



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



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

Nomor : PP.03.01/3.5/1374/2023

16 Maret 2023

Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

Yth. Pimpinan PMB Rosita

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 (daftar nama terlampir) akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Rosita 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

Daftar Nama Mahasiswa yang akan melaksanakan pengambilan kasus :

<b>N O</b>	<b>NIM</b>	<b>NAMA</b>	<b>TINGKAT/SEMESTER</b>
1	P032015401004	Anjela Angelina	III A / VI
2	P032015401002	Alvia Nursyafwani	III A / VI
3	P032015401007	Dhea Annisa Zulfa	III A / VI
4	P032015401015	Indri Nauftia. F	III A / VI
5	P032015401020	Lorenza Pricilia	III A / VI
6	P032015401034	Siti Aisyah	III A / VI
7	P032015401036	Tari Tania Juftia	III A / VI
8	P032015401040	Amilia Elza	III B / VI
9	P032015401043	Arika Putri Rukmala	III B / VI
10	P032015401050	Fitri Amalia	III B / VI
11	P032015401053	Indah Sari Irviani	III B / VI
12	P032015401055	Juleta Feby Firdaus	III B / VI
13	P032015401059	Lilis Setianingsih	III B / VI
14	P032015401060	Mizha Nurul Jannah	III B / VI
15	P032015401065	Putri Enjelina	III B / VI
16	P032015401066	Putri Syahniah Azari	III B / VI
17	P032015401070	Rifda Yufrita	III B / VI
18	P032015401072	Silvia Ramdani	III B / VI
19	P032015401077	Wiska Putri	III B / VI

16 Maret 2023

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian  
Kesehatan Riau,



Husnan



**PRAKTIK MANDIRI BIDAN ROSITA**  
**Bidan : ROSITA, STR. Keb**  
**JL. TAMAN KARYA KOTA PEKANBARU**

Pekanbaru, Maret 2023

Nomor :  
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 : Rosita, Str. Keb  
Jabatan : Pimpinan Praktik Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru

Menyatakan bahwa :

Nama : Arika Putri Rukmala  
NIM : P032015401043  
Tingkat : III B  
Semester : VI (Enam)

Dengan ini telah selesai melaksanakan pemantauan kasus pada ibu hamil, mulai dari kehamilan trimester III, persalinan, nifas, dan neonates secara berkelanjutan sebagai penyusunan Laporan Tugas Akhir (LTA) dengan judul "Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. R di Praktik Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru".

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pimpinan PMB Rosita



Rosita, STR. Keb

**SURAT PERNYATAAN  
PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIEEN**

Yang bertnda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Rika Safitri  
Usia : 30 Tahun  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga  
Alamat : Jl. Budi Daya, gg Budi Setia

Menyatakn dengan seseungguhnya, bahwa setelah memahami semua penjelasan yang berkaitan dengan prosedu pengambilan kasus untuk Laporan Tugas Akhir Mahasiswa Program Studi D-III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau, maka dengan ini saya setuju menjadi klien pasin dalam studi kasus mahasiswa :


Nama : Arika Putri Rukmala  
Nim : P032015401043  
Judul : Asuhan Keidanan Komprehensif pada Ny. R di PMB Rosita  
Kota Pekanbaru

Demikian Penyebab ini saya buat dennan sesungguhnya.

Pekanbaru, 29 Februari

Yang Menyatakan

Menyutujui  
Suami/Keluarga

  
Mukulir.

Klien / Pasien

  
Rika Safitri



## SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI

Nama: Ny. Rika S. Alamat: Jl. Budi Setia, Param  
 Umur Ibu: 30 tahun Kec/Kab: Jampun  
 Pendidikan: SMP Pekerjaan: Ibu rumah tangga  
 Hamil Ke: 3 Haid Terakhir tgl: 21/09/22 Perkiraan Persalinan tgl: 28/01/23

Periksa I  
 Umur Kehamilan: 33 bin Dr: Pmb Rosita

KEL	NO	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	IV			
				Tribulan			
FR				I	II	III.1	III.2
		Skor awal ibu hamil	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. 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	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				
	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Preeklampsia Berat / Kejang-2	8				
		JUMLAH SKOR				2	

### PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA

KEHAMILAN			KEHAMILAN DENGAN RISIKO			RUJUKAN		
JML SKOR	JML SKOR	PERAWA TAN	RUJU KAN	TEMPAT	PENOLO NG	RDB	RDR	RTW
2	KRP	BIDAN	TIDAK DIRUJUK	TIDAK DIRUJUK	BIDAN			
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES	BIDAN DOKTER			
≥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. Sendiri  
 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

Gawat Obstetrik :  
 Kel. Faktor Resiko I & II

1. ....  
 2. ....  
 3. ....  
 4. ....  
 5. ....  
 6. ....

1. Perdarahan antepartum

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

TEMPAT : PENOLONG : MACAM PERSALINAN

1. Rumah Ibu 1. Dukun 1. Normal  
 2. Rumah Bidan 2. Bidan 2. Tindakan Pervaginam  
 3. Polindes 3. Dokter 3. Operasi Sesar  
 4. Puskesmas 4. Lain-lain  
 5. Rumah Sakit  
 6. Perjalanan

### PASCA PERSALINAN :

IBU :

TEMPAT KEMATIAN IBU

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

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

BAYI :

1. Berat lahir : ..... 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



## PENAPISAN IBU BERSALIN

Nama : Ny. R

Umur : 30 Tahun

RS/RB : PMB Rosita

G<sub>3</sub>P<sub>2</sub>A<sub>0</sub>H<sub>2</sub>

Tanggal : 18 Desember 2023

No	Masalah/Faktor Resiko	Ya	Tidak
1.	Riwayat bedah besar		✓
2.	Pendarahan pervaginam		✓
3.	Persalinan kurang bulan (uk<37 Minggu)		✓
4.	Ketuban pecah dengan meconium kental		✓
5.	Ketuban Pecah Lama		✓
6.	Ketuban Pecah pada persalinan Uk< 37 Minggu		✓
7.	Ikterus		✓
8.	Anemia Berat		✓
9.	Tanda gejala infeksi		✓
10.	Preeklamsi/hipertensi dalam kehamilan		✓
11.	TFU 40 cm atau lebih		✓
12.	Gawat Janin		✓
13.	Primpara, fase aktif penurunan kepala 5/5		✓
14.	Presentasi bukar belakang kepala	✓	
15.	Presentasi majemuk		✓
16.	Kehamilan Gemili		✓
17.	Tali pusat menumbung		✓
18.	Syok		✓

### Rujuk Ibu :

*Apabila didapatkan*

*salah satu atau lebih penyulit*

Pemeriksa



Arika Putri Rukmala



**LEMBAR KONSULTASI**  
**LAPORAN TUGAS AKHIRPROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN**  
**POLTEKKES KEMENKES RIAU**  
**T.A 2022/2023**

Nama Mahasiswa : Arika Putri Rukmala  
 NIM : P032015401043  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. R di PMB Rosita Kota Pekanbaru 2023  
 Pembimbing : 1. Hj. Juraida Roito Harahap, SKM,M.Kes  
 2. Findy Hindratni,SST,M.Keb

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1	24/03/2023	BAB I PENDAHULUAN	1. tata cara penulisan 2. Definisi tidak dimasukkan di Bab I		
2.	27/03/2023	BAB I PENDAHULUAN	1. Referensi Buku. 2. Sastra dan Dampak Inhibisi		
3.	28/03/2023	BAB I Pendahuluan. Bab II Teori Bab III Bab IV Bab V	1. Referensi Jurnal 2. Lengkapi materi		
4	31/03/2023				
5	03/04/2023	BAB 4 Kasus BAB 5 Kesimpulan.	1. Memperbaiki tulisan		
6.	04/04/2023				
7.	05/04/2023		Ace ujian pra LTA		

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

Nama Mahasiswa : Arika Putri Rukmala  
 NIM : P032015401043  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. R di PMB Rosita Kota Pekanbaru 2023  
 Pembimbing 1 : Hj. Juraida Roito Harahap, SKM, M.Kes

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
8.	10/5 2023		Revisi pra hasil		
9.	11/5 2023	Bab 1 - 2	Ace bab 1, 2		
10.	12/5 2023		Bab 3, 4, 5		
11.	15/5 2023		Daftar pustaka with Perbaiki seluruh lap		
12.	16/5 2023		Perbaiki penulisan		
13.	17/5 2023		Revisi lap, tambah Referensi di pembahasan		
14	19/5 2023		Ace ujian hasil LTA		



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

Name Mahasiswa : Arika Putri Rukmala  
 NIM : P032015401043  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. R di PMB Rosita Kota Pekanbaru 2023  
 Pembimbing : 1. Hj. Juraida Roito Harahap, SKM, M.Kes  
 2. Findy Hindratni, SST, M.Keb

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	29/03/2023	Bab 1	Perbaiki teori saran		
2.	27/03/2023	1	Perbaiki teori saran		
3.	08/04/2023		Perbaiki teori		
4.	4/5/2023		Perbaikan Penulisan.		
5.	17/6/2023		Lengkapi lampiran		
6.	19/2023/05		Perbaiki Penulisan Daftar Pustaka.		
7.	22/5/2023		Ace via hari		

## Kuesioner

### Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)

Semua informasi yang didapat dari pertanyaan dibawah ini akan dijaga kerahasiaannya, mohon untuk bersedia menjawab semua pertanyaan dibawah ini.

#### Data Demografi

Tanggal Pengkajian : 26 Januari 2023

Umur : 30 Tahun

Tanggal Kelahiran bayi : 19 Januari 2023

Status : singgel, menikah, bercerai / janda

Jenis persalinan : Sc (*Sectio Caesarea*)

Lama persalinan : Tidak

Agama : Islam

Jumlah anak : 3

Pekerjaan : IRT

Pendidikan terakhir : SMP

Pendapatan suami/bulaln : -

Pilihlah jawaban yang paling mendekati keadaan perasaan anda dalam 7 hari terakhir, bukan hanya perasaan anda hari ini.

Di bawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya.

Saya merasa bahagia :

- a. Ya, setiap saat 0
- b. Ya, hampir setiap saat 1
- c. Tidak, tidak terlalu sering 2
- d. Tidak pernah sama sekali 3

Arti dari jawaban di atas ialah "saya merasa bahagia hampir setiap saat" dalam satu minggu terakhir ini

Mohon di lengkapi pertanyaan lain di bawah ini dengan cara yang sama

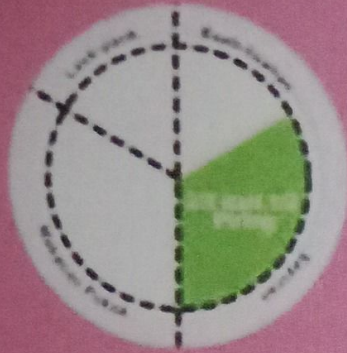


Soal	skor
1. Saya mampu tertawa dan merasakan hal-hal yang menyenangkan a. Sebanyka yang saya bisa b. Tidak terlalu banyak c. Tidak banyak d. Tidak sama sekali	0
2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan a. Sebanyak sebelumnya b. Agak sedikit kurang dibandingkam dengan sebelumnya c. Kurang di bandingkan sebelumnya d. Tidak pernah sama sekali	0
3. Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya a. Ya , tiap saat b. Ya, kadang-kadang c. Tidak terlalu sering d. Tidak pernah sama sekali	0
4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir tanpa alasan yang jelas a. Tidak pernah sama sekali b. Jarang-jarang c. Ta, kadang-kadang d. Ya, sering sekali	1
5. Saya meras takut dan panik tanpa alasan yang jelas a. Ya, cukup sering b. Ya, kadang-kadang c. Tidak selalu sering d. Tidak pernah sama sekali	0
6. Segala sesuatunya terasa sulit untuk dikerjakan a. Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya b. Ya, kadang-kadang saya tidak mampu menangani seperti biasanya c. Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tangani d. Tidak pernah, saya mampu mengerjakan segala dengan baik	0
7. Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur a. Ya, setiap saat b. Ya, kadang-kadang c. Tidak terlalu sering d. Tidak sama sekali	0
8. Saya merasa sedih dan merasa diri saya menyedihkan a. Ya, setiap saat b. Ya, cukup sering	0

<p>c. Tidak terlalu sering <input checked="" type="radio"/> d. Tidak pernah sama sekali</p>	
<p>9. Saya merasa tidak bahagia sehingga menyebabkan saya menangis</p> <p>a. Ya, sering sekali b. Ya, cukup sering c. Hanya sesekali <input checked="" type="radio"/> d. Tidak, tidak pernah</p>	0
<p>10. Pikiran untuk menyakiti diri sendiri telah berfikir oleh saya</p> <p>a. Ya, cukup sering b. Kadang-kadang c. Hampir tidak pernah <input checked="" type="radio"/> d. Tidak pernah</p>	0



## SAYUR-SAYURAN



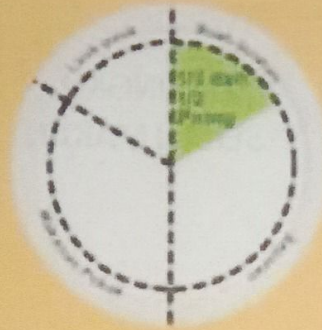
ISI PIRINGKU  
SEKALI MAKAN

Sayuran = 150 gr = 1 mangkok sedang

Sebagai sumber vitamin dan mineral terutama karoten, Vit A, Vit C, zat besi dan fosfor.



## BUAH-BUAHAN



ISI PIRINGKU  
SEKALI MAKAN

Buah-buahan sebagai sumber berbagai vitamin Vit A, B, B1, B6, C, mineral, dan serat pangan sebagai anti oksidan

100gr pepaya =

1.2 potong sedang

2.2 buah jeruk sedang 110 gr

3.1 buah kecil pisang ambon 50 gr



## GIZI SEIMBANG Ibu hamil dengan panduan Isi piringku



Konsumsi makanan dengan pola gizi yang seimbang dan porsi yang lebih banyak selama masa kehamilan



## KENAPA HARUS GIZI SEIMBANG?

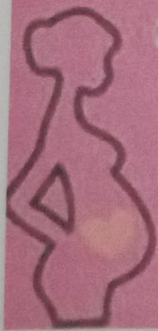
Peningkatan kebutuhan gizi untuk ibu hamil sebesar 15 %, karena dibutuhkan untuk pertumbuhan rahim, payudara, volume darah, plasenta, air ketuban dan pertumbuhan rahim.

Makanan yang dikonsumsi ibu hamil dipergunakan untuk pertumbuhan janin sebanyak 40%, sedangkan untuk memenuhi kebutuhan ibu sebesar 60%

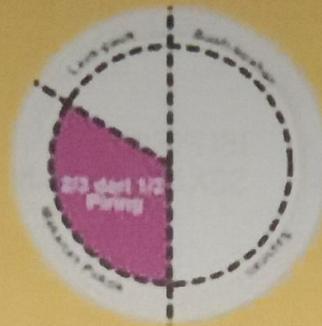


### BATASI:

1. Makanan yang mengandung tinggi garam
2. Hindari meminum kopi



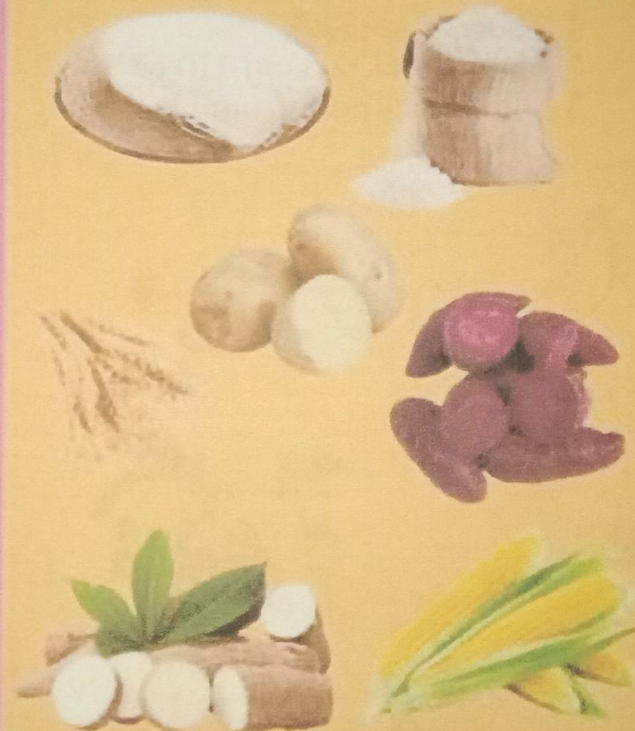
## MAKANAN POKOK



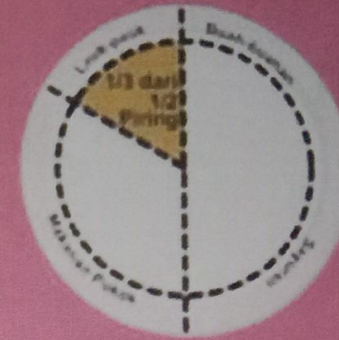
ISI PIRINGKU SEKALI MAKAN

150 gr nasi =

1. 3 centong nasi
2. 3 buah kentang sedang (300 gr)
3. 1 1/2 gelas mie kering (75 gr)



## LAUK PAKU SUMBER PROTEIN



ISI PIRINGKU SEKALI MAKAN

A. LAUK HEWANI, 70 gr ikan kembung =

1. 2 potong ayam sedang tanpa kulit (80 gr)
2. 1 butir telur ayam besar (55 gr)
3. 2 potong daging sapi sedang (70 gr)

B. LAUK NABATI, 100 gr tahu =

1. 2 potong tempe sedang (50 gr)





# 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 BERTERKAIT 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.



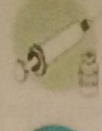



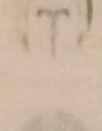
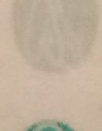

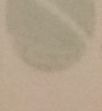
### Adapun keuntungannya adalah:

- Pencegahan kehamilan dan persalinan berisiko
- Orang tua 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 <b>AMAN</b>	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 <b>AMAN</b>	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 <b>AMAN</b> . 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 <b>AMAN</b>	Cocok untuk yang sulit minum pil setiap hari (sering lupa)
 <b>INTRAUTERINE DEVICE (IUD)</b> Plastik "T" yang dililit tembaga disisipkan ke dalam 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.	<b>Efektif saat:</b> • 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.	• <b>Membutuhkan pencatatan</b> mengenai jadwal menstruasi. • Kurang efektif bila jadwal menstruasi tidak teratur atau usia yang semakin tua.	Aman tanpa efek samping.



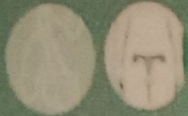
EFEKTIF ATAU TIDAK?

KEMUNGKINAN HAMIL?

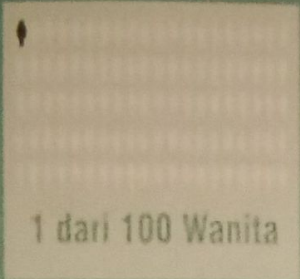
SANGAT EFEKTIF



IMPLANT IUD

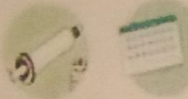


STERILISASI



1 dari 100 Wanita

EFEKTIF



INJEKSI PIL



LAKTASI



6-9 dari 100 Wanita

KURANG EFEKTIF



KONDOM



KALENDER



12-24 dari 100 Wanita

### 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.

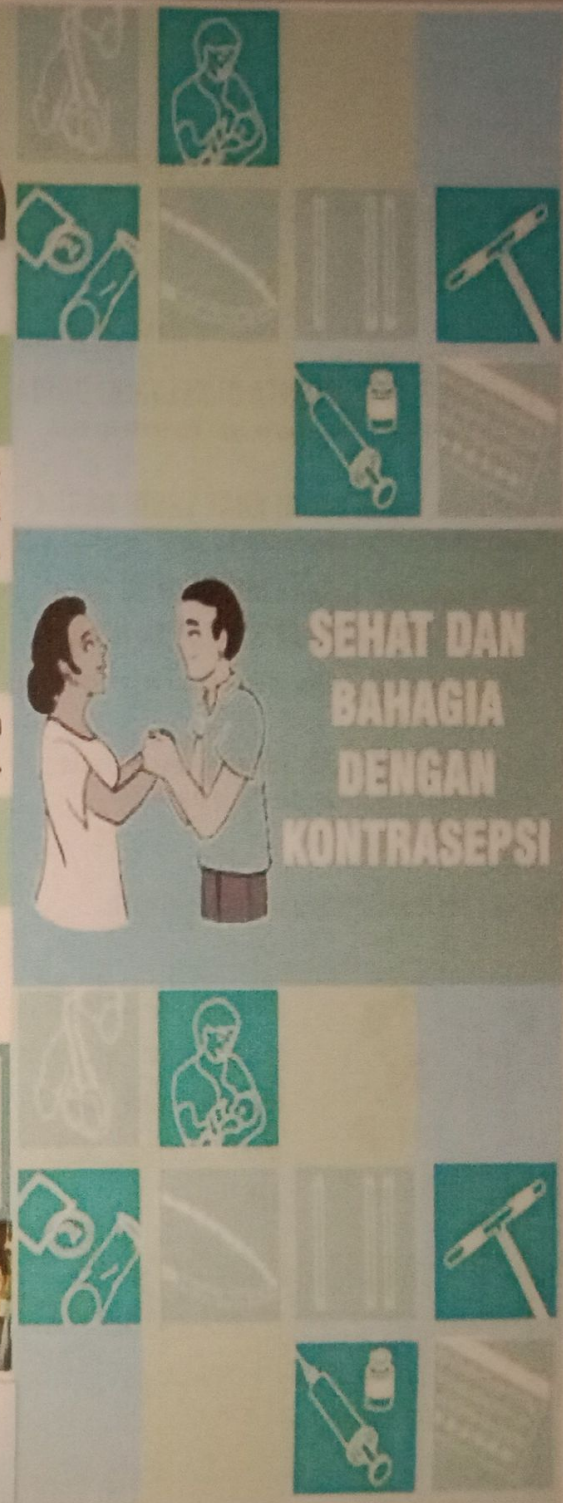
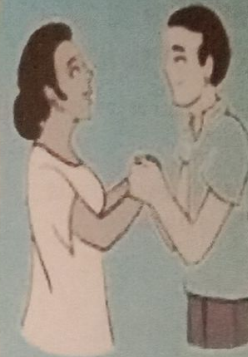
T : Apakah kontrasepsi menyebabkan penambahan berat badan?

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





## **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
- batul 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

---



# Tanda - tanda *persalinan*



Arika Putri Rukmala  
D3 Kebidanan  
Politeknik kesehatan  
Riau

Kapan menghubungi  
bidan/dokter??

Saat yang tepat menghubungi  
bidan/dokter  
adalah ketika ibu merasakan tanda-  
tanda persalinan apalagi jika  
mengalami pecah ketuban, jangan  
tunda menghubungi tenaga  
kesehatan



Apa saja tanda persalinan??

- 1. Keluar lendir bercampur darah**
- 2. Perut kram/kenceng"**
- 3. Ketuban pecah**
- 4. Sakit pada panggil dan tulang belakang**

## 1. Pecaha ketuban



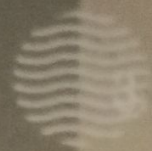
Saat ketuban pecah  
maka akan keluar cairan  
ketuban  
melalui jalan lahir, sebaiknya  
ibu  
menggunakan pembalut untuk  
menampung cairan ketuban



2. Sakit pada panggul dan tulang belakang



**Anda akan merasakan sakit berlebihan pada panggul dan Bagian tulang belakang. Rasa sakit ini disebabkan oleh Pergeseran dan pergerakan janin yang mulai menekan tulang belakang**



3. Keluar lendir campur darah



Pengeluaran darah dan lendir dapat Terjadi beberapa hari sebelum persalina, jadi tunggulah sampai mendapatkan kontraksi yang teratur atau air ketuban pecah. sebelum pergi bidan atau kerumah  
Sakit anda harus menghubungi dokter bila Terjadi pendarahan hebat

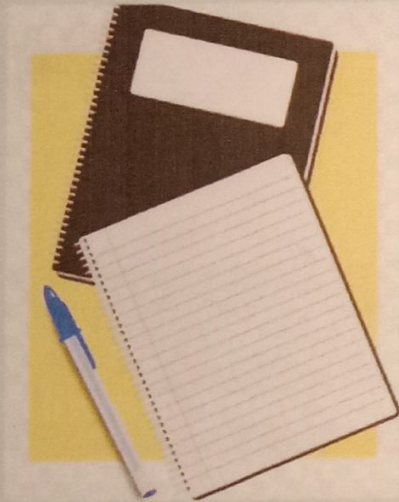
4. Perut kram / kenceng - kenceng



**Perut sakit / kram kenceng- Kenceng tiap 10 menit, terasa teratur semakin sering dan kuat seiring dengan mendekati Persalinan**



# PERSIAPAN PERSALINAN



## Persiapan persalinan

Persiapan persalinan yaitu rencana tindakan yg dibuat oleh ibu. Anggota keluarga dan bidan untuk menghadapi persalinan dan mengantisipasi kemungkinan kesulitan yang akan terjadi ketika menghadapi persalinan

### 1. PERSIAPAN IBU



Ibu diharapkan dapat tenang menghadapi proses persalinan

### 2. Persiapan bayi



Popok, bedong, topi dan baju bayi di siapkan dalam satu tas sehingga mudah dibawah sewaktu-waktu

### 3. Persiapan keluarga



Keluarga harus siaga kapan pun ibu akan bersalin

### 4. Persiapan pendamping persalinan



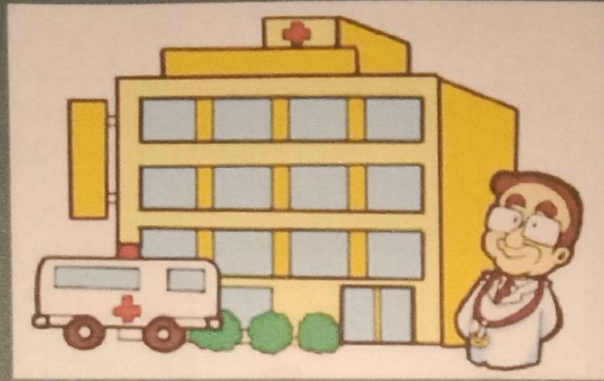
Suami memberi perasaan penting sebagai pendamping persalinan agar ibu lebih nyaman



## 5. PERSIAPAN BIAYA



## 7. Persiapan tempat persalinan



## 8. Persiapan donor darah



## 6. Persiapan kendaraan



**Sejak di ketahui awal Kehamilan, ibu sebaiknya telah menentukan pilihan bidan atau rumah sakit yang dipilih sebagai tempat bersalin nanti**

**Keluarga yang memiliki golongan darah sama dengan ibu dapat diikuti sertakan dalam persiapan persalinan**



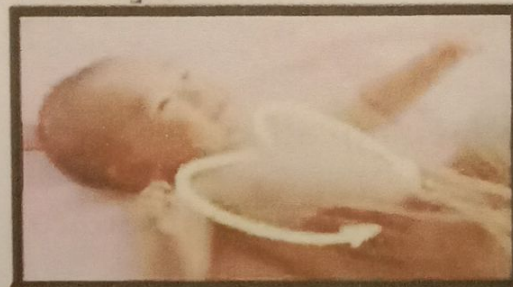
### Perut

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

- a. Lakukan gerakan pada perut bayi seperti mengayuh pedal sepeda, dari atas ke bawah perut, bergantian dengan tangan kanan dan kiri.
- b. Pijatlah perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan seolah membentuk huruf "I".
- c. Bentuklah huruf "L" terbalik, dengan melakukan pemijatan dari kanan atas perut bayi ke kiri atas kemudian dari kiri atas ke kiri bawah.
- d. Bentuklah huruf "U" terbalik, dimulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas kemudian ke kiri, ke bawah, dan berakhir di perut kiri bawah.

### 4. Dada

Dengan kedua telapak tangan buatlah gerakan dari tengah dada ke samping luar seolah sedang membentuk gambar hati.



### 5. Wajah

- a. Tekan jari-jari ibu pada kening, pelipis, dan pipi bayi.
- b. Gunakan kedua ibu jari untuk memijat daerah di atas alis.
- c. Dengan tekanan lembut, tarik garis dengan ibu jari dari hidung bayi ke arah pipinya.
- d. Gunakan kedua ibu jari untuk memijat sekitar mulut bayi, tarik sampai bayi tersenyum.

e. Pijat dengan lembut daerah di belakang telinga ke arah dagu.

### 6. Tangan

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

### 7. Punggung

- a. Pijatlah dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan
- b. Lakukan usapan dengan telapak tangan kanan Anda, menyerupai gerakan me...



# PIJAT BAYI





## PENGERTIAN PIJAT BAYI

Pijat bayi merupakan bahasa sentuhan. Dengan pijat bayi, ibu dapat menenangkan dan menyamankan bayi serta mengomunikasikan cinta.

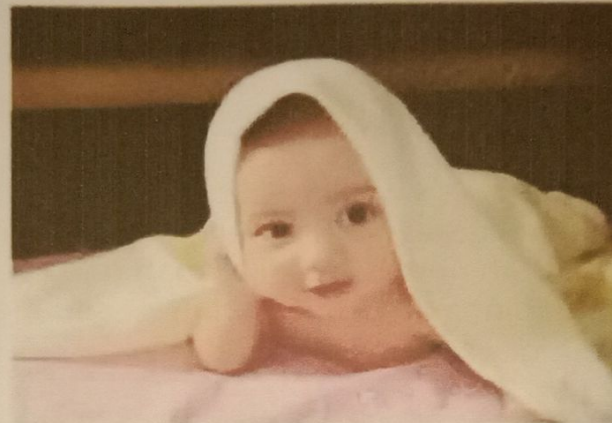
Pijat pada bayi bisa memperlancar aliran darah sehingga membuat bayi lebih santai. Pijat bayi pada dasarnya sangat diperlukan untuk merangsang pertumbuhan otot dan saraf tubuh. Senam dan pijat membuat tubuh bayi rileks sehingga tidurnya jadi nyenyak dan menyusunnya juga banyak.



Pijat bayi adalah momen yang sangat intim, sebab melibatkan skin to skin contact. Pijat bayi juga hanya dilakukan bila bayi

mau. Dengan begitu, barulah didapat manfaat pijat sebagai bahasa cinta sentuhan.

## MANFAAT PIJAT BAYI



1. Meningkatkan daya tahan tubuh.
2. Memperbaiki peredaran darah dan pernapasan.
3. Merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan
4. Meningkatkan kenaikan berat badan.
5. Mengurangi stress dan ketegangan serta rasa sakit.
6. Membuat tidur lelap
7. Mengurangi perut kembung dan sakit perut.

8. Meningkatkan hubungan batin antara orang tua dan bayi.

## LANGKAH-LANGKAH PIJAT BAYI

### 1. Kaki

Pijat telapak kaki dari arah tumit ke jari, remas-remas jari satu persatu. Pijat punggung kaki dari mata kaki sampai ke jari.



[bayi.web.id](http://bayi.web.id)

### 2. Paha dan Betis

Pegang kedua paha bayi dengan kedua tangan ibu. Putar dari dalam keluar sambil bergerak turun menuju betis, kembali ke atas dengan gerakan yang sama.



## SENAM HAMIL



**Politeknik kesehatan  
Kemenkes Riau**

## Definisi senam hamil

Untuk memperkuat dan melenturkan otot-otot dinding perut dan otot dasar panggul pada proses persalinan serta memberikan rasa relaks pada tubuh untuk mengatasi rasa sakit akibat persalinan

### Manfaat senam hamil

manfaat senam kehamilan secara teratur, antara lain:

1. Membantu menghindari penambahan berat badan berlebihan.
2. Membuat tidur lebih nyenyak.
3. Memperkuat jantung dan paru.
4. Memperkuat sendi.
5. Mengencangkan otot.
6. Meredakan nyeri dan sakit yang dirasakan di masa kehamilan.
7. Meringankan nyeri akibat penambahan beban pada tulang belakang.

### Gerakan senam hamil

#### 1. Gerakan Melengkung ke Samping



- Mulai dalam posisi duduk tegak yang nyaman dengan kaki menyila atau terbuka.
- Biarkan tangan kanan beristirahat dengan nyaman di lantai.
- Regangkan lengan kiri lurus ke atas, lalu tekuk ke kanan, fokus pada memutar tubuh bagian atas.
- Jaga agar badan tidak membungkuk saat kamu menatap tangan kiri.
- Saat melengkung ke samping, turunkan lengan kanan untuk menopang.
- Ulangi di sisi lawannya.

#### 2. Gerakan Melipat Badan ke Depan dengan Tumpuan



Duduk di lantai dengan benda tumpuan di depanmu. Buka kaki ke posisi mengangkang lebar dan rasakan tulang duduk menekan ke lantai dengan lutut dan jari kaki menghadap ke langit. Tarik nafas, dan saat menghembuskan napas, perialan-lahan lipat badan ke depan dan pegang tumpuan. Kamu dapat meletakkan tangan di atas balok benda tumpuan atau memeluk benda tumpuan untuk peregangan yang lebih terasa.

#### 3. Senam kagel



Senam kegel merupakan gerakan olahraga yang paling mudah dan bisa kamu lakukan di mana saja. Caranya, kontraksikan otot sekitar saluran kencing dan vagina dengan gerakan seperti menahan kencing, tahan selama 3 - 10 detik. Senam hamil ini bisa kamu lakukan hingga 10 kali setiap harinya, saat sedang duduk ataupun berdiri. Selain menguatkan otot-otot panggul dan memudahkan proses kelahiran, senam ini juga berfungsi untuk melatih otot di daerah lain seperti sekitar uretra, kandung kemih, rektum, dan rahim, serta juga bermanfaat untuk mengurangi resiko ambeien dan mengencangkan vagina.



#### 4. Senam Jongkok

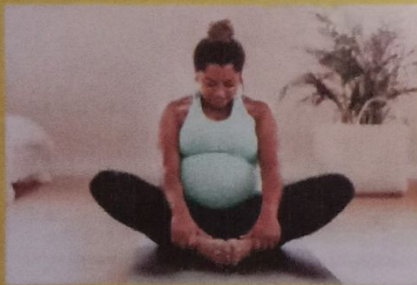


Mulai dengan posisi berdiri tegak, lalu turunkan badan secara perlahan hingga posisi tegak dengan punggung tegak lurus.

Bernafaslah secara normal dan tahan posisi ini selama 10 detik, lalu kembali ke posisi berdiri secara perlahan.

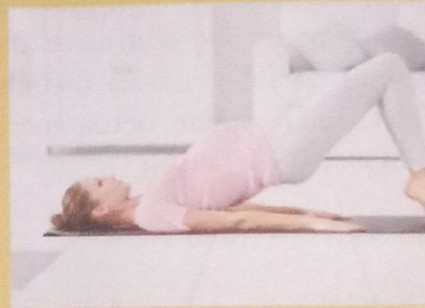
Untuk hasil yang maksimal, kamu bisa mengulangi gerakan senam jongkok beberapa kali sehari.

#### 5. Pose Tailor/Yoga Kupu-Kupu



Duduk bersila dengan posisi punggung tegak. Pertemukan kedua telapak kaki di depan, lalu dorong lutut hingga menyentuh lantai. Tahan posisi ini selama kurang lebih 10 - 20 detik. Kamu bisa mengulanginya beberapa kali.

#### 6. Senam Hamil dengan Mengangkat Panggul



Berbaring telentang dan tekuk kedua lutut. Tarik nafas lewat hidung sambil kencangkan otot perut dan bokong. Pastikan punggung rata dengan lantai atau matras. Angkat panggul ke atas dan tahan selama 5 tarikan nafas. Kembali ke posisi awal secara perlahan

#### 7. Gerakan Senam Merangkak



Ambil posisi seperti merangkak Arahkan pandangan ke arah depan dengan kepala dan punggung terangkat Tarik nafas secara perlahan dengan melengkungkan punggung ke arah dalam Luruskan kembali punggung ke posisi semula sambil menarik nafas secara perlahan Lakukan gerakan ini berulang-ulang

#### 8. Senam Ibu Hamil Gerakan Sujud



Memposisikan badan seperti sujud.

Badan diturunkan secara perlahan dengan kedua tangan lurus ke depan hingga menyentuh lantai.

Hitung selama 10 - 20 detik.

Ulang gerakan hingga beberapa

**Semoga  
bermanfaat**

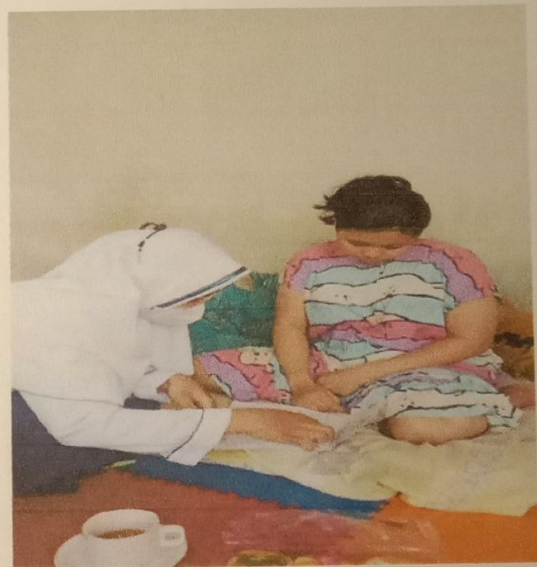


## Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil





## Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas





## Asuhan Kebidanan Pada Neonatus

