

Lampiran 1

## **SURAT IZIN**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
**POLTEKES KEMENKES RIAU**

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



Nomor : PP.03.01/3.5/1386/2023

16 Maret 2023

Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

Yth. Pimpinan Klinik Pratama Taman Sari 4  
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	P032015401009	Dwi Sri Wulandari	III A / VI
2	P032015401024	Natasya Elma Novita	III A / VI
3	P032015401031	Riska Putri Prihadena	III A / VI
4	P032015401076	Widya Lestari	III B / VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di Klinik Pratama Taman Sari 4 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 TAMAN SARI”

TAMAN SARI 1 KLINIK UTAMA Jl. Taman Sari No. 23 Tangkerang Selatan - Pekanbaru Telp. 0761 - 32830  
TAMAN SARI 2 KLINIK PRATAMA Jl. Harapan Raya No. 55 Tangkerang Timur - Pekanbaru Telp. 0761 - 27046  
TAMAN SARI 3 KLINIK PRATAMA Jl. Garuda Raya No. 37 Perum Sukomulyo Kec. Marpoyan Damai Telp. 0761 567518  
TAMAN SARI 4 KLINIK PRATAMA Jl. Kopkap Raya Blok C17 No. 40 9 Desa Pandau Jaya Telp. 73786  
TAMAN SARI 5 KLINIK PRATAMA Jl. Haki Husada No. 10 Kalim Kec. Tenayan Raya Hp. 085210470322  
TAMAN SARI 6 KLINIK PRATAMA Jl. Garuda Sakti KM 3 Gg. Dadi Lahur No. 40D Kel. Simpang Baru-Pekanbaru

Nomor : 14/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.03.01/3.5/1386/2023 mengenai Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir (LTA), dengan ini menerangkan bahwa Pimpinan Klinik Taman Sari memberikan izin Untuk Pengambilan Kasus di Klinik Taman Sari 4 kepada :

NO	NIM	NAMA	TINGKAT/SEMESTER
1.	P032015401009	Dwi Sri Wulandari	III A/VI
2.	P032015401024	Natasya Elma Novita	III A/VI
3.	P032015401031	Riska Putri Prihadena	III A/VI
4.	P032015401076	Widya Lestari	III B/VI

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

Pekanbaru, 31 Maret 2023



**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIE**

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Rabiatul Adawiyah  
Umur : 24 tahun  
Pekerjaan : IRT  
Alamat : Jl. Purnama  
No. Hp : 081258499232

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa setelah memahami semua penjelasan yang berkaitan dengan prosedur pengambilan kasus untuk asuhan Laporan Tugas akhir Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau, maka dengan ini saya setuju menjadi klien/pasien dari Mahasiswa:


Nama : Dwi Sri Wulandari  
NIM : P032015401009  
Judul : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. R di Klinik Pratama Taman Sari 4 Kota Pekanbaru

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Pekanbaru, 18 Desember 2022

Yang menyatakan

Menyetujui suami/keluarga

  
( sawaludin )  
)

Klien/pasien

  
( Rabiatul Adawiyah

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

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rabiatul Adawiyah  
Umur : 24 Tahun  
Pekerjaan : IRT  
Alamat : Jl. Purnama

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa:

Setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya menyadari, mengerti dan memahami tentang tujuan, manfaat dan risiko yang mungkin timbul dalam asuhan, serta sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dan membatalkan keikutsertaannya, maka saya ~~setuju~~<sup>tidak setuju</sup> diikutsertakan dan bersedia berperan serta dalam Asuhan Laporan Tugas akhir yang berjudul: Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. R di Klinik Pratama Taman Sari 4 Kota Pekanbaru

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sesungguhnya tanpa paksaan:

Pekanbaru, 18 Desember 2022

Mengetahui

Penulis



( Dwi Sri Wulandari )

Yang menyatakan

Pasien



( Rabiatul adawiyah )

**LEMBAR KONSULTASI**



LEMBAR KONSULTASI


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

Nama mahasiswa : Dwi Sri Wulandari  
NIM : P032015401009  
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.R  
di Klinik Pratama Taman sari 4 Kota  
Pekanbaru  
Pembimbing 2 : Lailiyana, SKM, MKM

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	27/3 2023	Bab I - V	Parabahi margin, penomoran dan kesalahhan pengetikan		by
2.		Daftar pustaka	senilai dg metode Harvard		by
3.	30/3 2023	Kend 1 - V Daftar pustaka	Parabahi lagi spasi & margin		by
4.	3/3 2023	Bab 1 - V	Parabahi margin & spasi silo judul		by
5.	4/3 2023	Daftar pustaka	hapus hal daftar pustaka		by
6.	4/3 2023	Bab 2 - V	ACC ujin		by
7.	15/3 2023	Bab 1 - V lampiran	Parabahi spasi Daftar pustaka, lampiran		by
8.	16/3 2023	Bab 1 - V Lampiran	hal ini lampiran 2 Abstract		by
9.	17/3 2023	Abstract, Daftar pustaka	- Parabahi margin abstract. - Tinjau lagi penulisan daftar pustaka dan kebenaran sumbernya		by
10.	19/3 2023		ACC ujin		by
11.					
12.					

Pekanbaru,.....,2023

Pembimbing Utama /  
Pendamping

  
Lailiyana, SKM, MKM

LEMBAR KONSULTASI

LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII

KEBIDANANPOLTEKKES KEMENKES RIAU

T. A 2022/2023

Nama mahasiswa : Dwi Sri wulandari  
 NIM : P032015401009  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.R  
 di Klinik Pratama taman Sari 4 Kota  
 Pekanbaru  
 Pembimbing I : Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	6/3.2023	BAB I	perbaiki latar belakang		h
2.	16/3.2023	Kawus	sewaikan antara di tulis dgn teori		h
3.	24/3.2023	BAB 1	perbaiki latar belakang		h
4.	29/3.2023	BAB I - V	- Perbaiki Latar belakang - Perbaiki Pembahasan - Perbaiki kesimpulan & saran		h
5.	28/3.2023	BAB I - V			h
6.	31/3.2023	BAB N	Pembahasan		h
7.	3/4.2023		ACC utama		h
8.	8/5.2023	Bab I	perbaiki latar belakang		h
9.	12/5.2023	Bab II	Tambahkan teori gangguan pola tidur		h
10.	15/5.2023	Bab V	perbaiki pembahasan gangguan pola tidur		h
11.	16/5.2023	BAB IV	perbaiki pembahasan		h
12.	18/5.2023	BAB IV	perbaiki pembahasan		h
13.	19/5.2023		ACC utama		h

Pekanbaru, .....2023  
 Pembimbing Utama /  
 Pendamping,  
 .....  
 Fatiyani Alyensi



**LEMBAR SKRINING DAN PEMANTAUAN**

### SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI

Nama : Ny. R Alamat : Jl. Burnama  
 Umur Ibu : 29 tahun Kec/Kab : .....  
 Pendidikan : SMK Pekerjaan : IRT  
 Hamil Ke : 2 Had Terakhir tgl : ..... Perkiraan Persalinan tgl : .....

Periksa I  
 Umur Kehamilan : ..... Bin ..... Di : .....

I	II	III	SKOR	IV			
				Tribulan			
KEL NO.		Masalah/Faktor Risiko		I	II	III 1	III 2
		Skor awal ibu hamil	2			2	
I	1	Terlalu muda, hamil $\leq$ 16 th	4				
	2	Terlalu tua, hamil $\geq$ 35 th	4				
		Terlalu lambat hamil I, kawin $\geq$ 4 th	4				
	3	Terlalu lama hamil lagi ( $\geq$ 10 th)	4				
	4	Terlalu cepat hamil lagi ( $<$ 2 th)	4				
	5	Terlalu banyak anak, 4 / lebih	4				
	6	Terlalu tua, umur $\geq$ 35 th	4				
	7	Terlalu pendek $\leq$ 145 cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah melahirkan dengan :					
		a. Tarikan tang / vakum	4				
		b. Uri dirogoh	4				
		c. Diben 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	Bongkai 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	Pendarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Preeklampsia Berat / Kejang-2	8				
JUMLAH SKOR						2	

### PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA

KEHAMILAN				KEHAMILAN DENGAN RISIKO				
JML SKOR	JML SKOR	PERAWA TAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN		
						RDB	RDR	RTW
2	KRH	BIDAN	TIDAK DIRUJUK	TIDAK DIRUJUK	BIDAN			
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	FOUNDES	BIDAN DOKTER			
$\geq$ 12	KRST	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER			

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

### KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI' PERENCANAAN PERSALINAN AMAN

Persalinan Melahirkan tanggal : .....

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

RUJUKAN :  
 1. Rujukan Dini Berencana (RDBY) 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. Pendarahan antepartum  
 2. ....  
 3. ....  
 4. ....  
 5. ....  
 6. ....

Komplikasi Obstetrik  
 3. Pendarahan postpartum  
 4. Uri tertinggal  
 5. Persalinan Lama

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

PENOLONG : 1. Dukun 2. Bidan 3. Dokter 4. Lain-lain

MACAM PERSALINAN : 1. Normal 2. Tindakan Pervaginal 3. Operasi Sesar

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

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

BAYI :  
 1. Berat lahir : 3200 gram, Laki-laki / Perempuan  
 2. Laik hidup : APGAR Skor .....  
 3. Laik 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  Ya...  Tidak...  
 KB Sunkit / Non-Sunkit / Sterilisasi : .....

Kategori Keluarga Miskin 1. Ya 2. Tidak

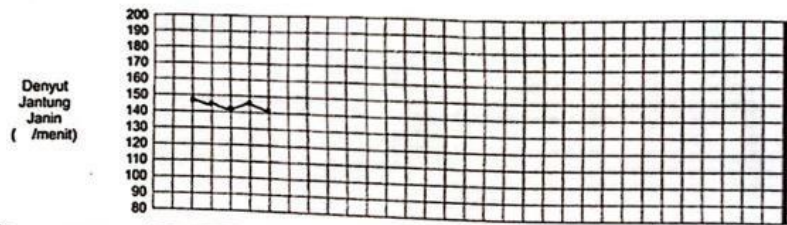
**Penapisan Ibu Bersalin Deteksi Kemungkinan Komplikasi Gawat Darurat**

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 > 38C		✓
12	Gawat janin		✓
13	Presentase bukan belakang kepala		✓
14	Tali pusat menubung		✓
15	Gemelli		✓
16	Presentasi majemuk		✓
17	Primipara fase aktif palpasi 5/5		✓
18	Shock		✓
19	Hipertensi		✓
20	Kehamilan dengan penyulit sistemik (Asma, DM, Jantung, Kelainan Darah)		✓
21	Tinggi badan < 140 cm		✓
22	Kehamilan di luar kandungan		✓
23	Posterm pregnancy		✓
24	Partus tak maju (kala I lama, kala II lama, Kala II tak maju)		✓
25	Kehamilan dengan mioma uteri		✓
26	Kehamilan dengan riwayat penyakit tertentu (hepatitis, HIV)		✓

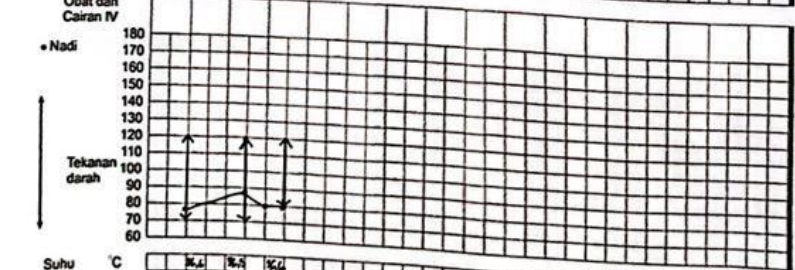
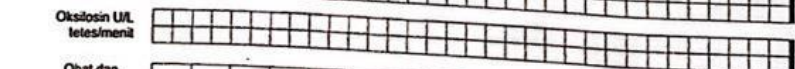
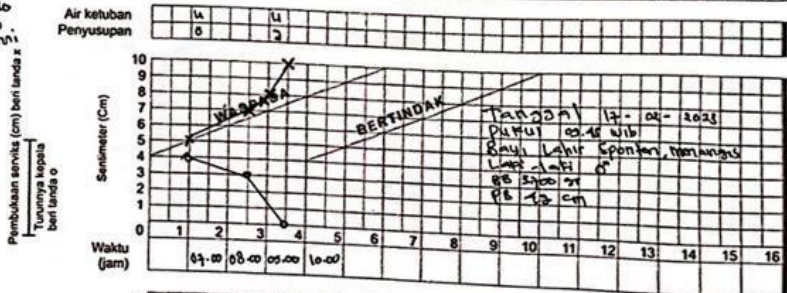


PARTOGRAF

No. Register: [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] Nama Ibu: RANIATUNIA Umur: 24 th G 2 P 1 A 0  
 No. Puskesmas: [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] Tanggal: 17-02-2023 Jam: 07.00 WIB Alamat: Jl. Poppo Raya  
 Ketuban pecah Sejak jam Belum pecah mules sejak jam 09.00 WIB No. 2



Jam 09.10 dilahirkan amniotomi.



**CATATAN PERSALINAN**

- Tanggal : 17 Februari 2023
  - Nama bidan : Rozalia A.Md, Kab
  - Tempat Persalinan :  
 Rumah Ibu  Puskesmas  
 Polindes  Rumah Sakit  
 Klinik Swasta  Lainnya : \_\_\_\_\_
  - Alamat tempat persalinan : \_\_\_\_\_
  - Catatan :  rujuk, kala : I / II / III / IV
  - Alasan rujukan : \_\_\_\_\_
  - Tempat rujukan : \_\_\_\_\_
  - Pendamping pada saat menjuk :  
 Bidan  Teman  
 Suami  Dukun  
 Keluarga  Tidak ada
- KALA I**
- Partogram melewati garis waspada : Y (1)
  - Masalah lain, sebutkan : \_\_\_\_\_
  - Penatalaksanaan masalah Tsb : \_\_\_\_\_
  - Hasilnya : \_\_\_\_\_
- KALA II**
- Episiotomi :  
 Ya, Indikasi \_\_\_\_\_  
 Tidak
  - Pendamping pada saat persalinan  
 Suami  Teman  Tidak ada  
 Keluarga  Dukun
  - Gawat Janin :  
 Ya, tindakan yang dilakukan  
 a. \_\_\_\_\_  
 b. \_\_\_\_\_  
 c. \_\_\_\_\_  
 Tidak
  - Distosia bahu :  
 Ya, tindakan yang dilakukan  
 a. \_\_\_\_\_  
 b. \_\_\_\_\_  
 c. \_\_\_\_\_  
 Tidak
  - Masalah lain, sebutkan : \_\_\_\_\_
  - Penatalaksanaan masalah tersebut : \_\_\_\_\_
  - Hasilnya : \_\_\_\_\_
- KALA III**
- Lama kala III : 10 menit
  - Pemberian Oksitosin 10 U in ?  
 Ya, waktu : 1 menit sesudah persalinan  
 Tidak, alasan \_\_\_\_\_
  - Pemberian ulang Oksitosin (2x) ?  
 Ya, alasan \_\_\_\_\_  
 Tidak
  - Pengangan tali pusat terkendal ?  
 Ya  
 Tidak, alasan \_\_\_\_\_

**PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV**

Jam Ke	Waktu	Tekanan darah	Nadi	Suhu	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Perdarahan
1	10.00	120/70	82	36.3	2x6 d pusat	Baik	Kosong	+50
	10.15	120/72	80		2x6 d pusat	Baik	Kosong	+50
	10.30	120/70	80		2x6 d pusat	Baik	Kosong	+50
	10.45	120/70	78		2x6 d pusat	Baik	Kosong	+50
2	11.15	110/80	81	36.6	2x6 d pusat	Baik	Kosong	+50
	11.48	110/80	80		2x6 d pusat	Baik	Kosong	+50

Masalah kala IV : \_\_\_\_\_  
 Penatalaksanaan masalah tersebut : \_\_\_\_\_  
 Hasilnya : \_\_\_\_\_

- Masase fundus uteri ?  
 Ya  
 Tidak, alasan \_\_\_\_\_
  - Plasenta lahir lengkap (intact) Ya Tidak  
 Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan :  
 a. \_\_\_\_\_  
 b. \_\_\_\_\_
  - Plasenta tidak lahir > 30 menit : Ya / Tidak  
 Ya, tindakan : \_\_\_\_\_  
 a. \_\_\_\_\_  
 b. \_\_\_\_\_  
 c. \_\_\_\_\_
  - Laserasi :  
 Ya, dimana otot perineum dan kulit perineum  
 Tidak
  - Jika laserasi perineum, derajat : 1/2/3/4  
 Tindakan :  
 Penjahitan, dengan anestesi  
 Tidak dijahit, alasan \_\_\_\_\_
  - Atoni uteri :  
 Ya, tindakan : \_\_\_\_\_  
 a. \_\_\_\_\_  
 b. \_\_\_\_\_  
 c. \_\_\_\_\_  
 Tidak
  - Jumlah perdarahan : 1 300 ml
  - Masalah lain, sebutkan : \_\_\_\_\_
  - Penatalaksanaan masalah tersebut : \_\_\_\_\_
  - Hasilnya : \_\_\_\_\_
- BAYI BARU LAHIR :**
- Berat badan : 3700 gram
  - Panjang : 48 cm
  - Jenis kelamin : VP
  - Penilaian bayi baru lahir : baik / ada penyulit
  - Bayi lahir :  
 Normal, tindakan :  
 mengeringkan  
 menghangatkan  
 tangsang taktil  
 bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu  
 Asfiksia 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. \_\_\_\_\_
  - Pemberian ASI  
 Ya, waktu : 1 jam setelah bayi lahir  
 Tidak, alasan \_\_\_\_\_
  - Masalah lain, sebutkan : \_\_\_\_\_  
 Hasilnya : \_\_\_\_\_

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

Nama: Pagiatul Adawiyah Tanggal \_\_\_\_\_ Alamat: Jl. Purnama  
Lahir Anda: 06/08/1973 Tanggal Lahir Bayi: 17-02-2023  
Telepon: 081258493232

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 0  
 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 0  
 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 0  
 terlalu sering  
 Tidak, tidak pernah

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

- tidak sama sekali  
 Hampir tidak pernah 0  
 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 0  
 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 1  
 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 1  
 Tidak, tidak sama sekali

\* 8. Saya merasa sedih atau sengsara

- Ya, sebagian besar waktu  
 Ya, cukup sering 0  
 Tidak terlalu sering  
 Tidak, tidak sama sekali

\* 9. Saya sangat tidak bahagia sehingga saya menangis Ya,

- sebagian besar waktu  
 Ya, cukup sering  
 Hanya sesekali 0  
 Tidak, tidak pernah

\* 10. Pikiran untuk melukai diri sendiri telah terjadi pada saya

- Ya, cukup sering  
 Kadang-kadang  
 Hampir tidak pernah 0  
 Tidak pernah

Dikelola/Ditinjau oleh Dwi Sri Wulandari Tanggal 23-02-2023 Skor = 2

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.



**MEDIA PENYULUHAN**

## TANDA BAHAYA PADA KEHAMILAN

Segera bawa ibu hamil ke puskesmas, rumah sakit, dokter dan bidan bila dijumpai keluhan dan tanda-tanda di bawah ini;



## MASALAH LAIN PADA MASA KEHAMILAN:

Apabila mengalami keluhan di bawah ini, segera bawa ibu hamil ke puskesmas, rumah sakit, dokter atau bidan, didampingi suami atau keluarga.



# LEAFLET SENAM HAMIL

## POLTEKKES KEMENKES RIAU

### Syarat untuk Melakukan Senam

- Usia kehamilan lebih dari 22 minggu.
- Tidak ada riwayat antepartum bleeding.
- Sebaiknya dilakukan dengan pengarahannya 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)



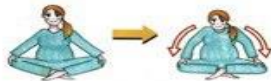
Gambar 1 Gerakan jari-jari kaki



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 ditekuk (gambar 4)



Gambar 4 Senam Ibu Hamil Berbaring Miring

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

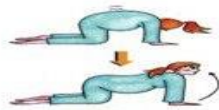
1. Tidur terlentang, lutut ditekuk jangan terlalu tangan berada di samping badan
2. Angkatlah pinggang secara perlahan. Lakukan 10 kali. (gambar5)



Gambar 5 Senam Pinggang (Posisi Terlentang)

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

1. Badan dalam posisi merangkak
2. Sambil menarik napas angkat perut dan punggung ke atas dengan wajah menghadap ke bawah
3. Sambil perlahan-lahan mengangkat wajah hembuskan napas, turunkan punggung kembali dengan perlahan (gambar 6). Lakukan 10 kali.



Gambar 6 Senam Untuk Pinggang (Posisi Merangkak)





# 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.

## Kapan waktu pelaksanaan senam nifas?

Sejak hari pertama setelah melahirkan hingga hari ke 10, dilakukan secara bertahap dan sistematis.

## Macam-macam senam nifas

### 1. Hari pertama (6 jam pertama)

Posisi tubuh terlentang dan rileks, kemudian pernafasan perut dalam. Dengan mengambik nafas melalui hidung, kerucutkan perut dan tahan hingga tangan kiri-3. Lalu keluarkan nafas pelan-pelan melalui mulut sambil menggerakkan otot perut. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.



### 2. Hari kedua

Sikap tubuh terlentang dengan kedua kaki lurus ke depan. Angkat kedua lutut kanan ke atas sampai kedua telapak tangan berontas, kemudian turunkan perlahan/ sampai kedua lutut kembali ke arah hingga sejajar dengan bahu. Lakukan gerakan dengan menyempitkan lutut otot sekitar tangan dan tahan nafas hingga 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 menghisap ketika memutar pantat. Ulangi sebanyak 8 kali.



### 4. Hari keempat

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 mengkontraksikan otot sekitar anus dan mengkontraksikan otot perut. Kepala turun pelan-pelan ke posisi semula sambil mengkontraksikan otot sekitar anus dan mereleksasikan otot perut. Jangat lupa untuk mengantar pernafasan. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.



### 5. Hari kelima

Tubuh tidur terlentang, kaki lurus, bersamaan dengan mengangkat kepala sampai dagu menyentuh dada, tangan kanan mengangkat lutut kiri yang ditekuk, dihang sebalikny. Keyakinan otot sekitar anus dan kontraksikan perut ketika mengangkat kepala. Lakukan perlahan dan atur pernafasan saat melakukan gerakan. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.



### 6. Hari keenam

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 menghisap ketika menurunkan kaki, lakukan perlahan namun berenergi. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.



### 7. Hari ketujuh

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, ulang gerakan sebanyak 8 kali.



### 8. Hari kedelapan

Posisi menungging, nafas melalui pernafasan perut. Kerkatkan anus dan tahan 5-10 detik. Saat anus dilepaskan, ambil nafas kemudian kerahkan nafas pelan-pelan sambil mengkontraksikan anus. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.



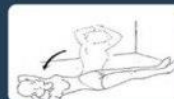
### 9. Hari kesembilan

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 menghisap ketika menurunkan kaki. Atur nafas saat mengangkat dan menurunkan kaki. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali.



### 10. Hari kesepuluh

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.



## Setiap wanita

mengidamkan tubuh indah dan langsing setelah persalinan



### 3. Perut

Pakai 2 atau 3 jari, membentuk huruf "ILU" dari arah bayi:

- Lakukan gerakan pada perut bayi seperti mengayuh pedal sepeda, dari atas ke bawah perut. bergantian

### 5. Wajah

- Tekan jari-jari ibu pada kening, pelipis, dan pipi bayi.
- Gunakan kedua ibu jari untuk memijat daerah diatas alis.
- Dengan tekanan lembut, tarik garis dengan ibu jari dari hidung bayi ke arah pipinya.
- Gunakan kedua ibu jari untuk memijat sekitar mulut bayi, tarik sampai bayi tersenyum.
- Pijat dengan lembut daerah di belakang telinga ke arah dagu.

### 6. Tangan

Urut dari pangkal lengan turun ke tangan, balik dari tangan ke pangkal lengan.

### 7. Punggung

## PIJAT BAYI



## Persiapan Alat



## Apa itu perawatan payudara ??

Perawatan payudara (Breast Care) adalah suatu cara merawat payudara yang dilakukan pada saat kehamilan atau masa nifas untuk memperlancar produksi ASI.



## Manfaat perawatan payudara

Menjaga kebersihan payudara

Merangsang kelenjar air susu

Melancarkan sirkulasi payudara

## Perawatan Payudara

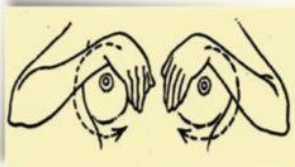
Poltekkes Kemenkes Riau  
DIII Kebidanan  
2022



## Gara Perawatan

### 1. Pengurutan pertama

- licinkan telapak tangan dengan sedikit minyak
- kedua tangan diletakkan diantara kedua payudara, lalu bergerak memutar keatas, samping, bawahsehingga menyangga payudara, lakukan sekitar 5 menit.



### 2. Pengurutan kedua

- telapak tangan kiri menopang payudara kiri dan jari-jari tangan kanan dirapatkan dan memijat secara spiral dari pangkal payudara kearah puting. lakukan sekitar 5 menit. begitu juga payudara kanan.



### 3. Pengurutan ketiga

- telapak tangan kiri menopang payudara kiri, jari-jari tangan kanan dikepalkan, kemudian kepalan tangan kanan mengurut payudara dari pangkal kearah puting susu. lakukan sekitar 5 menit.



### 4. Pengurutan keempat

- letakkan ibu jari dan keempat jari lainnya di sekitar areola menyerupai huruf "C", kemudian pijat perlahan kearah atas dan bawah dan dari kanan ke kiri. lakukan sekitar 5 menit.



### 5. Perawatan terakhir

- bersihkan payudara dengan air hangat dan kompres payudara menggunakan handuk kecil yang sudah dibasahi dengan air hangat secara bergantian pada payudara yang lain selama 5 menit.
- lanjutkan dengan kompres air dingin.



Ayo rawat payudara anda  
guna kesehatan bayi anda 😊

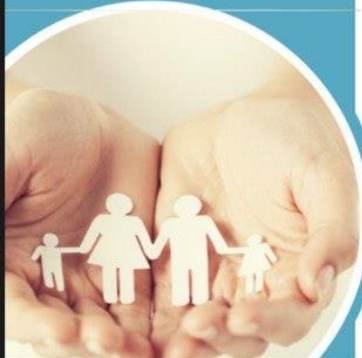


## Apa Itu KB?

Keluarga Berencana adalah usaha untuk mengukur jumlah dan jarak anak yang diinginkan. Agar mendapat hal tersebut, maka dibuatlah beberapa cara atau alternatif untuk mencegah ataupun menunda kehamilan.

## MANFAAT KB

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



## TUJUAN PROGRAM KB

### TUJUAN UMUM

Meningkatkan 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

## JENIS-JENIS, KEUNTUNGAN DAN KERUGIAN KB

### 1. Pil KB kombinasi progestin dan estrogen

#### Kelebihan:

- Mengurangi perdarahan saat menstruasi
- Mengurangi gejala PMS
- Membuat siklus haid lebih teratur
- Meningkatkan kepadatan tulang
- Mengurangi risiko penyakit kanker ovarium & endometrium, stroke, salpingitis, rematik

#### Kekurangan:

- Meningkatkan risiko hipertensi dan penyakit kardiovaskular
- Peningkatan berat badan
- Dapat mengganggu produksi ASI
- Tidak mengurangi risiko 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
- PMS
- Kegemukan



### 3. Implant

Alat kontrasepsi dengan cara memasukkan tabung kecil di bawah kulit pada bagian tangan yang dilakukan oleh dokter Anda.

#### Kelebihan:

- Daya guna tinggi
- Perlindungan jangka panjang
- Kesuburan cepat kembali
- Tidak memerlukan pemeriksaan dalam

#### Kekurangan:

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



### 4. Alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR) atau IUD

Teknik kontrasepsi ini adalah dengan cara memasukkan alat yang terbuat dari tembaga ke dalam rahim.

#### Kelebihan:

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

#### Kekurangan:

- Mengganggu hubungan seksual
- Harus datang ke tenaga kesehatan untuk memasang, melepas, dan kontrol
- Mahal
- Tidak bisa mencegah dari PMS

### 5. Kontrasepsi Mantap

- Saluran telur pada wanita disumbat dengan cara dilikat, dipotong atau dilaser. Sterilisasi pada wanita ini juga bisa dilakukan dengan pengangkatan rahim. Cara kontrasepsi ini bersifat permanent.
- Sedangkan pada kaum pria, sterilisasi dilakukan dengan cara memotong saluran sperma.



### 6. Alat kontrasepsi alami (Kalender)

Metode ini menggunakan penghitungan 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 (Menyusui.)

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 masa pembuahan terjadi sebelum adanya menstruasi.

## Keluarga Berencana



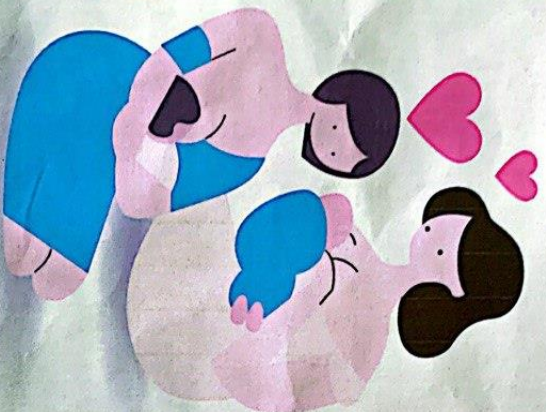
Dwi sri wulandari

Prodi D3 kebidanan  
Poltekkes kemenkes riau  
2023



# ASI EKSLUSIF

## 6 bulan



### Pengertian ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan kepada bayi sebagai bahan makanan pokok. Sampai umur 6 bulan bayi hanya diberikan ASI saja tanpa makanan tambahan lainnya.



### Manfaat ASI Eksklusif

#### 1) Manfaat ASI Bagi Bayi

ASI merupakan makan bayi yang terbaik. ASI mengandung semua zat gizi dan cairan yang dibutuhkan untuk memenuhi seluruh gizi bayi sampai 6 bulan.

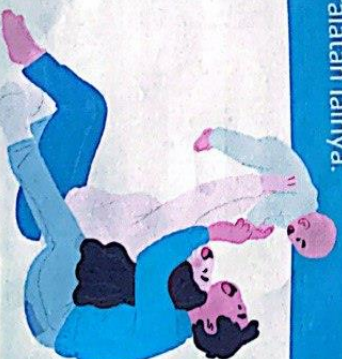
#### 2) Manfaat ASI Untuk Ibu

Menyusui

Hisapan bayi membantu rahim menciut atau mengecil, mempercepat kondisi ibu untuk kembali kemasa pra-kehamilan dan mengurangi risiko perdarahan.

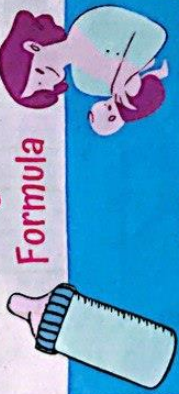
#### 3) Manfaat ASI Untuk Keluarga

Tidak perlu uang untuk membeli susu formula, botol susu kayu bakar atau minyak untuk merebus air, susu atau peralatan lainnya.





## Keunggulan ASI Eksklusif diBandingkan Susu Formula



- ASI lebih menjamin kebersihannya, karena ASI tidak perlu penyajian khusus. ASI diberikan secara mudah dan praktis setiap saat bayi membutuhkan.
- ASI diproduksi dan diberikan secara gratis.
- ASI dapat menghindarkan bayi dari kegemukan atau obesitas di kemudian hari.
- Pemberian ASI menjaga dari bayi serangan infeksi.
- ASI tidak menyebabkan alergi pada bayi.

## 9 Hal yang Perlu diPerhatikan saat pemberian ASI Perdana

1. Inisiasi Menyusui Dini (IMD).
2. Produksi ASI mungkin masih sedikit.
3. Posisi menyusui yang tepat.
4. Ketahui masalah yang mungkin muncul.
5. Si kecil menyusui 10-15 menit.
6. Bayi baru lahir umumnya menyusui delapan kali setiap hari.
7. Ibu bekerja tetap dapat menyusui.
8. Tidak boleh sembarangan mengonsumsi obat.
9. Menyusui membuat ibu bahagia.

## Alasan Pemberian ASI Segera Setelah Bayi Lahir

1. Menurunkan resiko Hipotermia pada bayi.
2. Menurunkan hormon stres pada bayi.
3. Meningkatkan prolaktin (memperlancar produksi ASI).
4. Meningkatkan hormon oksitosin Ibu (menurunkan resiko baby blues).
5. Menyalurkan bakteri baik dari dada Ibu ke bayi.
6. Memberikan kesempatan bonding Ibu-bayi.
7. Bayi cenderung akan menyusui lebih banyak dikemudian hari.



**PENDOKUMENTASIAN**















