

LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Pengambilan Kasus



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Riau

Jalan Melur No.103, Harjosari, Sukajadi,
Pekanbaru, Riau 28122
(0761) 36581
<https://pkr.ac.id>

Nomor : PP.04.03/3.5/ 026 /2024
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

20 Maret 2024

Yang terhormat,
Pimpinan Klinik Pratama Taman Sari 2
Di
Pekanbaru

Sesuai dengan Kalender Akademik Semester Genap T.A 2023/2024 Prodi D-III Kebidanan 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 dibawah ini :

No	Nama	NIM	Tingkat / Semester
1	Desvita Putri Sahira	P032115401011	IIIA/ VI
2	Winda Githa Wahyuni	P032115401083	IIIB/ VI
3	Mifty Khairani	P032115401066	IIIB/ VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di Klinik Pratama Taman Sari 2 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.

Ketua Jurusan Kebidanan,



Ani Laila, SST, Bdn, M.Biomed
NIP 197808052002122003

Lampiran 2: Surat Balasan Klinik



KLINIK PRATAMA TAMAN SARI

TAMAN SARI 1 = Jl. TAMAN SARI NO : 23, TANGKERANG SELATAN. TELP : (0761) 32830
TAMAN SARI 2 = Jl. HARAPAN RAYA NO : 55, TENAYAN RAYA. TELP : (0761) 27406
TAMAN SARI 3 = Jl. GARUDA JAYA NO : 37, PERUM SIDOMULYO. TELP : (0761) 567518
TAMAN SARI 4 = Jl. KOPKAR RAYA BLOK C 17 NO : 9, PANDAU PERMAL. TELP : (0761) 73786
TAMAN SARI 5 = Jl. BAKTI HUSADA NO : 1, TENAYAN RAYA. TELP : (0761) 7703222
TAMAN SARI 6 = Jl. BUDI LUHUR, GARUDA SAKTI, NO : 40, KM 3. TELP : (0761) 7727471

SURAT KETERANGAN

No: 017/SK/KTS/III/2023

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Elmi YN, SKM

Jabatan : Pimpinan Klinik Taman Sari Group

Menerangkan bahwa mahasiswa :

Nama : Desvita Putri Sahira

NIM : PO32115401011

Tingkat/Semester : III.A/VI

Telah selesai melaksanakan kegiatan pengambilan kasus Laporan Tugas Akhir (LTA) dan Pemantauan kasus pada ibu hamil trimester III sampai dengan nifas dan KB secara berkelanjutan di Klinik Pratama Taman Sari 2 Kota Pekanbaru.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Pekanbaru, 22 Maret 2024

Pimpinan,

(Elmi YN, SKM)

Lampiran 3: Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Klien/Pasien

SURAT PERNYATAAN PERSEJUAN MENJADI KLIEN/PASIHEN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Suci Ramadhilla
Umur : 25 Tahun
Pekerjaan : IRT
Alamat : Jl. Singgalang v

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa setelah memahami semua penjelasan yang berkaitan dengan prosedur pengambilan kasus untuk Laporan Tugas Akhir Mahasiswa Program Studi D-III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau, Maka dengan ini saya setuju menjadi klien/pasien dalam studi kasus mahasiswa:

Nama : Desvita Putri Sahira
Nim : P032115401011
Judul : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.S di Klinik
Pratama Taman Sari 2 Kota Pekanbaru

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Pekanbaru, 3 September 2023

Yang menyatakan,

Menyetujui

Suami/Keluarga



(.....ISDIYANTO.....)

Klien/Pasien



(.....SUCI RAMADHILLA.....)

Lampiran 4: Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2023/2024

Nama Mahasiswa : Desvita Putri Sahira
NIM : P032115401011
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S G2P1A0H1
di Klinik Pratama Taman Sari 2 Kota Pekanbaru Tahun 2023
Pembimbing : 1. Fatiyani Alyensi, SST, Bdn, M.Kes

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	29-01-2024	BAB 1	Perbaiki latar belakang, focus asuhan normal.		
2.	06-02-2024	BAB I BAB III	Perbaiki asuhan		
3.	07-02-2024	BAB IV	Perbaiki asuhan		
4.	18-03-2024	BAB IV	Perbaiki pembahasan		
5.	20-03-2024	BAB 1- Lampiran	ACC UJIAN PRAHASIL		
6.	24-04-2024	BAB 1- Lampiran	Perbaikan Pra Hasil LTA		
7.	25-04-2024	BAB 1- Lampiran	Perbaikan Pra Hasil LTA		

8.	26-04-2024	BAB IV-V Nifas Neonatus	Perbaiki asuhan & Pembahasan		
9.	02-05-2024	BAB I- Lampiran	Perbaiki pembahasan		
10.	03-05-2024	Abstrak	Perbaiki abstrak		
11.	05-05-2024	Abstrak BAB III	Perbaiki sesuai saran		
12.	06-05-2024	Abstrak- Lampiran	ACC UJIAN HASIL		
13.	29-05-2024	Abstrak BAB V	Revisi Hasil		
14.	03-06-2024	Abstrak- Lampiran	ACC REVISI		

Pekanbaru, 5 Mei 2024

Pembimbing I/ Utama



(Fatiyani Alyensi, SST, Bdn, M.Kes)

LEMBAR KONSULASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2023/2024

Nama Mahasiswa : Desvita Putri Sahira
 NIM : P032115401011
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S G2P1A0H1
 di Klinik Pratama Taman Sari 2 Kota Pekanbaru Tahun 2023
 Pembimbing : 2. Findy Hindratni, SST, Bdn, M.Keb

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	06-03-2024	BAB 1	Perbaiki sesuai saran		
2.	13-03-2024	BAB I- IV	Perbaiki sesuai saran		
3.	20-03-2024	BAB I-V	Perbaiki sesuai saran		
4.	25-03-2024	BAB I- Lampiran	Perbaiki sesuai saran		
5.	26-04-2024	BAB 1- Lampiran	ACC UJIAN PRAHASIL		
6.	03-05-2024	BAB 1- Lampiran	Perbaikan Pra Hasil LTA		
7.	06-05-2024	BAB 1- Lampiran	Perbaikan Pra Hasil LTA		
8.	07-05-2024	Abstrak - Lampiran	ACC UJIAN HASIL		

9.	22-05-2024	BAB I-Lampiran	Perbaiki sesuai saran		
10.	24-05-2024	Abstrak	Perbaiki sesuai saran		
11.	27-05-2024	Abstrak-BAB II	Perbaiki sesuai saran		
12.	03-06-2024	Abstrak-BAB III	Perbaiki sesuai saran		
13.	04-06-2024	Abstrak BAB V	Revisi Hasil		
14.	05-06-2024	Abstrak-Lampiran	ACC REVISI		

Pekanbaru, 7 Mei 2024

Pembimbing II/ Pendamping



(Findy Hindratni, SST, Bdn, M.Keb)

Lampiran 5: Kartu Skor Poedji Rochjati (KSPR)

KARTU SKOR POEDJI ROCHJATI

SKRINING/ DETEKSI DINI IBU RESIKO TINGGI

Nama Ibu : N.Y.S HPHT : 11-03-2022 HPL : 15-12-2023
 Umur : 25 tahun Paritas : G.2..P.1..A.0. Usia Kehamilan: 25-26 minggu
 Alamat : Jl. Sribajana 7

I	II	III	SKOR	IV			
				Triwulan			
KEL F.R	NO	Masalah/ Faktor Resiko		I	II	III.1	III.2
		Skor Awal Ibu Hamil	2		2		
I	1	Terlalu muda, hamil ≤ 16 tahun	4				
	2	Terlalu tua, hamil ≥ 35 tahun	4				
		Terlalu lambat hamil I, kawin ≥ 4 tahun	4				
	3	Terlalu lama hamil lagi (≥ 10 tahun)	4				
	4	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 tahun)	4		4		
	5	Terlalu banyak anak, 4 atau lebih	4				
	6	Terlalu tua, umur ≥ 35 tahun	4				
	7	Terlalu pendek ≤ 145 cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah melahirkan dengan:					
	a.	Tarikan tang/ vakum	4				
	b.	Uri dirogoh	4				
	c.	Diberi infuse atau Transfusi	4				
	10	Pernah operasi sesar	8				
II	11	Penyakit pada ibu hamil	4				
		a. Kurang darah b. Malaria					
		c. TBC Paru d. Payah jantung	4				
		e. Kencing manis (diabetes)	4				
		f. Penyakit menular seksual	4				
	12	Bengkak pada muka/ tungkai dan tekanan darah tinggi	4				
	13	Hamil kembar 2 atau lebih	4				
	14	Hamil kembar air (Hydramnion)	4				
	15	Bayi mati dalam kandungan	4				
	16	Kehamilan lebih bulan	4				
	17	Letak sungsang	8				
	18	Letak lintang	8				
III	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Preeklampsia berat/ kejang-kejang	8				
		JUMLAH SKOR			6		

Lampiran 6: Penapisan Persalinan

PENAPISAN IBU BERSALIN

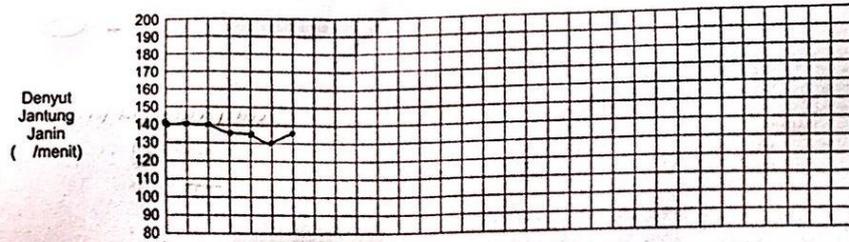
DETEKSI KEMUNGKINAN KOMPLIKASI GAWAT DARURAT

	YA	TIDAK
1. Riwayat bedah sesar	1. <input type="checkbox"/>	1. <input checked="" type="checkbox"/>
2. Perdarahan Pervaginam	2. <input type="checkbox"/>	2. <input checked="" type="checkbox"/>
3. Persalinan kurang bulan (<37 minggu)	3. <input type="checkbox"/>	3. <input checked="" type="checkbox"/>
4. Ketuban pecah dengan mekonium yang kental	4. <input type="checkbox"/>	4. <input checked="" type="checkbox"/>
5. Ketuban pecah lama (lebih 24 jam)	5. <input type="checkbox"/>	5. <input checked="" type="checkbox"/>
6. Ketuban pecah pada persalinan kurang bulan (<27 minggu)	6. <input type="checkbox"/>	6. <input checked="" type="checkbox"/>
7. Ikterus	7. <input type="checkbox"/>	7. <input checked="" type="checkbox"/>
8. Anemia berat	8. <input type="checkbox"/>	8. <input checked="" type="checkbox"/>
9. Tanda / gejala infeksi	9. <input type="checkbox"/>	9. <input checked="" type="checkbox"/>
10. Pre eklampsia / hipertensi dalam kehamilan	10. <input type="checkbox"/>	10. <input checked="" type="checkbox"/>
11. TFU 40 cm atau lebih	11. <input type="checkbox"/>	11. <input checked="" type="checkbox"/>
12. Gawat janin	12. <input type="checkbox"/>	12. <input checked="" type="checkbox"/>
13. Primi para fase aktif dengan palpasi kepala janin masih 5/5	13. <input type="checkbox"/>	13. <input checked="" type="checkbox"/>
14. Presentasi bukan belakang kepala	14. <input type="checkbox"/>	14. <input checked="" type="checkbox"/>
15. Presentasi kepala ganda	15. <input type="checkbox"/>	15. <input checked="" type="checkbox"/>
16. Kehamilan gemeli	16. <input type="checkbox"/>	16. <input checked="" type="checkbox"/>
17. Tali pusat menumbung	17. <input type="checkbox"/>	17. <input checked="" type="checkbox"/>
18. Syok	18. <input type="checkbox"/>	18. <input checked="" type="checkbox"/>

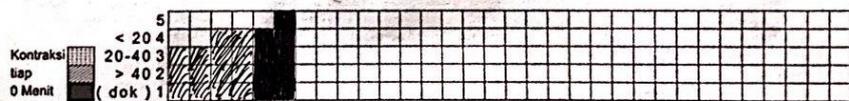
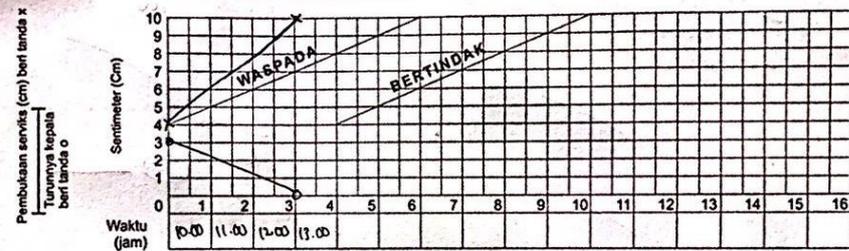
Lampiran 7: Partograf

PARTOGRAF

No. Register Nama Ibu : Ny. S Umur : 25 thn G. 2 P. 1 A. 0
 No. Puskesmas Tanggal : 3 Des 2023 Jam : 10.00 WIB Alamat : Jl. Sutawidjaya
 Ketuban pecah Sejak jam mules sejak jam 03.00 WIB

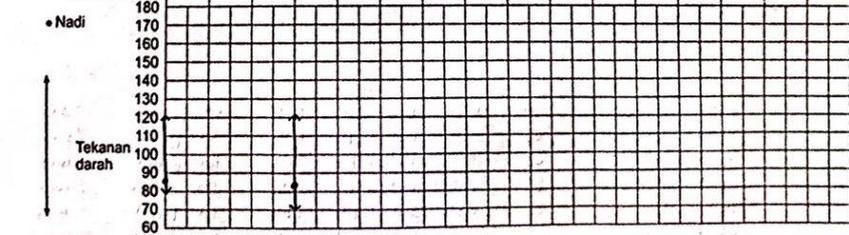


Air ketuban Penyusupan



Oksitosin U/L tetes/menit

Obat dan Cairan IV



Suhu °C

Urin — Protein
 — Aseton
 — Volume

CATATAN PERSALINAN

1. Tanggal : 3 Desember 2013
2. Nama bidan : Inda Muzafarri, Andel
3. Tempat Persalinan :
 - Rumah Ibu Puskesmas
 - Polindes Rumah Sakit
 - Klinik Swasta Lainnya :
4. Alamat tempat persalinan :
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 : 10 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	13.30	120/90	90	36.9C	2x dkuh PI	baik	tek penuh 15cc
	13.45	120/90	80		2x dkuh PI	baik	tek penuh 15cc
	14.00	120/90	80		2x dkuh PI	baik	tek penuh 10cc
2	14.15	120/90	80		2x dkuh PI	baik	tek penuh 10cc
	15.15	120/90	80		2x dkuh PI	baik	tek penuh 10cc

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

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

BAYI BARU LAHIR :

34. Berat badan : 3200 gram
35. Panjang : 49 cm
36. Jenis kelamin : L (P)
37. Penilaian bayi baru lahir baik ada penyutit
38. Bayi lahir :
 - Normal, tindakan :
 - mengeringkan
 - menghangatkan
 - rangsang laktal
 - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - Asfiksia ringan/pucat/biru/lemas/tindakan :
 - mengeringkan bebaskan jalan napas
 - rangsang laktal menghangatkan
 - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - lain - lain sebutkan :
 - Cacat bawaan, sebutkan :
 - Hipotermi, tindakan :
 - a.
 - b.
 - c.
39. Pemberian ASI
 - Ya, waktu : 1 jam setelah bayi lahir
 - Tidak, alasan :
40. Masalah lain,sebutkan :
- Hasilnya :

Lampiran 8: *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)*

Lampiran 8

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)

Semua informasi yang di dapat dari pertanyaan di bawah ini akan di jaga kerahasiaannya, mohon untuk bersedia menjawab semua pertanyaan di bawah ini.

Data Demografi

Kode:

Umur: tahun

Tanggal kelahiran Bayi: 03 Desember 2023

Status : ~~single~~ / menikah / bercerai / janda.

Jenis persalinan : SC (*Sectio Caesarea*) / normal.

Lama persalinan: ~~tama~~ / tidak

Agama : Islam

Jumlah anak : 2

Pekerjaan: RT

Pendidikan terakhir : SMK

Pendapatan suami /bulan : ± 2.500.000

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

Di bawah ini ialah contoh pernyataan yang telah di sertai oleh jawabannya.

Saya merasa bahagia:

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

Arti jawaban diatas ialah: "saya merasa bahagia hampir setiap saat" dalam satu minggu terakhir ini.

Mohon di lengkapi pernyataan lain di bawah ini dengan cara yang sama.

<p>1. Saya mampu tertawa dan merasakan hal-hal yang menyenangkan</p> <p><input checked="" type="radio"/> a. Sebanyak yang saya bisa</p> <p><input type="radio"/> b. Tidak terlalu banyak</p> <p><input type="radio"/> c. Tidak banyak</p> <p><input type="radio"/> d. Tidak sama sekali</p> <p>2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan</p> <p><input checked="" type="radio"/> a. Sebanyak sebelumnya</p> <p><input type="radio"/> b. Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya</p> <p><input type="radio"/> c. Kurang di bandingkan sebelumnya</p> <p><input type="radio"/> d. Tidak pernah sama sekali</p> <p>3.* Saya menyalakan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya</p> <p><input type="radio"/> a. Ya, tiap saat</p> <p><input type="radio"/> b. Ya, kadang-kadang</p> <p><input type="radio"/> c. Tidak terlalu sering</p> <p><input checked="" type="radio"/> d. Tidak pernah sama sekali</p> <p>4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir tanpa alasan yang jelas</p> <p><input type="radio"/> a. Tidak pernah sama sekali</p> <p><input checked="" type="radio"/> b. Jarang-jarang</p> <p><input type="radio"/> c. Ya, kadang-kadang</p> <p><input type="radio"/> d. Ya, sering sekali</p>
--

5. * Saya merasa takut dan panik tanpa alasan yang jelas

- a. Ya, cukup sering
- b. Ya, kadang-kadang
- c. Tidak terlalu sering
- d. Tidak pernah sama sekali

6. *Segala sesuatunya terasa sulit untuk di kerjakan

- 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 sesuatu dengan baik

7.*Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur

- a. Ya, setiap saat
- b. Ya, kadang-kadang
- c. Tidak terlalu sering
- d. Tidak pernah sama sekali

8. *Saya merasa sedih dan merasa diri saya menyedihkan

- a. Ya, setiap saat
- b. Ya, cukup sering
- c. Tidak terlalu sering
- d. Tidak pernah sam sekali

9. *Saya merasa tidak bahagia sehingga menyebabkan saya menangis

- a. Ya, setiap saat
- b. Ya, cukup sering
- c. Disaat tertentu saja

d. Tidak pernah sam sekali

10. * Muncul pikiran untuk menyakiti saya sendiri

a. Ya, cukup sering

b. Kadang-kadang

c. Jarang sekali

~~d. Tidak pernah sama sekali~~

Tanggal: 10 Desember 2023

Lampiran 9: Leaflet



SENAM HAMIL

OLEH:
DESVITA PUTRI SAHIRA
P032115401011
D3 KEBIDANAN
POLTEKES KEMENKES RIAU



Apa itu Senam Hamil?

Senam hamil adalah suatu bentuk latihan guna memperkuat dan mempertahankan elastisitas dinding perut, otot-otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan.

Kapan dianjurkan mengikuti senam hamil?

Jika kandungan mencapai 6 bulan ke atas, lakukan senam hamil, kecuali ada kelainan tertentu pada kehamilan.

MANFAAT SENAM HAMIL

•••••

1. Meningkatkan kebutuhan udara dalam otot
2. meningkatkan peredaran darah
3. meningkatkan kebugaran dan kekuatan otot
4. meredakan sakit punggung dan sembelit
5. memperlancar persalinan dan
6. menjadikan bentuk tubuh yang baik setelah persalinan.



LATIHAN SENAM HAMIL

1. Latihan nafas dalam


1. duduk bersila dan tegak, kedua lengan mengarah ke depan dan santai. Lakukan sebanyak mungkin dalam posisi sehari-hari.
2. Sikap Merangkak


Jarak antara kedua tangan sama dengan jarak antara kedua bahu. Keempat anggota tubuh tegak lurus padaantai dengan badan sejajar dengan lantai

3. Lakukan sikap merangkak dengan meletakkan kepala di antara kedua tangan lalu menoleh ke samping kanan/kiri, selanjutnya turunkan badan hingga dada menyentuh kasur dengan menggeser siku sejauh mungkin ke samping.

5. Berbaring miring ke kiri (lebih baik ke arah punggung bayi), lutut kanan diletakkan di depan lutut kiri (ganja dengan bantal). Lengan kanan di tekukkan di depan dan lengan kiri letakkan di belakang.


5. Bermiring-miring, kedua lutut dan kedua lengan ditekuk, bawah kepala diberi bantal, demikian juga dibawah perut agar tidak menggantung. Tutup mata, tenang, atur nafas dengan berirama.

6. Berbaring telentang, pegang kedua lutut dengan kedua tangan dan rileks. Lakukan kegiatan berikut : buka mulut secukupnya, tarik nafas dalam semaksimal mungkin, ditiupkan. mengejanlah seperti buang air besar, gerakan badan ke bawah dan kedepan. setelah tidak dapat menahan elah, kembali.




TIPS & TRIK MEMILIH KONTRASEPSI

Desvita Putri Sahira
P032115401011
Kebidanan Poltekkes Riau

APA ITU KONTRASEPSI?

Kontrasepsi merupakan pengaturan kehamilan dengan menggunakan alat atau metode dengan tujuan mencegah kehamilan.

TUJUAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI

Tujuan pemakaian kontrasepsi adalah

1. **Menunda Kehamilan**
Biasanya dilakukan oleh wanita yang menikah dibawah usia 20 tahun. Penundaan kehamilan dapat dilakukan karena alasan kesehatan seperti tingginya resiko komplikasi pada usia reproduksi < 20 tahun. Atau karena alasan lain misalnya pekerjaan atau pendidikan

2. **Menjarangkan Kehamilan**
Masa ini berkisar antara umur 20-35 tahun. Jarak kehamilan harus diatur untuk mencegah komplikasi kehamilan

3. **Menghentikan Kehamilan**
Usia 35 tahun keatas merupakan masa yang berisiko untuk hamil sehingga perlu penggunaan alat kontrasepsi.

Manfaat Keluarga Berencana (KB)

Bagi Pasangan Suami Istri

- a. Menurunkan risiko kehamilan
- b. Menurunkan risiko kanker pada wanita
- c. Tidak mengganggu tumbuh kembang anak
- d. Menjaga kesehatan mental

Bagi Anak

- a. Dapat mengetahui pertumbuhan anak dan kesehatannya.
- b. Memperoleh perhatian, pemeliharaan dan makanan yang cukup.
- c. Perencanaan masa depan dan pendidikan yang baik.

JENIS-JENIS KONTRASEPSI



KONTRASEPSI HORMONAL

Kontrasepsi hormonal misalnya, suntikan, pil, dan implant.

KONTRASEPSI NON-HORMONAL

Kontrasepsi non-hormonal misalnya KB sederhana (Kondom), KB alami (MAL, Metode Kalender, Metode lendir Serviks, Metode Suhu Basal), MKJP (IUD)

KB SUNTIK

Jenis jenis KB Suntik:

KB Suntik 3 Bulan (PROGESTIN)

- Mengandung Progesteron saja
- Tidak mengganggu Produksi ASI
- Datang kunjungan ulang setiap 3 bulan untuk suntik
- Dapat terjadi gangguan haid

KB suntik 1 bulan (KOMBINASI)

- Mengandung Esterogen dan Progesteron
- Mengganggu produksi ASI
- Datang kunjungan ulang setiap 1 bulan untuk suntik

KB PIL

Jenis jenis KB PIL

KB PIL KOMBINASI

yang dapat menggunakan PIL Progesterin:

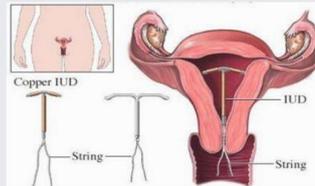
- Usia reproduksi
- Telah atau belum memiliki anak
- Gemuk atau kurus
- Menginginkan metoda KB dg efektivitas tinggi
- Setelah melahirkan dan tidak menyusui
- Setelah melahirkan & tidak memberikan ASI eksklusif, sedangkan metode KB yang dianjurkan tidak cocok.

KB PIL PROGESTIN

- Cocok untuk ibu menyusui yg ingin memakai pil KB
- Sangat efektif pada masa laktasi
- Dosis rendah
- Tidak menurunkan produksi ASI
- Tidak menimbulkan efek samping estrogen

KONTRASEPSI JANGKA PANJANG

Intra Uterine Device (IUD)



Bisa digunakan bagi Usia reproduksi, Menginginkan kontrasepsi jangka panjang, Ibu menyusui, Ibu dengan riwayat penyakit jantung, hipertensi, kanker payudara, Ibu yang tidak cocok dengan kontrasepsi hormonal.

Kebijakan IUD antara lain :

- Jangka pemakaian lama 8-10 tahun
- Hemat dari segi waktu dan biaya karena pemasangan hanya sekali untuk jangka waktu yang lama
- Efektifitas tinggi
- Menstruasi tetap lancar
- Tidak mempengaruhi hormonal
- Kesuburan pasca pencabutan dapat kembali dengan mudah

Kekurangan IUD antara lain :

- Pemasangan tidak dapat dilakukan sendiri, harus mengunjungi fasilitas kesehatan
- Tidak mencegah dari IMS
- Dapat terjadi komplikasi saat proses pemasangan seperti infeksi (bila alat yang digunakan tidak steril) dan perforasi.

IMPLANT

Implant merupakan metode kontrasepsi jangka panjang yang mengandung hormone progesterone, berbentuk batang, yang dipasang dibawah kulit.

Kebijakan Implant:

Implant memiliki efektifitas yang tinggi yaitu mencapai 99% dan jangka waktu penggunaan yang lama yaitu 3-5 tahun, bebas dari pengaruh estrogen sehingga tidak mengganggu produksi ASI, kesuburan dapat kembali dengan cepat setelah pencabutan implant, serta tidak mengganggu hubungan seksual.

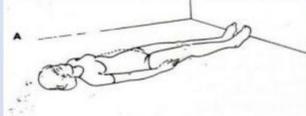
Kekurangan Implant:

Sedangkan kekurangan implant antara lain calon akseptor tidak dapat memasang atau mencabut implant sendiri (harus dengan bantuan tenaga kesehatan), ada kemungkinan terjadi infeksi pada tempat pemasangan, serta akseptor tidak dapat mengangkat beban berat dengan tangan yang terpasang implant sampai 3 hari pasca pemasangan.



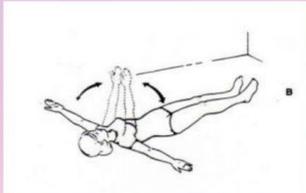
Gerakan 1: Olah Nafas

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.



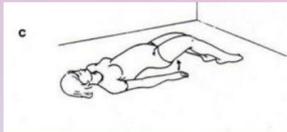
Gerakan 2 : Tangan membuka dan menutup

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.



Gerakan 3 : Gerak Pantat

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.



Gerakan 4: Gerak Atas

menggerakan 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.



Apa itu Senam Nifas?

Senam nifas ialah gerakan-gerakan yang ditujukan untuk ibu yang sudah melahirkan, cara melakukan senam nifas terbilang mudah. Bahkan gerakan senamnya juga dilakukan dengan posisi berbaring, yang sangat pas untuk ibu yang sudah melahirkan. Manfaat dari melakukan gerakan senam nifas ini yaitu untuk melatih otot-otot perut.

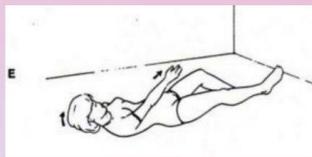


SENAM NIFAS

Oleh:
Desvita Putri Sahira
P032115401011
Kebidanan
Poltekkes Riau

Gerakan 5 : Gerak atas dan tangan

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.



Gerakan 6 : Gerak tekuk kaki

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.



Gerakan 7 : Gerak perut

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.



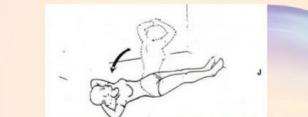
Gerakan 8 : Angkat 2 kaki

Rapatkan kedua kaki, lalu angkat kedua kaki secara bersamaan dengan sudut kaki lurus atau membentuk sudut 90 derajat. Turunkan kedua kaki kebawah secara perlahan, dan lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.



Gerakan 9 : Gerak 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.



MANFAAT PIJAT BAYI



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.

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.
6. Membuat tidur lelap.
7. Mengurangi rasa sakit
8. Mengurangi kembung dan sakit perut
9. Meningkatkan hubungan batin antara orang tua dan bayi.

Pengertian

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



Desvita Putri Sahira
P032115401011
Kebidanan
Poltekkes Riau



Langkah-Langkah Pijat Bayi

1. WAJAH

Pijatan wajah terdiri dari 5 gerakan utama, yaitu: gerakan caress love (sentuhan cinta), relax (pijatan daerah alis), circle down (pijatan memutar membentuk lingkaran), smile (senyuman), dan cute (pijatan daerah belakang telinga).



2. DADA

Pijatan dada terdiri dari 2 gerakan utama, yaitu: gerakan butterfly (pijatan kupu-kupu) dan cross (pijatan menyilang).



3. PERUT

Pijatan perut membantu dalam pengosongan lambung bayi, sehingga proses pencernaan berlangsung lebih lancar. Pijatan ini terdiri dari 5 gerakan utama, yaitu: gerakan mengayuh, bulan matahari (searah jarum jam), I love you, walking fingers (pijatan jari-jari berjalan), dan relax (gerakan rileksasi).



4. TANGAN

Pijatan tangan terdiri dari 7 gerakan utama, yaitu: gerakan milking (memerah), rolling (pijatan menggulung), squeezing (pijatan memeras), thumb after thumb (pijatan telapak dan punggung tangan), spiral (pijatan memutar pada telapak dan punggung tangan), finger shake (pijatan pada jari), serta relax (gerakan rileksasi tangan, dan diagonal tangan-kaki).



5. KAKI

Pijatan kaki terdiri dari 7 gerakan utama, sama seperti pijatan tangan. Pijat telapak kaki dari arah tumit ke jari, meremas-remas jari satu persatu. Pijat punggung kaki dari mata kaki sampai ke jari.



6. PUNGGUNG

Pijatan punggung terdiri dari 5 gerakan utama, yaitu: gerakan go back-forward (pijatan maju mundur), slip (pijatan meluncur), mengayuh, spiral (pijatan melingkar), dan menggaruk



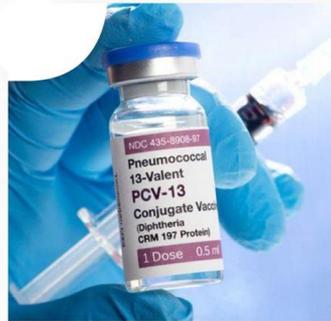
Keadaan yang Muncul Setelah Imunisasi

- HB** Kemarahan dan nyeri ditempat suntik
- BCG** Kemarahan dan nyeri ditempat suntik
- DPT** Bayi panas sore hari setelah imunisasi, akan turun dalam 1-2 hari. Di tempat suntikan merah serta nyeri (tidak berbahaya dan akan sembuh sendiri)
- POLIO** Reaksi Polio umumnya Tidak ada
- CAMPAK** Anak mungkin panas dan timbul kemarahan



PROGRAM BARU IMUNISASI

Pemerintah berencana memasukkan tiga antigen baru dalam program imunisasi nasional. Tiga vaksin tersebut meliputi vaksin PCV (pneumococcal conjugate vaccine), vaksin rotavirus, dan vaksin HPV (human papillomavirus).



JADWAL IMUNISASI ANAK

USIA ANAK	JENIS IMUNISASI
<24 jam	Hepatitis B (HB0)
1 bulan	BCG, OPV1
2 bulan	DPT-HB-Hib 1, OPV 2*, PCV 1
3 bulan	DPT-HB-Hib 2, OPV 3*, PCV 2
4 bulan	DPT-HB-Hib 3, OPV 4* dan IPV
9 bulan	Campak-Rubela
12 bulan	PCV 3
18 bulan	Campak-Rubela, DPT-HB-Hib 4
Kelas 1	Campak-Rubela, DT
Kelas 2	Td
Kelas 5	Td, HPV**
Kelas 6	HPV**

*Untuk Provinsi Di Yogyakarta, pemberian OPV digantikan dengan pemberian IPV
** HPV diberikan pada daerah yang sudah melakukan introduksi imunisasi HPV



IMUNISASI DASAR LENGKAP

DESVITA PUTRI SAHIRA
P032115401011
D3 KEBIDANAN
POLTEKES KEMENKES RIAU

Apa itu Imunisasi?

Imunisasi adalah upaya pencegahan penyakit dengan memberikan "vaksin" sehingga terjadi imunitas (kekebalan) terhadap penyakit.



Apa manfaatnya?

- Imunisasi dapat menyelamatkan hidup anak di kemudian hari.
- Sangat aman dan efektif dalam mencegah penyakit tertentu.
- Melindungi orang lain yang kamu sayangi.
- Menghemat waktu dan uang. Sebab, waktu dan uang yang dikeluarkan untuk mengobati akan lebih banyak dibandingkan mencegahnya.
- Melindungi kesehatan generasi berikutnya.

Penyakit yang dicegah oleh Imunisasi Dasar

- hepatitis B;
- Poliomyelitis (Penyakit Polio);
- Tuberkulosis;
- Difteri;
- pertusis;
- Tetanus;
- pneumonia dan meningitis

Imunisasi Dasar Lengkap

Yang termasuk imunisasi dasar bagi bayi usia 0-12 bulan:



- Imunisasi BCG** untuk melindungi bayi dari penyakit Tuberkulosis
- Imunisasi Polio** untuk melindungi bayi dari penyakit Polio (Lumpuh layu)
- Imunisasi Hepatitis B (HB)** untuk melindungi bayi dari penyakit Hepatitis B
- Imunisasi DPT** untuk melindungi bayi dari penyakit Difteri, Pertusis (batuk rejan), tetanus
- Imunisasi Campak** untuk melindungi bayi dari pnuakit campak

Dimana Imunisasi Dapat Diperoleh?

- Posyandu
- PUSKESMAS
- Praktek Dokter/Bidan
- Rumah Sakit



KAPAN BAYI IMUNISASI?

Jadwal Imunisasi Anak Umur 0-24 Bulan



Lokasi Pemberian Imunisasi



Imunisasi Polio di berikan melalui mulut



Keadaan yang TIDAK BOLEH anak diimunisasi

- sakit berat, demam tinggi (panas lebih> 38 derajat
- reaksi berlebihan (alergi) setelah diberikan salah satu jenis imunisasi



Macam-macam Posisi Bersalin

- 1. Posisi Miring**
Membuat ibu lebih nyaman dan efektif untuk meneran, Membantu perbaikan oksiput yang melintang untuk berputar menjadi oksiput anterior. Memudahkan ibu beristirahat diantara kontraksi jika mengalami kelelahan dan mengurangi resiko terjadinya laserasi perineum.
- 2. Posisi Jongkok**
Membantu mempercepat kemajuan kala II persalinan dan mengurangi rasa nyeri
- 3. Posisi Merangkak**
Meningkatkan oksigenasi bagi bayi dan bisa mengurangi rasa sakit punggung bagi ibu
- 4. Posisi Setengah Duduk**
Dengan posisi ini penolong persalinan lebih leluasa dalam membantu kelahiran kepala janin serta lebih leluasa untuk dapat memperhatikan perineum

Tanda-tanda ibu yang akan melahirkan

- Rasa sakit atau mules yang datang secara teratur yaitu sekitar setiap 10 menit atau lebih sering
- Rasa mules ini terjadi di perut bagian bawah
- Keluarnya lendir bercampur darah dari jalan lahir



Keperluan ibu hamil dan bayi, yakni:

- Peralatan mandi
- Ikat atau jepit rambut
- Pakaian dalam ganti
- Bra khusus menyusui
- Pembalut khusus ibu melahirkan
- Perlengkapan bayi seperti baju, popok, kaus kaki bayi, sarung tangan bayi, dan lain-lain



PERSALINAN



Pengertian

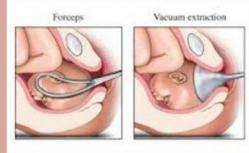
Persalinan adalah suatu proses dimana janin dan placenta keluar dari uterus, ditandai dengan peningkatan kontraksi rahim yang menyebabkan panipisan dan pembukaan serviks serta keluarnya lendir darah dari vagina.

Macam - Macam Persalinan

1. Persalinan Normal : Bayi lahir melalui vagina



2. Persalinan Abnormal (Sesar, vaccum, forcep)



Faktor yang Mempengaruhi Persalinan

1. Power (Tenaga)

Power adalah tenaga yang dihasilkan oleh his atau kontraksi otot rahim, kontraksi otot-otot perut, kontraksi diafragma dan aksi dari ligamen, dengan kerjasama yang baik dan sempurna .

2. Passage (Jalan Lahir)

Merupakan jalan lahir yang harus dilewati oleh janin terdiri dari rongga panggul, dasar panggul, serviks, dan vagina. syarat agar janin dan plasenta dapat melalui jalan lahir tanpa ada rintangan maka jalan lahir tersebut harus normal.



3. Janin



Bagian yang paling besar dan keras dari janin adalah kepala.. posisi dan besar kepala dapat mempengaruhi jalan persalinan. biasanya apabila kepala sudah lahir, maka bagian-bagian yang lain dengan mudah menyusul kemudian.

4. kondisi psikologis ibu

semakin ibu siap dan memahami proses persalinan maka ibu akan semakin mudah persalinan maka ibu akan semakin mudah bekerja sama dengan petugas kesehatan yang akan membantu proses persalinan.

TANDA BAHAYA PADA PERSALINAN



Sebelum tanda-tanda muncul dan mengganggu disaat persalinan maka suami atau pihak keluarga harus mempersiapkan segala sesuatu disaat menghadapi persalinan, diantaranya adalah:

- Donor darah, jika sewaktu-waktu diperlukan ibu
- Menanyakan pada bidan atau dokter kapan perkiraan tanggal persalinan
- Menyiapkan kendaraan jika sewaktu-waktu ibu dan bayi perlu segera dibawa ke rumah sakit
- Menyiapkan biaya untuk menghadapi persalinan

Lampiran 10: Dokumentasi

Kunjungan ANC Pertama



Kunjungan ANC Ke-2





Kunjungan ANC Ke-3



INC





PNC





BBL

