri.
- Ibu harus menyelesaikan skala sendiri, kecuali dia memiliki keterbatasan bahasa atau memiliki kesulitan dengan membaca.

#### Cara Skoring EPDS

Pernyataan 1,2, dan 4 ( Tidak ada tanda bintang ) skornya :

- 0
- 1
- 2
- 3

Pernyataan 3,5,6,7,8,9, dan 10 ( Ditandai dengan tanda bintang ) skornya :

- 3
- 2
- 1
- 0

Penghitungan skor : 2 .

Skor maksimal : 30

- 0-8 : Tidak mengalami *baby blues*.
- >8 : mengalami *baby blues*.

LEAFET SENAM HAMIL

**4** Cat/ Cow pose



Gerakan ini bermanfaat agar punggung terasa lebih ringan. Selain itu, manfaat lainnya adalah melancarkan sirkulasi darah serta cairan tulang belakang.

**5** Child pose



Gerakan ini membantu melepaskan rasa tegang serta membantu menenangkan pikiran jelang kelahiran bayi.

**6** Crescent lunge



Gerakan ini tidak hanya membuat bayi cepat masuk panggul, akan tetapi juga membantu mengarahkan bayi ke area panggul sehingga memberikan ruang untuk melakukan posisi rotasi internal.



Hentikan Senam Hamil Jika.....

Nyeri dada dan denyut jantung meningkat >140x menit



Kontraksi uterus



Nyeri kepala



Nyeri persendian



Mual dan muntah



POLTEKKES KEMENKES RIAU

**SENAM HAMIL**

crdt: Zakiyah Zulfa



**Pengertian**

Senam hamil adalah bentuk latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik atau mental pada proses persalinan yang cepat dan spontan.

**Manfaat**

- Membantu dalam proses persalinan anak.
- Melatih pernapasan.
- Memperkuat otot perut, mengencangkan otot panggul dan paha.
- Menenangkan hati dan pikiran agar tidak stress.
- Merelaksasikan tubuh dan mengatasi pegal - pegal.

**Kapan senam hamil dimulai?**

- Setelah dinyatakan hamil
- Keluhan- keluhan sudah hilang
- Semua wanita yang sehat dan memasuki usia kehamilan 4-6 bulan
- Kehamilan Normal

**Indikasi**

- Ibu dalam kondisi sehat dan stabil
- Ibu yang tidak memiliki riwayat penyakit seperti jantung, diabetes dan hipertensi

**Kontraindikasi**

- Ibu dengan penyakit jantung dan hipertensi.
- Ibu yang mengandung janin kembar.
- Ibu dengan DM dan letak bayi sungsang.

**Langkah- Langkah**

**Gerakan Senam Hamil**

**1 Easy Pose**



Posisi ini melatih otot panggul lebih terbuka, tulang punggung memanjang hingga membuka area dada. Gerakan ini dapat membuat bayi cepat masuk panggul.

**2 Squat pose**



Gerakan ini untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan pada tulang punggung, bahu dan leher, serta meningkatkan asupan oksigen pada plasenta.

**3 Butterfly pose**



Posisi ini sangat baik untuk membuka area panggul sehingga membantu agar bayi cepat masuk panggul

# LEAFLET MAKANAN PENAMBAHAN ASI



## 5. MAKANAN PENAMBAH ASI

### 1. Sayuran Hijau

Salah satu jenis makanan sumber galaktagog adalah sayuran hijau, seperti bayam, brokoli, kale, daun katuk, sayur alfalfa, dan daun jinten atau daun bangun-bangun. Busui dianjurkan untuk makan 1-2 porsi sayuran berdaun hijau setiap hari.

### 2. Gandum utuh dan oat

Gandum utuh dan oat memiliki kandungan serat yang tinggi. Selain bisa membuat Busui merasa kenyang lebih lama, mengonsumsi bubur gandum atau bubur oat juga dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI.



### 3. Biji-Bijian

Biji-bijian yang berkhasiat untuk memperbanyak ASI antara lain wijen, biji chia, dan biji rami atau flaxseed. Biji-bijian ini mengandung senyawa fitoestrogen yang baik untuk meningkatkan produksi ASI.

### 4. Kacang-Kacangan

Kacang-kacangan  
Kacang-kacangan, seperti kacang merah, kacang almond, dan kacang kenari, juga baik dijadikan makanan penambah ASI. Selain mengandung serat yang baik untuk kesehatan pencernaan, kacang-kacangan juga mengandung protein, kalsium, dan zat besi yang dapat menambah produksi ASI.

### 5. Protein Hewani

bahan makanan hewani maupun nabati, seperti daging sapi, daging ayam, telur, tempe, tahu, edamame, seafood, dan sebagainya. protein juga bermanfaat untuk membantu pemulihan tubuh ibu. Kebutuhan protein yang diperlukan ibu menyusui adalah sebanyak 76-77 gram per hari.

## UPAYA MELANCARKAN ASI



Disusun oleh  
Kelompok 4  
D3 Kebidanan

Poltekkes Kemenkes Riau  
2022/2023



## upaya memperbanyak ASI

### 1. Sesering mungkin menyusui

semakin sering bayi di susui, dan menghisap areola mammae ibu, maka akan menstimulus ASI akan banyak diproduksi.

### 2. Hindari Stress

Stres bisa menyebabkan seorang ibu susah memproduksi Asinya, maka alangkah lebih baik nya ibu tidak mengalami stres.

### 3. Istirahat Yang Cukup

Tidurlah sejenak saat bayi tidur siang, kelelahan pada ibu menyusui menyebabkan penurunan produksi ASI. Istirahat yang cukup membantu merefitalisasi organ tubuh untuk memproduksi banyak ASI.

### 4. Posisi Saat Menyusui

Posisi yang nyaman bagi bayi saat menyusui, menghisap susu pada payudara sangat berpengaruh. ketidaknyamanan tersebut dapat menyebabkan bayi menolak menyusui, dan itu bisa mengurangi produksi ASI.



### 3. Menyusui dengan Kedua Payudara

Untuk memastikan produksi ASI lancar, Busui sebaiknya menyusui Si Kecil dengan kedua payudara secara bergantian. Pastikan ASI di safah satu payudara sudah benar-benar kosong, sebelum berganti ke payudara yang lain.

## Apa itu menyusui?

Menyusui adalah proses pemberian air susu ibu (ASI) kepada bayi sejak lahir sampai berusia 2 tahun. Jika bayi diberikan ASI saja sampai usia 6 bulan tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lainnya merupakan proses menyusui eksklusif.



# LEAFLET TANDA BAHAYA PADA IBU NIFAS



## 6. Gangguan Psikologi

Pada 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 mengasuh dirinya sendiri dan bayinya.

### Penyebab

- Kekecewaan emosional dan rasa takut yang di alami kebanyakan wanita selama hamil dan melahirkan.
- Rasa nyeri pada awal masa nifas.
- Kelelahan akibat kurang tidur selama persalinan

Perhatian!!!  
Jika ibu menemui salah satu tanda bahaya nifas tersebut silahkan hubungi tenaga kesehatan

## 5. Bendungan Air Susu

- Disebab kan oleh penumpukan air susu.

Terjadi pada hari ketiga setelah melahirkan.

- ### Tanda Dan Gejala
- Terasa berat dan nyeri.
  - Ukuran payudara membesar.
  - Kulit terlihat kencang mengkilat dan kemerahan.
  - Terasa hangat atau panas.



## TANDA-TANDA BAHAYA PADA IBU NIFAS

Disusun Oleh  
Nisa Nabila (PO32015401025)

POLTEKES KEMENKES RIAU  
PRODI D3 KEBIDANAN  
2020



## Masa Nifas

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

### Tanda Bahaya Nifas

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

## 1. INFEKSI MASA NIFAS

Mencakup semua peradangan, yang disebabkan oleh masuknya kuman-kuman kedalam alat kelamin pada waktu persalinan dan nifas.

## 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.
- Tekanan darah menurun
- Nadi meningkat
- Pernafasan meningkat dan sesak

## 2. PENDARAHAN PERVAGINAM

- Pendarahan Pasca Persalinan adalah pendarahan dengan jumlah, lebih dari 500 ml setelah bayi lahir.
- Ada dua jenis menurut waktunya, yaitu pendarahan primer terjadi dalam 24 jam pertama pp, dan pendarahan skunder terjadi setelah 24 jam pertama pp.
- Penyebab tersering adalah atonia uteri, yakni otot rahim tidak berkontraksi sebagaimana mestinya segera setelah bayi lahir.

### TANDA-TANDA PENDARAHAN PERVAGINAM

- Wajah tampak pucat.
- Nadi teraba cepat dan kecil.
- Kulit kaki dan tangan dingin.
- Pendarahan melalui vagina berulang, dan di sertai bau busuk



## 3. PREEKLAMSI

Tanda- Tanda nya:

- Nyeri kepala hebat.
- pandangan mata kabur.
- Bengkak seluruh tubuh.



## 4 ISK (INFEKSI SALURAN KEMIH)

Apa itu ISK?

Infeksi Saluran Kemih adalah infeksi bakteri pada saluran kemih.



Penyebab nya?

Pada nifas ialah disebabkan oleh kebiasaan ibu yang tidak baik (kurang minum, menahan berkemih).

Bagaimana pencegahannya?

Dicegah dengan banyak minum dan tidak menahan kemih

Daftar Pustaka  
Angraini, Yetti. (2010). Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Yogyakarta

# LEAFLET KELUARGA BERENCANA



**Kelebihan:**

- Bisa digunakan untuk metode jangka panjang
- Bisa digunakan untuk klien yang mempunyai tekanan darah tinggi
- Tidak mengganggu produksi ASI

**Kekurangan:**

- Menggangu hubungan seksual
- Harus datang ketenaga kesehatan untuk memasang, melepas dan kontrol
- Mahal
- Tidak bisa mencegah dari PMS

**Efek Samping:**

- Amenorhea
- Spotting/ Pendarahan bercak
- Nyeri

## 5. Kontrasepsi Mantap

Saluran telur pada wanita disumbat dengan cara diikat, dipotong atau dileser.  
Sterilisasi pada wanita ini juga bisa dilakukan dengan cara pengangkatan rahim.  
Cara Kontrasepsi ini bersifat permanen.

Sedangkan pada pria, sterilisasi dilakukan dengan cara memotong saluran sperma ( HR. Siswosudarmo, Hj. Anwar, Mocha, Emelia ova, 2011)

## 6. Alat kontrasepsi alami (kalender)

Metode ini menggunakan perhitungan masa subur wanita, dan menghindari berhubungan seks pada masa subur tersebut.

**Kelebihan:**

- Murah
- Tidak menggunakan alat atau hormon

**Kekurangan:**

- Kurang efektif kegagalan metode ini pada tahun pertama mencapai 20%

## 7. Kb alami (MAL)

Pada ibu yang menyusui anaknya secara eksklusif, pembuahan tidak dapat terjadi selama 10 minggu pertama, sehingga kehamilan dapat dicegah.

**Kelebihan sama seperti sistem kalender**

**Kekurangan**

- Kurang efektif, biasanya pasangan yang menggunakan metode ini menunggu haid pertama setelah melahirkan untuk berhenti berhubungan seks, padahal pembuahan terjadi sebelum adanya menstruasi



# KELUARGA BERENCANA



DISUSUN OLEH:

**NISA NABILA P032015401025**  
**POLTELKES KEMENKES RIAU**  
**PRODI DIII KEBIDANAN**  
**2022**



**KELUARGA BERENCANA**  
**APA ITU KB?**

Menurut Sarwono Prawiroharjo PKBI KB adalah: "Menjarangkan kehamilan yang diusahakan mencegah terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan dengan menggunakan alat kontrasepsi"

## TUJUAN PROGRAM KB

**Tujuan Umum**  
Meningkat kesejahteraan ibu dan anak dalam rangka mewujudkan keluarga kecil yang bahagia, sejahtera yang menjadi dasar terwujudnya masyarakat yang sejahtera

**Tujuan khusus**  
Menurunkan angka kelahiran setiap tahunnya

## MANFAAT KB

- Menurunkan angka kematian ibu
- Mencegah terjadinya kanker uterus dan ovarium
- Memberikan kontribusi pembangunan berkelanjutan yang berwawasan kependudukan

## JENIS JENIS, CARA KERJA, KEUNTUNGAN DAN KERUGIAN KB

### 1. PIL KB KOMBINASI PROGESTIN DAN ESTROGEN



**Kelebihan:**

- Mengurangi pendarahan saat menstruasi
- Mengurangi gejala PMS
- Membuat siklus haid lebih teratur
- Meningkatkan kepadatan tulang
- Mengurangi resiko penyakit kanker ovarium dan endometrium, stroke, salpingitis, rematik

**Kekurangan**

- Meningkatkan resiko hipertensi dan penyakit kardiovaskular
- Peningkatan berat badan
- Dapat mengganggu produksi ASI
- Tidak mengurangi resiko infeksi menular seksual

### 2. KONTRASEPSI SUNTIKAN ATAU KB SUNTIK

**Kelebihan:**

- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Cocok digunakan bagi klien yang lupa ( lupa minum pil)

**Kekurangan:**

- Kesuburan lama kembali
- Tidak melindungi dari PMS
- Kegemukan



## 3. IMPLANT

Alat kontrasepsi dengan cara memasukkan tabung kecil dibawah kulit, pada bagian tangan, yang dilakukan oleh dokter anda.

**Cara Kerja:**

- Mengatakan lendir serviks
- Mengurangi proses pembentukan endometrium sehingga sulit terjadi.
- Implantasi
- Menenkn ovulasi

**Evektivitas:**  
Sangat evektiv ( kegalan 0.2 sampai 1 kehamilan per 100 perempuan)

**Keuntungan:**

- Daya guna tinggi
- Pelindungan jangka panjang
- Kesuburan cepat kembali
- Tidak memerlukan pemeriksaan Dalam

**Kerugian:**

- Membutuhkan tindakan insisi
- Tidak melindungi dari PMS
- Tidak dapat menghentikan pemakaian sendiri



## 4.ALAT KONTRASEPSI DALAM RAHIM (AKDR) / IUD

Teknik kontrasepsi ini adalah dengan cara:  
Memasukkan alat yang terbuat dari tembaga kedalam rahim.

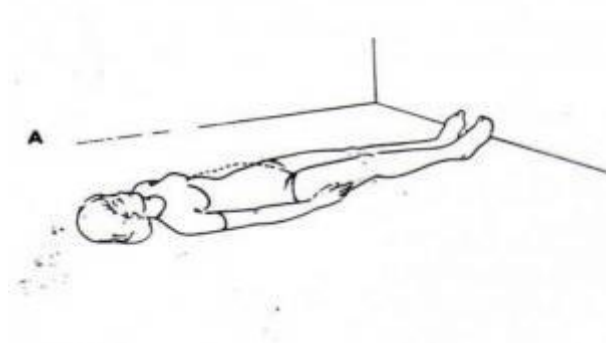
**Cara Kerja:**

- Menimbulkan reaksi peradangan lokal dalam endometrium, kavum uteri sehingga menghambat terjadinya penempelan sel telur yang telah dibuahi kedinding rahim.
- IUD jangan menghambat motilitas tuba sehingga memaksa sperma "berenang" melawan arus.

## Cara melakukan gerakan senam nifas

Sebelum melakukan senam nifas, pastikan menggunakan pakaian yang longgar, agar tidak kesulitan saat menggerakkan anggota tubuh. pastikan juga untuk menyiapkan tempat yang aman. Berikut merupakan urutan latihan senam nifas.

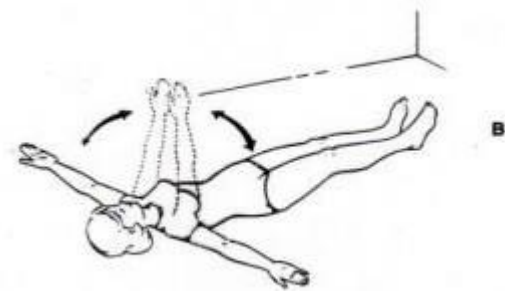
### 1. Hari Pertama (Olah napas)



Pada hari pertama, gerakan senam nifas dilakukan secara sederhana. Yaitu dengan melakukan latihan pernapasan. 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 sampai 10 kali.

### 2. Hari Kedua (tangan membuka dan menutup)



Pada hari kedua, gerakan mulai ditingkatkan. Posisi ibu masih sama, yaitu berbaring pada tempat yang datar dan aman. Lebarkan kedua tangan ibu sampai sejajar dengan bahu, lalu gerakan dengan lurus kedua tangan sampai bertemu di atas kepala.

Lakukan latihan ini sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

### 3. 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.

Lakukan latihan ini sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

#### **4. Hari Keempat (gerak atas)**



Pada hari selanjutnya, yaitu menggerakkan anggota badan bagian 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. Lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali.

#### **5. Hari Kelima (gerak atas dan tangan)**

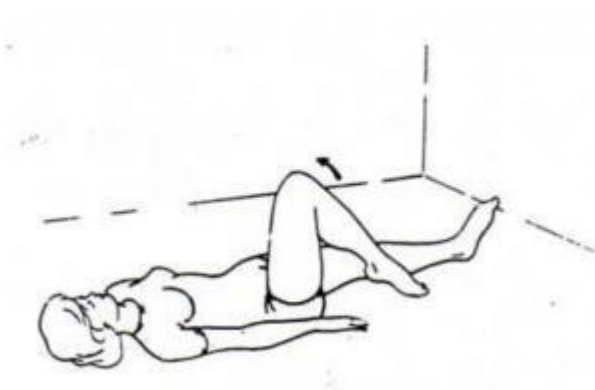




Pada hari kelima gerakan dilakukan dengan posisi terlentang. Tekuk salah satu kaki dengan sudut 45 derajat, lalu angkat tubuh serta tangan yang berlawanan. Jika lutut yang ditekuk sebelah kiri, maka tangan yang digunakan yaitu sebelah kanan (begitu juga sebaliknya).

Usahakan tangan yang berlawanan, mampu menyentuh lutut yang ditekuk. Lakukan gerakan ini secara bergantian, sebanyak 5 sampai 10 kali.

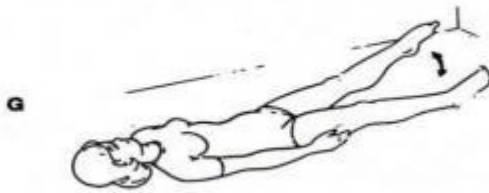
#### **6. Hari Keenam (gerak tekuk kaki)**



Pada hari keenam, latihan dilanjutkan ke bagian anggota gerak bawah. 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.

Latihan gerak ini, dilakukan sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

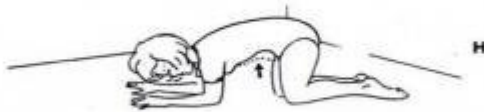
#### **7. Hari Ketujuh (gerak angkat kaki)**



Pada hari ketujuh, pergerakan dilanjutkan dengan mengangkat kaki ke atas. 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.

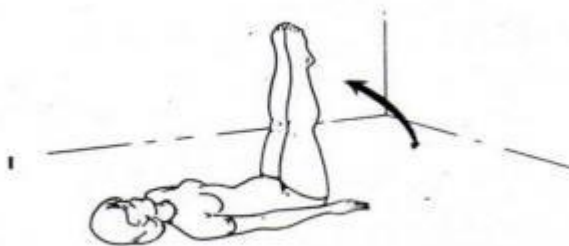
Gerakan ini dilakukan sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

#### 8. Hari Kedelapan (gerak perut)



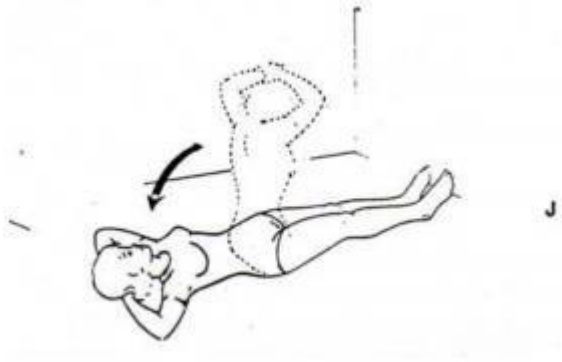
Pada hari ke delapan, posisi sudah tidak berbaring lagi. Dimana posisi tubuh tampak seperti bayi yang merangkak. Angkat perut ibu ke atas dan kebawah (gerakan dilakukan hanya otot perut saja), lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali.

#### 9. Hari Kesembilan (angkat 2 kaki)



Pada hari ke sembilan, posisi tubuh kembali terlentang. Rapatkan kedua kaki, lalu angkat kedua kaki secara bersamaan dengan sudut lurus atau membentuk sudut 90 derajat. Turunkan kedua kaki kebawah secara perlahan, dan lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

#### **10. Hari Kesepuluh (gerak Sit-up)**



Pada hari terakhir senam nifas, yaitu gerakan sit –up. Mula-mula tubuh pada posisi terlentang, taruh kedua tangan dibawah kepala, dan angkat tubuh sampai membentuk posisi duduk. Lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali.

## POSTER PIJAT BAYI



# PIJAT BAYI PADA BAYI 0-3 BULAN



Pijat bayi adalah kombinasi bentuk stimulasi (rangsangan) raba dan gerak yang dilakukan oleh orang tua, tenaga kesehatan atau anggota keluarga lainnya

Manfaat Pijat Bayi:

1. Mengoptimalkan tumbuh kembang bayi
2. Meningkatkan frekuensi menyusu
3. Membantu bayi untuk berlatih relaksasi
4. Meningkatkan berat badan bayi
5. Membuat bayi tidur nyenyak dan tenang

## Teknik Pemijatan

### Langkah 1



Pijat bagian kaki bayi. berikan tekanan lembut dari tumit sampai ujung kaki

### Langkah 2



Beri usapan lembut pada pergelangan kaki, sampai paha dan pinggul, hindari area kemaluan. pegang kaki bayi dibawah lutut dan tekan perlahan kearah perut, dan tekan perlahan untuk mengeluarkan gas

### Langkah 3



Pijat lembut dari dada kiri bayi kearah perut bawah, seperti huruf "i", lakukan 6 kali pengulangan

### Langkah 4



Gerakan pijatan seperti huruf "L" "terbalik dari dada kanan ke dada kiri, turun ke perut bawah kiri. lakukan 6 kali pengulangan

### Langkah 5



Pada bagian perut, pijat menyerupai huruf "U" terbalik, mulai perut bawah sebelah kanan ke arah perut bawah kiri.

### Langkah 6



Pijat wajah bayi. gunakan bantalan jari, tekan lembut melalui jari tengah ke kening bayi, ke bagian luar wajahnya lanjut ke pipi, lalu pijat kulit kepala dengan gerakan memutar

# IMUNISASI DASAR

## IMUNISASI DASAR

<p><b>0-24 Jam</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>HB0</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hepatitis B dan Kanker Hati</li> </ul>
<p><b>1 Bulan</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>BCG OPV1</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tuberkulosis</li> <li>- Polio</li> </ul>
<p><b>2 Bulan</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>DPT-HB-HIB1 OPV2 PCV1 RV1+</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Difteri</li> <li>- Pertusis</li> <li>- Tetanus</li> <li>- Hepatitis B dan kanker hati</li> <li>- Polio</li> <li>- Meningitis (radang selaput otak)</li> <li>- Pneumonia (Radang Paru)</li> <li>- Diare</li> </ul>
<p><b>3 Bulan</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>DPT-HB-HIB2 OPV3 PCV2 RV2+</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Difteri</li> <li>- Pertusis</li> <li>- Tetanus</li> <li>- Hepatitis B dan kanker hati</li> <li>- Polio</li> <li>- Meningitis (radang selaput otak)</li> <li>- Pneumonia (Radang Paru)</li> <li>- Diare</li> </ul>
<p><b>4 Bulan</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>DPT-HB-HIB3 OPV4 IPV1 RV3+</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Difteri</li> <li>- Pertusis</li> <li>- Tetanus</li> <li>- Hepatitis B dan kanker hati</li> <li>- Polio</li> <li>- Meningitis (radang selaput otak)</li> <li>- Pneumonia (Radang Paru)</li> <li>- Diare</li> </ul>
<p><b>9 Bulan</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>Campak Rubella 1 IPV2***</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Campak Rubella</li> <li>- Polio</li> </ul>
<p><b>10 Bulan</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>JE**</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Japanese Encephalitis</li> </ul>
<p><b>12 Bulan</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>PCV3</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pneumonia</li> </ul>
<p><b>18 Bulan</b> Usia</p>  <p>Imunisasi <b>DPT-HB-HIB4 Campak Rubella 2</b></p>	<p><b>Mencegah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Difteri</li> <li>- Pertusis</li> <li>- Tetanus</li> <li>- Hepatitis B dan kanker hati</li> <li>- Meningitis (radang selaput otak)</li> <li>- Pneumonia (Radang Paru)</li> <li>- Campak Rubella</li> </ul>

\* Akan dimulai di akhir tahun 2022 di wilayah terdampak, imunisasi RV harus ditenggang sebelum usia 8 bulan  
 \*\* Di wilayah endemis  
 \*\*\* Akan direvisi di akhir tahun 2022 di wilayah terdampak

Lampiran 11

Dokumentasi ANC



Pendokumentasian Palpasi Ny. M  
Tanggal 03 Desember 2022



Pendokumentasian Pemeriksaan varises NY. M  
Tanggal 03 Desember 2022



Pendokumentasian Palpasi Ny. M  
Tanggal 03 Desember 2022



Pendokumentasian pemeriksaan reflek patela Ny. M  
Tanggal 03 Desember 2022

Dokumentasi ANC



Pendokumentasian pemeriksaan TFU Ny.M  
Tanggal 07 Desember 2022



Pendokumentasian pemeriksaan DJJ Ny.M  
Tanggal 07 Desember 2022



Pendokumentasian pemeriksaan TTV Ny.M  
Tanggal 07 Desember 2022



Pendokumentasian bersama Ny.M dan Tn.D  
Tanggal 07 Desember 2022

Dokumentasi INC



Pendokumentasian membantu persalinan NY.M  
Tanggal 11 Desember 2022



Pendokumentasian pemeriksaan janin kedua  
Tanggal 11 Desember 2022



Pendokumentasian pemotongan tali pusat bayi  
Tanggal 11 Desember 2022



Pendokumentasian PTT  
Tanggal 11 Desember 2022



Dokumentasi PNC



Pendokumentasian pemeriksaan TFU Ny.M  
Tanggal 18 Desember 2022



Pendokumentasian pemeriksaan luka dan jahitan Ny.M  
Tanggal 18 Desember 2022

Dokumentasi PNC



Pendokumentasian pemeriksaan fisik BBL  
Tanggal 11 Desember 2022



Pendokumentasian penimbangan berat badan bayi Ny.M  
Tanggal 18 Desember 2022



Pendokumentasian memandikan bayi Ny.M  
Tanggal 26 Desember 2022

## Dokumentasi PNC