


# LAMPIRAN

## Lampiran 1 : Surat Izin Pengambilan Kasus

**Kemenkes**

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

20 Maret 2024

Nomor : PP.04.03/3.5/ 030 /2024  
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

Yang terhormat,  
Pimpinan PMB Rosita  
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	Adelia Putri	P032115401001	IIIA/ VI
2	Amelia Fajriani	P032115401004	IIIA/ VI
3	Audry Zesika Putri	P032115401008	IIIA/ VI
4	Beauty Grashella Manurung	P032115401009	IIIA/ VI
5	Fanny Enjelina Putri	P032115401015	IIIA/ VI
6	Lily Asrianti	P032115401022	IIIA/ VI
7	Melani Dwi Astuti	P032115401024	IIIA/ VI
8	Nadillasari	P032115401025	IIIA/ VI
9	Nazwa Shifa Saharani	P032115401026	IIIA/ VI
10	Ovia Ramadhani	P032115401027	IIIA/ VI
11	Ranny Syahfira	P032115401030	IIIA/ VI
12	Siti Nuramelia Afsari	P032115401037	IIIA/ VI
13	Wika Suci Sasela	P032115401041	IIIA/ VI
14	Yana Karlina	P032115401042	IIIA/ VI
15	Aulia Nada	P032115401050	IIIB/ VI
16	Gita Marsellyna Pratama	P032115401058	IIIB/ VI
17	Jihan Siddiqiyah	P032115401061	IIIB/ VI
18	Paramita Insani	P032115401069	IIIB/ VI
19	Rani Aulia Lubis	P032115401072	IIIB/ VI
20	Rizka Adriana	P032115401073	IIIB/ VI
21	Sufina Nur Aliyani Nasution	P032115401080	IIIB/ VI
22	Zidni Ilman Azifah	P032115401086	IIIB/ VI

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.

Ketua Jurusan Kebidanan,



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

## Lampiran 2 : Surat Balasan Klinik

### BIDAN PRAKTIK MANDIRI

Bidan : Rosita, S.Tr.Keb

Jl. Taman Karya XIV Perum. Citra Kencana Blok D/17, Pekanbaru

Telp 081378366648

Pekanbaru, Maret 2024

Nomor : 6 / BPS - PS / II / 2024  
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, S.Tr.Keb

Jabatan : Pimpinan Praktik Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru

Menyatakan bahwa

Nama : Audry Zesika Putri

NIM : P032115401008

Tingkat : 3A

Semester : VI (Enam)

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

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya





Lampiran 3 : Surat pernyataan Persetujuan Menjadi Klien / Pasien

**SURAT PERSETUJUAN  
MENJADI PASIEN ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Pasien : Hijria Azkiya

Umur : 28 Tahun

Pekerjaan : Pedagang

Alamat : JL. Budhi Daya

Hubungan dengan pasien suami / keluarga / kerabat

Nama : Indra Perdana

Umur : 34 Tahun

Pekerjaan : Supir Gocar

Alamat : JL. Budhi Daya

Dengan ini menyatakan dan menyetujui saya /istri /anak /saudara bersedia untuk menjadi pasien Asuhan Komprehensi mahasiswa TK III Program Sudi D III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau atas nama Audry Zesika Putri tanpa adanya paksaan, dan semua ketentuan dan tindakan serta asuhan yang akan dilakukan telah dijelaskan dan sudah dipahami.

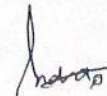

Pekanbaru, 27 Agustus 2023

Mengetahui,

Mahasiswa

Pasien

Saksi/Suami



Audry Zesika Putri

Hijria Azkiya

Indra Perdana

Lampiran 4 : Surat Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing

**LEMBAR KONSULTASI**  
**LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN**  
**POLTEKKES KEMENKES RIAU**  
**T. A 2024/2025**

Nama mahasiswa : Audry Zesika Putri  
 NIM : P032115401008  
 Judul LTA : Asuhan kebidanan Komprehensif pada Ny.H diPraktik  
 Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru  
 Pembimbing : Ani Laila,SST,Bdn.,M.Biomed

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	18-12-23	BAB 1	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
2.	29-12-23	BAB 1	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
3.	6-3-24	BAB 1	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
4.	20-3-24	BAB 1	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
5.	21-3-24	BAB 2	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
6.	22-3-24	BAB 2-3	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
7.	25-3-24	BAB 4	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
8.	26-3-24	BAB 4	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
9.	27-3-24	BAB 1-5	ACC UJIAN PRA HASIL	<i>Audry</i>	<i>D</i>
10.	24-4-24	BAB 1-5	REVISI PRA HASIL	<i>Audry</i>	<i>D</i>
11.	25-4-24	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
12.	30-4-24	BAB 1-3	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>
13.	6-5-24	BAB 4-5	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>D</i>

14	7-5-24	BAB 1-5	ACC MAJU SIDANG HASIL LTA	ALF	Ⓟ
15	21-5-24	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan	ALF	Ⓟ
16	22-5-24	BAB 4	Perbaiki sesuai arahan	ALF	Ⓟ
17	24-5-24	BAB 4	Perbaiki sesuai arahan	ALF	Ⓟ
18	25-5-24	BAB 1-5	ACC REVISI	ALF	Ⓟ

Pekanbaru, Juni 2024

Pembimbing Utama



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



**LEMBAR KONSULTASI**  
**LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIH KEBIDANAN**  
**POLTEKKES KEMENKES RIAU**  
**T. A 2024/2025**

Nama mahasiswa : Audry Zesika Putri  
NIM : P032115401008  
Judul LTA : Asuhan kebidanan Komprehensif pada Ny.H diPraktik  
Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru  
Pembimbing : Yan Sartika,SST,Bdn.,M.Keb

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	3-3-24	BAB 1	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>Yan Sartika</i>
2.	20-3-24	BAB 1-2	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>Yan Sartika</i>
3.	22-3-24	BAB 2-4	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>Yan Sartika</i>
4.	26-3-24	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>Yan Sartika</i>
5.	27-3-24	BAB 1-5	ACC UJIAN PRA HASIL	<i>Audry</i>	<i>Yan Sartika</i>
6.	6-5-24	BAB 4	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>Yan Sartika</i>
7.	7-5-24	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>Yan Sartika</i>
8.	8-5-24	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan	<i>Audry</i>	<i>Yan Sartika</i>

9.	8-5-24	BAB 1-5	ACC SEMINAR HASIL LTA	<i>Auf</i>	<i>Jh</i>
10.	6-6-24	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan	<i>Auf</i>	<i>Jh</i>
11	7-6-24	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan	<i>Auf</i>	<i>Jh</i>
12	10-6-24	BAB 1-5	ACC REVISI	<i>Auf</i>	<i>Jh</i>

Pekanbaru, Juni 2024

Pembimbing Pendamping



**Yan Sartika, SST,Bdn.,M.Keb**

**NIP.198001232002122001**



Lampiran 5 : Formulir Kartu Skor Poedji Rochjati (KSPR)

### SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI

Nama: Ny. H Alamat: Jl. Gudhi daya  
 Umur Ibu: 28 tahun Kec. Kab:  
 Pendidikan: SMA Pekerjaan: Pelagang  
 Hamil Ke: 2 Hari Terakhir Igi: 12-2-23 Persalinan Persalinan Igi: 19-11-23

Periksa I  
 Untuk Kehamilan: ..... bln Di: PMB Rostiq

KEL	NO	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	Tribulan			
				I	II	III	IV
		Skor awal ibu hamil	2		2		
I	1	Terlalu muda, hamil $\leq$ 16 th	4				
	2	Terlalu tua, hamil $\geq$ 35 th	4				
	3	Terlalu lambat hamil I, hawan $\geq$ 4 th	4				
	4	Terlalu lahya hamil lagi ( $\geq$ 10 th)	4				
	5	Terlalu cepat hamil lagi ( $<$ 2 th)	4				
	6	Terlalu banyak anak, 4 / lebih	4				
	7	Terlalu tua, umur $\geq$ 35 th	4				
	8	Terlalu pendek $\leq$ 145 cm	4				
	9	Pernah gagal kehamilan	4				
	10	Pernah melahirkan dengan a. Tindakan tang. vakum b. Un drogoh c. Dilen intus / Transfus	4				
	16	Pernah Operasi Besar	8				
II	11	Penyakit pada ibu hamil a. Kurang Darah b. Malaria c. TBC Paru d. Payah Jantung e. Kencing Manis (Diabetes) 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	Pendarahan dalam kehamilan 2x	8				
	20	Preeklampsia Berat / Kejang-2	8				
		JUMLAH SKOR			2		

PENYULUHAN KEHAMILAN PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA

KEHAMILAN		KEHAMILAN DENGAN RISIKO					
JML SKOR	JML PERAWA TAN	RUJUK KAH	TEMPAT	PENLOLO NG	RUJUKAN		
					ROB	RBR	RTW
6-12	KR	BIDAN DOKTER	BIDAN PMB	POLIKES PEM-PS	BIDAN DOKTER		
13-20	KR	DOKTER	POMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER		

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

Persalinan Melahirkan tanggal: 11/11/2023

RUJUK DARI	1. Sendi 2. Dukun 3. Bidan 4. Puskesmas	RUJUK KE	1. Bidan 2. Puskesmas 3. RS
------------	--	----------	-----------------------------------

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

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

Gawat Obsteetri: **Kel. Faktor Resiko I & II**  
 1. Perdarahan antepartum

**Komplikasi Obsteetri**  
 3. Perdarahan postpartum  
 4. Un tertinggal  
 5. Persalinan Lama

<b>TEMPAT:</b>	<b>PENLOLOW:</b>	<b>MACAM PERSALINAN</b>
1. Rumah Ibu 2. Rumah Bidan 3. Polides 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Perjalanan	1. Dukun 2. Bidan 3. Dokter 4. Lain-lain	1. Normal 2. Tindakan Pergnamin 3. Operasi Sesar

**PASCA PERSALINAN:**

**IBU:**

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

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

**BAYI:**

1. Berat lahir: 3150 gram, Laki-2 / Perempuan  
 2. Lahir hidup: APGAR Skor  
 3. Lahir mati, penyebab  
 4. Mati kemudian, umur \_\_\_\_\_ th, 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

Lampiran 6 : Penapisan Persalinan

PENAPISAN IBU BERSALIN  
DETEKSI KEMUNGKINAN KOMPLIKASI GAWAT

NAMA : Ny. H

TANGGAL : 11 November 2023

JAM : 11.00

NO	PENYULIT	YA	TIDAK
1	Riwayat SC		✓
2	Perdarahan Pervaginam		✓
3	Persalinan Kurang Bulan (<37 Minggu)		✓
4	Ketuban Pecah Dengan Mekonium Kental		✓
5	Ketuban Pecah Selama (>24 Jam)		✓
6	Ketuban Pecah Pada Persalinan Kurang Bulan (<37 Minggu)		✓
7	Ikterus		✓
8	Anemia Berat		✓
9	Tanda/Gejala Infeksi		✓
10	Preeklamsia / Hipertensi Dalam Kehamilan		✓
11	Gawat Janin		✓
12	Gawat Janin		✓
13	Primipara Dalam Fase Aktif Kepala Masih 5/5		✓
14	Presentasi Bukan Belakang Kepala		✓
15	Presentasi Ganda (Majemuk)		✓
16	Kehamilan Ganda Atau Gammeli		✓
17	Tali Pusat Menumbang		✓
18	Syok		✓





**CATATAN PERSALINAN**

- Tanggal: 11 November 2023
- Nama bidan: ROSTA IS. TR. FPD
- Tempat Persalinan:
  - Rumah Ibu  Puskesmas
  - Polindes  Rumah Sakit
  - Klinik Swasta  Lainnya
- Alamat tempat persalinan: Di Taman Farfa
- Catatan:  rujuk, kala: I/II/III/IV
- Alasan merujuk:
- Tempat rujukan:
- Pendamping pada saat merujuk:
  - Bidan  Teman
  - Suami  Dukun
  - Keluarga  Tidak ada

**KALA I**

- Partogram melewati garis waspada: G/T
- Masalah lain, sebutkan: HIS tidak teratur
- Penatalaksanaan masalah Tsb: Pantau Ibu
- Hasilnya: lahir normal

**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 im?
  - Ya, waktu: 10 menit sesudah persalinan
  - Tidak, alasan: /
- Pemberian ulang Oksitosin (2x)?
  - Ya, alasan: /
  - Tidak
- Pengangan 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	21.00	110/70	80	3615	2JR ↓ Pst	Baik	Tidak penuh	10 cc
	21.23	110/70	70		2JR ↓ Pst	Baik	Tidak penuh	20 cc
	21.38	110/70	70		2JR ↓ Pst	Baik	Tidak penuh	10 cc
	21.53	113/80	80		2JR ↓ Pst	Baik	Tidak penuh	10 cc
2	22.23	113/80	82	3616	2JR ↓ Pst	Baik	Tidak penuh	10 cc
	22.53	100/70	83		2JR ↓ Pst	Baik	Tidak penuh	10 cc

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  
 Tindakan:
    - Ya, tindakan: /
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Laserasi: Mukosa Uterus  
 Jika laserasi perineum, derajat: 1(2) 3/4  
 Tindakan:
    - Perjahitan, dengan / tanpa anestesi
    - Tidak dijahit, alasan: /
  - Atoni uteri:
    - Ya, tindakan: /
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Jumlah perdarahan: 100 ml
  - Masalah lain, sebutkan: /
  - Penatalaksanaan masalah tersebut: /
  - Hasilnya: /
- BAYI BARU LAHIR:**
- Berat badan: 3150 gram
  - Panjang: 49 cm
  - Jenis kelamin: L (P)
  - Penilaian bayi baru lahir: baik, ada penyulit
  - Bayi lahir:
    - Normal, tindakan:
      - mengeringkan
      - menghancurkan
      - rangsang taktil
      - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
    - Asfiksia ringan/pucat/biru/lemas, tindakan:
      - mengeringkan  bebaskan jalan napas
      - rangsang taktil  menghancurkan
      - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
      - lain - lain sebutkan: /
  - Cacat bawaan, sebutkan: /
  - Hipotermi, tindakan:
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Pemberian ASI: 1 jam setelah bayi lahir
    - Ya, waktu: 1 jam setelah bayi lahir
    - Tidak, alasan: /
  - Masalah lain, sebutkan: /
  - Hasilnya: /

Lampiran 8 : Lembar *Edinburg Postnatal Depression Scale (EPDS)*



KUESIONER

EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)

**Bagaimana perasaan Anda ?**

Karena Anda baru saja melahirkan, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan Anda sekarang. Silahkan mencentang jawaban yang paling mirip dengan **perasaan Anda selama 7 hari terakhir**, tidak hanya perasaan Anda hari ini. Berikut adalah satu contoh yang sudah dijawab:

Saya merasa senang :

Ya, hampir setiap saat

Ya, sering

Kadang-kadang

Tidak pernah sama sekali

Hal ini berarti : "sepanjang minggu lalu, saya sering merasa senang".

Silahkan menjawab pertanyaan-pertanyaan berikut sebagaimana di atas.

1. Saya bisa tertawa dan melihat sisi lucu dari berbagai hal :

<input checked="" type="checkbox"/> Ya, seperti biasanya	0
<input type="checkbox"/> Sekarang tidak terlalu sering	
<input type="checkbox"/> Sekarang agak jarang	
<input type="checkbox"/> Tidak sama sekali	

2. Saya memandang masa depan dengan penuh harapan :

<input checked="" type="checkbox"/> Seperti yang pernah saya lakukan dulu	0
<input type="checkbox"/> Agak kurang dari biasanya	
<input type="checkbox"/> Jelas kurang dari biasanya	
<input type="checkbox"/> Hampir tidak sama sekali	

3. Saya menyalahkan diri saya sendiri ketika ada hal-hal yang salah\* :

<input type="checkbox"/> Ya, hampir selalu	0
<input type="checkbox"/> Ya, kadang-kadang	
<input type="checkbox"/> Tidak terlalu sering	
<input checked="" type="checkbox"/> Tidak, tidak pernah	

4. Saya cemas atau khawatir tanpa alasan yang jelas :

<input type="checkbox"/> Tidak, tidak sama sekali	2
<input type="checkbox"/> Hampir tidak pernah	
<input checked="" type="checkbox"/> Ya, kadang-kadang	
<input type="checkbox"/> Ya, sangat sering	



5. Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang sangat jelas* :		
3	Ya, cukup sering	1
2	Ya, kadang-kadang	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak sering	
0	Tidak, tidak sama sekali	

6. Banyak hal menjadi beban untuk saya* :		
3	Ya, sering kali saya tidak dapat mengatasinya	0
2	Ya, kadang saya tidak dapat mengatasi seperti biasanya	
1	Tidak, saya hampir selalu dapat mengatasinya dengan baik	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, saya selalu dapat mengatasinya dengan baik seperti biasanya	

7. Saya merasa tidak bahagia sehingga sulit tidur* :		
3	Ya, sering kali	0
2	Ya, kadang-kadang	
1	Tidak terlalu sering	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak sama sekali	

8. Saya merasa sedih atau menderita* :		
3	Ya, sering kali	0
2	Ya, cukup sering	
1	Tidak terlalu sering	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak sama sekali	

9. Saya merasa sangat tidak senang sehingga saya sering menangis* :		
3	Ya, sering kali	0
2	Ya, cukup sering	
1	Hanya sesekali	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak pernah	

10. Pikiran untuk menyakiti diri sendiri telah terfikir oleh saya** :		
3	Ya, cukup sering	0
2	Kadang-kadang	
1	Hampir tidak pernah	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak pernah	

TOTAL SKOR

3

*The Royal College of Psychiatrists 1987. From Cax, JL, Holden, JM, Sagovsky, R (1987). Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. British Journal of Psychiatry. 150, 782-786. Reprinted with permission.*

Program Pendidikan Profesi Bidan (Sarjana Terapan dan Profesi) STIKIP



# MANFAAT PIJAT BAYI

## Pijat bayi

Sentuhan atau pijatan pada bayi meningkatkan nafsu makan dan berat badannya. Tindakan ini juga akan mempererat tali kasih antara orangtua dan anak, serta menjadi dasar positif bagi pertumbuhan emosi dan fisik bayi.

**MENGAPA?**

**Pengertian pijat bayi**

SUATU SENTUHAN YANG MEMBERI BANYAK MANFAAT PADA PERKEMBANGAN BAYI. BAIK SECARA FISIK MAUPUN SECARA EMOSIONAL.

- Sebagai bahasa cinta sentuhan.
- Meningkatkan daya tahan tubuh.
- Memperbaiki peredaran darah dan pemapasan.
- Merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan
- Meningkatkan kenaikan berat badan.
- Mengurangi stress dan ketegangan serta rasa sakit.
- Membuat tidur lelap
- Mengurangi perut kembung dan sakit perut
- Meningkatkan hubungan batin antara orangtua dan bayi

**AUDRY ZESIKA PUTRI**  
**JURUSAN KEBIDANAN**  
**Poltekkes Kemenkes RIAU**






### LANGKAH-LANGKAH PIJAT BAYI

#### 1. Kaki

- Pegang kaki pada pangkal paha, gerakan tangan ke bawah secara bergantian, seperti memerah susu
- Tekan seluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke ibu jari
- Pegang pergelangan kaki, gerakan tangan
- bergantian ke pangkal paha
- Pegang pangkal paha, buatlah gerakan menggulung kearah pergelangan kaki
- Rapatkan kaki, letakkan tangan dipaha dan usap ke pergelangan kaki



#### 3. Dada

- Letakkan kedua tangan di dada bayi, lakukan gerakan membentuk lambang jantung Kedua tangan di dada bayi.
- lakukan gerakan menyilang, gerakan ke bawah secara bergantian dan menyilang



#### 2. Perut

- Letakkan kedua tangan di perut bayi, gerakan ke atas bawah secara bergantian
- Letakkan kedua ibu jari, disisi kanan dan kiri
- pusar, gerakan kesamping
- Letakkan tangan kiri dibawah pusar, tangan kanan diatas pusar, lakukan gerakan memutar searah jarum jam secara bersamaan Gerakan "I Love You"
- Letakkan ibu jari pada sisi kanan perut bayi,
- kemudian gerakan jari ke kiri



#### 4. Tangan

- Pegang tangan dan pangkal, gerakan tangan ke bawah secara bergantian, seperti memerah susu Tekan-tekanlah kedua ibu jari secara bersamaan di seluruh permukaan telapak tangan dan jari
- Pegang pergelangan tangan, gerakan tangan bergantian kepangkal
- Pegang tangan di pangkal, buatlah gerakan menggulung kearah pergelangan



#### 5. Muka

- Letakkan jari, dibagian tengah dahi, gerakan ke samping sampai tepi/pelipis
- Lakukan gerakan yang sama untuk alis, hidung, mulut bagian atas, dagu
- Buatlah lingkaran kecil-kecil dengan menggunakan jari di bawah rahang bayi
- Tekan daerah belakang telinga dengan menggunakan jari, menuju dagu



#### 6. punggung

- Tengkurapkan bayi, dari arah samping, pijat sepanjang punggung, dengan gerakan maju mundur
- Pegang pergelangan kaki bayi, usap punggung bayi sampai tumit
- Dengan tekanan yang lembut, garuk punggung bayi sampai ke pantat





# SENAM HAMIL



OLEH:  
AUDRY ZESIKA PUTRI  
DEVIYA AZMIR  
SALMA DWI AFRIDA  
ZIDNI ILMAN AZIFAH

POLTEKKES KEMENKES RIAU  
TAHUN AJARAN 2023/2024

## 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.

Sebelum memutuskan mengikuti senam hamil, diskusikan kondisi kehamilan dengan **dokter** atau **bidan**.



## 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



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



3. Sikap merangkak, jarak antara kedua tangan sama dengan jarak antara kedua bahu. Keempat anggota tubuh tegak lurus pada lantai dengan badan dengan badan sejajar lantai.



4. 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 (ganjal dengan bantal). Lengan kanan ditekuk di depan dan lengan kiri letakkan di belakang.



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



7. Berbaring telentang, pegang kedua lutut dengan kedua tangan dan rileks. Lakukan kegiatan berikut: Buka mulut secukupnya, tarik nafas dalam semaksimal mungkin, ditiupkan. Mengejantah seperti buang air besar, gerakan badan ke bawah dan kedepan. Setelah tidak dapat menahan lelah, kembali.



7. Penolong melakukan pemijatan punggung dengan menggunakan kedua ibu jari di sisi tulang belakang mulai dari garis sejajar puting ke arah atas sampai ke leher selama 20-30 kali atau 10-15 menit



8. Gerakan tersebut diulang dengan arah dari garis tengah punggung ke arah bawah / tulang duduk sebanyak 20-30 kali atau selama 10-15 menit
9. Ibu dalam posisi duduk tegak, pakaikan handuk menutupi punggung
10. Ibu melakukan pengurutan payudara, tangan dilicinkan dengan minyak kelapa



11. Pemijatan ringan dilakukan searah jarum jam dengan menggunakan satu tangan dan tangan yang lain menyangga payudara
12. Lakukan kompres payudara dengan air hangat dan dingin pada kedua payudara secara bergantian masing-masing 10-15 menit
13. Merangsang pengeluaran puting terutama pada puting yang tidak menonjol



14. Membersihkan payudara dengan waslap
15. Mengeluarkan ASI secara manual dan diolesi ke seluruh areola dan puting



16. Ibu siap menyusui dan ASI siap diberikan

## PERAWATAN PAYUDARA SETELAH MELAHIRKAN



AUDRY ZESIKA PUTRI

### Mamfaat Perawatan Payudara

1. Menjaga kebersihan payudara
  - Mencegah terjadinya infeksi payudara
2.
  -
3. Memperbaiki puting susu sehingga bayi dapat menyusu dengan baik
4. Merangsang kelenjar air susu sehingga produksi ASI lancar
5. Mengatasi masalah pembengkakan payudara
6. Ibu lebih siap dan percaya diri untuk menyusui



### Apa saja yang perlu dipersiapkan ?

1. Waslap / handuk
  - Baskom 2 buah berisi air hangat dan dingin
  - Termos air panas
2. Kapas dan minyak kelapa pada tempatnya
3.
  -



### Hal yang perlu diperhatikan :

1. Lakukan perawatan payudara secara teratur
2. Jaga kebersihan payudara
  - Tidak cemas dan stress
3. Makan dengan makanan yang bergizi
  - Gunakan BH yang menyangga dan terbuat dari bahan katun
4.
  -
5.
  -
6.
  -



### Langkah - langkahnya :

1. Mempersiapkan alat yang diperlukan
  - Membuka pakaian atas ibu
2. Bila payudara bengkak dan sakit, lakukan
  - kompres hangat dan dingin pada payudara selama 15 menit
3.
  -



4. Mengatur posisi badan membungkuk dengan menggunakan bantal sebagai penyangga kepala
5. Meminta seorang menolong melakukan perawatan payudara
6. Licinkan kedua tangan penolong dengan minyak kelapa





## TANDA-TANDA BAHAYA PADA KEHAMILAN



AUDRY ZESIKA PUTRI

## Apa itu tanda bahaya pada kehamilan?



Tanda tanda bahaya pada kehamilan merupakan gejala berbahaya yang terjadi saat kehamilan dan dapat menyebabkan kematian baik pada ibu maupun pada janin jika tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi.

## Tanda bahaya kehamilan



- Keluarnya darah dari kemaluan
- Sakit kepala yang hebat Terjadi masalah pada penglihatan
- Bengkak pada muka atau tangan
- Nyeri pada perut yang hebat
- Janin kurang bergerak seperti biasa.
- Demam tinggi
- Sakit kepala yang hebat Muntah terus

## Tanda bahaya yang perlu segera dirujuk

1. Keluar darah dari jalan lahir/ kemaluan
2. Keluar air ketuban sebelum waktunya (Ketuban Pecah Dini-KPD)
3. Kejang
4. Gerakan janin tidak ada atau kurang (minimal 3x dlm 1 jam)



## Sikap yang harus dilakukan oleh ibu atau keluarga

- Jangan panik
- Mencari dan mempersiapkan transportasi
- Segera bawa ibu ketempat bidan, RS atau pelayanan kesehatan yang lain
- Siapkan donor darah jika diperlukan



## Cara mencegah atau mengantisipasi



- Lakukan pemeriksaan saat hamil secara rutin, minimal 4 kali
- Mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang
- Istirahat cukup Olahraga ringan
- Dukungan dari keluarga
- Hindari stress dengan tidak berfikir berat
- Jangan melakukan tindakan yang terlalu berat
- Bila timbul keluhan yang meresahkan segera pergi ke pelayanan kesehatan terdekat.

Posisi kaki kiri dipanjangkan, kaki kanan diteuk lalu dipanjangkan lagi, lakukan secara bergantian dengan kaki kiri dan kanan



Posisi kaki dipanjangkan keduanya, kemudian kaki kiri berjauhan dengan kaki kanan dan dirapatkan lagi, dilakukan secara bergantian dengan kaki kanan.



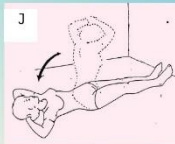
Posisi kaki diangkat keduanya secara tegap lurus lalu ditahan sebentar lalu diturunkan lagi.



Merangkak dengan tangan tepat dibawah bahu dan lutut tepat dibawah panggul



Posisi badan terlentang kemudian badan dan tangan dibawah kepala lalu diangkat kaki lurus kedepan dilakukan sampai beberapa kali.



## SENAM NIFAS



AUDRY ZESIKA PUTRI

D3 KEBIDANAN  
POLTEKKES KEMENKES RIAU  
2023

## SENAM NIFAS

*Senam nifas ialah senam yang bertujuan untuk mengembalikan otot-otot terutama rahim dan perut kekeadaan semula atau mendekati sebelum hamil.*

**Tujuan senam nifas :**

1. Mempercepat pemulihan kondisi tubuh setelah melahirkan pada kondisi semula seperti kondisi sebelum hamil.
2. Mencegah komplikasi yang mungkin timbul selama menjalani masa nifas
3. Memelihara dan memperkuat kekuatan otot perut, otot dasar panggul, serta otot pergerakan
4. Mempertancar terjadinya involusi uteri
5. Memperbaiki sirkulasi darah, skap tubuh setelah hamil dan melahirkan, tonus otot pelvis, regangan otot tungkai bawah.
6. Meningkatkan kesadaran untuk melakukan relaksasi otot dasar panggul.

### LANGKAH-LANGKAH SENAM NIFAS

Dengan mulut tertutup, tarik dan tiupkan nafas dengan lembut, juga cukup santai serta biarkan dinding perut naik dengan tarikan nafas dan turun dengan pengeluaran nafas.



Posisi tidur lurus, kedua tangan diangkat dan diluruskan ke atas kemudian telapak tangan saling bertepuk



Relaksasikan kedua kelompok otot dengan hati-hati dan kontraksikan otot-otot pinggang bawah untuk membuat saluran dibawahnya.



Posisi tidur, kaki diteuk keduanya, tangan sebelah kanan diletakkan di atas perut, tarik napas lalu kepala diangkat kemudian diturunkan lagi, lakukan sampai beberapa kali.



Posisi kaki sebelah kiri diteuk, kaki sebelah kanan dipanjangkan dan tangan sebelah kanan diangkat ke atas sambil leher diangkat sedikit keatas dilakukan smlbil bergantian dengan tangan kiri.






# Alat Kontrasepsi



**AUDRY ZESIKA PUTRI**  
**JURUSAN KEBIDANAN**  
**POLTEKKES**  
**KEMENKES RIAU**  
**2023**

## Apa Itu KB????

**KB atau Keluarga Berencana adalah suatu usaha untuk mengatur jumlah dan jarak antara kelahiran anak, guna meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga**



**MANFAAT KB (KELUARGA BERENCANA)**

- Menghindari kehamilan risiko tinggi
- Menurunkan angka kematian ibu dan bayi
- Meringankan beban ekonomi keluarga
- Membentuk keluarga bahagia sejahtera

**SIAPA YANG HARUS BER-KB ????**

Pasangan usia subur yaitu Usia 15-49 tahun yang ingin menunda kehamilan, menjarangkan kehamilan, atau mengakhiri kehamilan. (BKKBN, 2013)

## JENIS-JENIS KONTRASEPSI

### KONTRASEPSI

Merupakan cara, alat, obat-obatan yang digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan, antara lain:

1. PIL KB
2. KB Suntik
3. Implant/Susuk
4. IUD/Spiral
5. MANTAP/STERIL
6. Kondom

#### 1. PIL KB

Efektif bila digunakan dengan benar  
 Tidak mengganggu hubungan  
 Harus diminum setiap hari  
 Terdapat 2 macam:


1. **PIL KOMBINASI** (Berisi 2 hormon yaitu **estrogen dan Progesteron**)  
 TIDAK untuk ibu menyusui  
 Contoh: microgynon, mercilon, andalan, Diane, yasmin, dll
2. **MINI PIL** (Berisi 1 hormon yaitu Progesteron)  
 • Tidak mengganggu ASI, COCOK untuk ibu menyusui  
 • Dapat terjadi gangguan haid (siklus haid memendek/memanjang, tidak haid, perdarahan bercak).  
 -Contoh: exluton, microlut, dll



### 2. KB SUNTIK

Efektif tinggi, efek samping sedikit  
 Tidak mengganggu hubungan seksual  
 Terdapat 2 macam:

1. **Suntikan 1 Bulan**
  - Mengandung estrogen dan progesteron
  - Mengganggu produksi ASI
2. **Suntikan 3 bulan**
  - Mengandung progesteron saja
  - Tidak mengganggu produksi ASI
  - Dapat terjadi gangguan haid



### 3. KB IMPLANT/SUSUK

Dipasangi lengan atas bagian dalam.  
 Ada yang berisi 2 batang dan 1 batang. Efektif selama 3 tahun.

- Mengandung hormon progesteron.
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Dapat dicabut setiap saat sesuai kebutuhan & kembali kesuburan cepat
- Dapat terjadi perubahan pola haid
- Dapat terjadi perubahan berat badan



### 4. IUD (Intra Uterine Device) / SPIRAL

Spiral ditanam di dalam rahim pertemuan sel telur dengan sperma

- Efektivitas tinggi
- Jangka panjang (8-10 tahun)
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Tidak mempengaruhi berat badan
- Haid bisa lebih banyak



### 5. KONTRASEPSI MANTAP/STERIL

khusus digunakan untuk pasangan suami istri yang benar-benar tidak menginginkan tambah anak lagi.

- Dilakukan dg cara pembedahan (bisa bius lokal)
- Harus dilakukan oleh dokter terlatih
- Sangat efektif dan bersifat permanen
- Tidak ada efek samping

Contoh: Metode Operatif TUBEKTOMI (Wanita)  
 Metode Operatif VASEKTOMI (PRIA)



### 6. KONDOM

**Keuntungan:**

- Efektif bila digunakan dg benar
- Tidak mengganggu ASI
- Murah & mudah didapat
- Mencegah penyakit menular seksual

**Keterbatasan:**

- Efektivitas tidak terlalu tinggi
- Agak mengganggu hubungan seksual
- Bisa terjadi alergi bahas dasar
- kondom

**PENGUNAAN KONDOM WANITA**



**PENGUNAAN KONDOM PRIA**



**Kapan harus ber-KB??**  
 6 minggu setelah melahirkan Dalam 7 hari saat haid, Setiap saat jika tidak hamil



**AYO IKUT KB**  
**2 Anak Cukup**





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



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



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



## PIJAT OKSITOSIN

AUDRY ZESIKA PUTRI  
D3 KEBIDANAN  
POLTEKES KEMENKES RIAU  
2023

### Pengertian

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلانaran produksi ASI

### TUJUAN

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau reflex let down. Atau yang biasa disebut sebagai reaksi pengeluaran ASI.

### Manfaat

- Memberikan kenyamanan pada ibu
- Mengurangi bengkak (engorgement)
- Merangsang pelepasan hormon oksitosin
- Mengurangi sumbatan ASI



### ALAT-ALAT



### KAPAN ?

- Sebelum menyusui
- Saat pikiran ibu sedang pusing, badan pegal-pegal. Cukup 3-5 menit saja per sesi



### LANGKAH-LANGKAH

- 1 Lepaskan baju dan bra.
- 2 Ibu duduk rileks, tangan dilipat, kepala di atasnya
- 3 Pijat bagian belakang leher dengan gerakan memutar, diulang sebanyak 3x.



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



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

Lampiran 10 : Dokumentasi









