

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Pasien



Kementerian Kesehatan

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

Nomor : PP.04.03/3.5/ 031 /2024  
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

20 Maret 2024

Yang terhormat,  
Pimpinan PMB Siti Juleha  
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	Gusti Yesika Hasibuan	P032115401017	IIIA/ VI
2	Wenni Octea Nova Linda	P032115401040	IIIA/ VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Siti Juleha 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 : Siti Julacha, S.Tr.Keb**  
**Jalan Delima 7 No. 14, Pekanbaru, Riau**  
**Telp 081371217135**

Pekanbaru, 08 Mei 2024

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 : Siti Julacha, S.Tr.Keb  
Jabatan : Pimpinan Praktik Mandiri Bidan Siti Julacha Kota Pekanbaru

Menyatakan bahwa

Nama : Gusti Yesika Hasibuan  
NIM : P032115401017  
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. D di PMB Siti Julacha Kota Pekanbaru".

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Pimpinan PMB Siti Julacha  
  
Siti Julacha, S.Tr.Keb

Lampiran 3 Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Klien / Pasien

**SURAT PERNYATAAN  
PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIEN**

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya

Nama : Delima  
Umur :33 Tahun  
Pekerjaan :IRT  
Alamat :Widia Graha 3 Q No 20

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa setelah memahami 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 :Gusti Yesika Hasibuan  
NIM :P032115401017  
Judul :Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. D Di PMB Siti Julacha  
Kota Pekanbaru

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.


Pekanbaru, 16 September 2023

Yang Menyetujui,

Suami/ Keluarga

  
(Onik)

Mahasiswa

  
(Delima)













Klien/Pasien

  
(Gusti Yesika Hasibuan)

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 : Gusti Yesika Hasibuan  
NIM : P032115401017  
Judul LTA : Asuhan kebidanan Komprehensif pada Ny.D di Praktik  
Mandiri Bidan Siti Julaeha Kota Pekanbaru  
Pembimbing : Yan Sartika, SST., Bdn., M.Keb.

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	29-04-2024	BAB 1	Perbaiki sesuai arahan		
2.	06-05-2024	BAB 1-2	Perbaiki sesuai arahan		
3.	07-05-2024	BAB 2-4	Perbaiki sesuai arahan		
4.	14-05-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		
5.	15-05-2024	BAB 1-5	ACC UJIAN PRA HASIL		
6.	05-06-2024	BAB 4	Perbaiki sesuai arahan		



7.	06-06-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		
8.	12-06-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		
9.	13-06-2024	BAB 1-5	ACC SEMINAR HASIL LTA		
10.	19-07-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		
11.	22-07-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		
12.	23-07-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		
13.	23-07-2024	BAB 1-5	ACC REVISI		

Pekanbaru, 25 Juli 2024






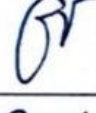
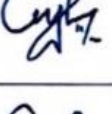
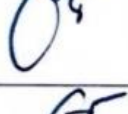
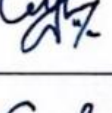

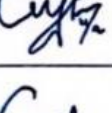
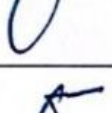
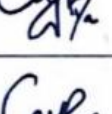

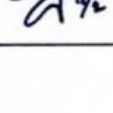
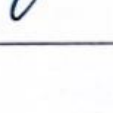
Pembimbing Utama











**Yan Sartika, SST,Bdn.,M.Keb.**  
**NIP.198001232002122001**

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

Nama mahasiswa : Gusti Yesika Hasibuan  
 NIM : P032115401017  
 Judul LTA : Asuhan kebidanan Komprehensif pada Ny.D di Praktik  
 Mandiri Bidan Siti Julacha Kota Pekanbaru  
 Pembimbing : Fathunikmah, S.Pd., M.Biomed

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	02-05-2024	BAB 1	Perbaiki sesuai arahan		
2.	03-05-2024	BAB 2	Perbaiki sesuai arahan		
3.	06-05-2024	BAB 1-4	Perbaiki sesuai arahan		
4.	13-05-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		
5.	14-05-2024	BAB 4	Perbaiki sesuai arahan		
6.	15-05-2024	BAB 1-5	ACC UJIAN PRA HASIL		
7.	12-06-2024	BAB 1-4	Perbaiki sesuai arahan		
8.	13-06-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		

9.	14-06-2024	BAB 1-5	ACC MAJU SIDANG HASIL LTA		
10.	23-07-2024	BAB 1-5	Perbaiki sesuai arahan		
11.	24-07-2024	BAB 4	Perbaiki sesuai arahan		
12.	25-07-2024	BAB 1-5	ACC REVISI		

Pekanbaru, 25 Juli 2024

Pembimbing Pendamping



**Fathunikmah, S.Pd., M.Biomed**  
**NIP. 196412061995032001**

Lampiran 5 Formulir Kartu Skor Poedji Rochjati (KSPR)

**Kartu Skor Poedji Rochjati  
Perencanaan Persalinan Aman**

I KEL. F.R.	II NO.	III Masalah / Faktor Resiko	SKOR	IV Trivulan			
				I	II	III.1	III.2
		Skor Awal Ibu Hamil	2			2	
I	1	Terlalu muda hamil I $\leq 16$ Tahun	4				
	2	Terlalu tua hamil I $\geq 35$ Tahun	4				
		Terlalu lambat hamil I kawin $\geq 4$ Tahun	4				
	3	Terlalu lama hamil lagi $> 10$ Tahun	4				
	4	Terlalu cepat hamil lagi $\leq 2$ Tahun	4				
	5	Terlalu banyak anak, 4 atau lebih	4				
	6	Terlalu tua umur $\geq 35$ Tahun	4				
	7	Terlalu pendek $\geq 145$ cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah melahirkan dengan a. terikan tang/vakum b. uri dirogoh c. diberi infus/transfusi	4				
	10	Pernah operasi sesar	8				
II		Penyakit pada ibu hamil	4				
	11	Kencing Darah & Meluria	4				
		TBC Paru & Payu Jantung	4				
		Kencing Manis (Diabetes)	4				
		Penyakit Memular Seksual	4				
	12	Bengkak pada muka / tungkai dan tekanan darah tinggi.	4				
	13	Hamil kembar	4				
	14	Hydramnion	4				
15	Bayi mati dalam kandungan	4					
16	Kehamilan lebih bulan	4					
III	17	Letak sungsang	8				
	18	Letak Lintang	8				
	19	Perdarahan dalam kehamilan tel	8				
	20	Pre eklampsia/kejang-kejang	8				
<b>JUMLAH SKOR</b>						2	

**Perencanaan Persalinan Aman - Rujukan Terencana**

KEHAMILAN				KEHAMILAN DENGAN RESIKO				
JML. SKOR	STATUS KHMLN	PERAWA TAN	RUJUK AN	TEMPAT	PENO LONG	RUJUKAN		
						RDB	RDR	RTW
2	KRR	BIDAN	TDK DRUJUK	POLIN DES	BIDAN	✓	✓	✓
6 - 10	KRT	BIDAN	DRUJUK	PKM/R/S	BIDAN			
$\geq 12$	KRST	DOKTER	PKM/R/S RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER			



Lampiran 6 Lembar *Edinburg Postnatal Depression Scale* (EPDS)

**Kuesioner EPDS**

**Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)**

Nama : Ng. D  
Tanggal Lahir : 17 September 1990  
Tanggal Kelahiran bayi : 25 November 2023  
Alamat : Jl. Sribandi  
No. Telepon : 0813-2442-5332

---

Sebagaimana kehamilan atau proses persalinan yang baru saja anda alami, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan anda saat ini. Mohon memilih jawaban yang paling mendekati keadaan perasaan anda **DALAM 7 HARI TERAKHIR**, bukan hanya perasaan anda hari ini.

Dibawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya.

Saya merasa Bahagia:

- Ya, Setiap Saat  
 **Ya, Hampir setiap saat**  
 Tidak, tidak terlalu Sering  
 Tidak pernah sama sekali

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

Mohon dilengkapi pertanyaan lain dibawah ini dengan cara yang sama dengan memberi tanda  $\checkmark$  pada kotak sebelah kiri yang sesuai.

---

Dalam 7 hari terakhir:

1. Saya mampu teratawa dan merasakan hal hal yang menyenangkan

- Sebanyak yang saya bisa  
 Tidak terlalu banyak  
 Tidak banyak  
 Tidak sama sekali

2. Saya melihat segala sesuatu nya kedepan sangat menyenangkan


- Sebanyak sebelumnya  
 Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya  
 Kurang dibandingkan sebelumnya  
 Tidak sama sekali

3. \* Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagai mana mestinya
- Ya, setiap saat
  - Ya, kadang kadang
  - Tidak terlalu sering
  - Tidak pernah sama sekali
4. Saya merasa cemas atau merasa khawatir tanpa alasan yang jelas
- Tidak pernah sama sekali
  - Jarang jarang
  - Ya, kadang kadang
  - Ya, sering sekali
5. Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas
- Ya, cukup sering
  - Ya, kadang kadang
  - Tidak terlalu sering
  - Tidak pernah sama sekali
6. \* Segala ssuatunya terasa sulit untuk dikerjakan
- Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya
  - Ya, kadang kadang saya tidak mampu menangani seperti biasanya
  - Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tangani
  - Tidak pernah, saya mampu mengerjakan segala sesuatu dengan baik
7. \* Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur
- Ya, setiap saat
  - Ya, kadang kadang
  - Tidak terlalu sering
  - Tidak pernah sama sekali
8. \* Saya merasa sedih dan merasa diri saya menyedihkan
- Ya, setiap saat
  - Ya, cukup sering
  - Tidak terlalu sering
  - Tidak pernah sama sekali
9. \* Saya merasa tidak bahagia sehingga menyebabkan saya menangis
- Ya, setiap saat
  - Ya, cukup sering
  - Disaat tertentu saja
  - Tidak pernah sama sekali
10. \* Muncul pikiran untuk menyakiti diri saya sendiri
- Ya, cukup sering
  - Kadang kadang
  - Jarang sekali
  - Tidak pernah sama sekali

Diperiksa/ditelaah oleh : Gusti Yesiba Hasibuan Tanggal : 01-12-2023

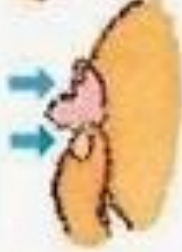
# Tehnik Pijat Payudara

**1 Pemanasan**  
Hangatkan payudara dengan handuk hangat selama 2 menit, 4-5 kali




**2 Mulai pemijatan**


**Puting**  
Pijat perlahan keatas dan kebawah.




**Areola**  
Pijat dengan perlahan ke arah atas & bawah dari kanan ke kiri (5-6 kali untuk tiap payudara)



**Payudara**  
Pijat melingkar mengikuti bundaran payudara (5-6 kali untuk tiap payudara)



**Dari ujung**  
Pijat bentuk melingkar dan spiral ke arah areola (3-4 kali untuk tiap payudara)





## APA ITU ASI EKSKLUSIF?

ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan hingga usianya 6 bulan, tanpa tambahan apapun, termasuk air putih, kecuali obat-obatan dan vitamin, ASI perah juga diperbolehkan.



## MANFAAT ASI

1. mengandung zat gizi sesuai kebutuhan bayi
2. melindungi bayi dari bakteri, menjadi antibodi
3. membantu memperbaiki refleks menghisap, menelan dan pernafasan bayi
4. membangun bonding antara ibu dan anak
5. mendukung perkembangan otak anak

## ASI LEBIH UNGGUL?

- aman dan terjamin kebersihannya
- lebih praktis
- tidak akan pernah basi
- murah dan tidak perlu biaya



Gusti Yesika Hasibuan  
P032115401017

## ASI EKSKLUSIF



## PEMBERIAN ASI PADA IBU YANG BEKERJA

- beri ASI sebelum berangkat bekerja
- keluarkan ASI pada malam hari pada dan siang hari pada saat berada di kantor sekitar 3-4 jam
- ASI disimpan dalam lemari pendingin
- ASI dohangatkan dengan merendam dalam air hangat
- berikan ASI dengan sendok/cangkir



## CARA MENINGKATKAN PRODUKSI ASI

- menyusui dengan frekuensi yang sering (makin sering menyusui, makin banyak ASI yang di produksi).
- pijat oksitosin.
- menjaga kebahagiaan ibu dan pikiran ibu.
- sebaiknya ASI dikeluarkan dengan tangan yang bersih.
- pastikan gizi ibu baik agar produksi ASI bagus.
- posisi isapan bayi yang benar (sebagian aerola masuk ke dalam mulut bayi).





## WAKTU PEMIJATAN

Pemijatan dapat dilakukan pada bayi usia 0-12 bulan. pemijatan dapat dilakukan 2kali sehari yaitu : pagi dan malam hari ( sebelum tidur )

## TEKNIK MEMIJAT BAYI

1. Wajah ( melemaskan otot wajah )  
pijat daerah di atas alis dengan kedua ibu jari menggunakan tekanan yang lembut, tarik garis dengan ibu jari dari arah hidung ke arah pipi. pijat sekitar area mulutnya dengan kedua ibu jari .

2. Dada ( memperkuat organ paru paru dan jantung )  
menggunakan teknik kupu kupu  
buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu kupu, dengan kedua tangan di tengah dada bayi, buat gerakan ke atas dan kesisi luar tubuh ,kemudian ke ulu hati tanpa mengangkat tangan , lalu pijat menyilang dari tengah dada ke arah bahu

## PENGERTIAN

Pijat bayi merupakan bahasa sentuhan.dengan pijat bayi , ibu dapat menenangkan dan menyamknkan bayi serta mengkomunikasikan cinta

## MANFAAT UTAMA

1. Membangun komunikasi
2. Mengurangi stress
3. mengurangi gangguan sakit
4. mengurangi nyeri

## MANFAAT BAGI ORANGTUA

1. Meningkatkan ASI
2. memahami isyarat bayi
3. meningkatkan percaya diri
4. memahami kebutuhan si kecil

## HAL HAL YANG TIDAK DI ANJURKAN SELAMA PEMIJATAN

1. Jangan memijat bayi setelah ia makan atau mengantuk
2. cobalah membuat suasana senyaman mungkin lakukan dalam bahasa suasana menyenangkan dengan di iringi suara musik atau senandung
3. tidak di ajurkan pemijatan langsung sehabis makan,membangunkan bayi untuk di pijat

PIJAT  
BAYI



Gusti Yesika Hasibuan

P032115401017

3. Perut ( meningkatkan sistem pencernaan dan mengurangi sembelit )

Pijat perut bayi dari atas ke bawah, lalu angkat kedua kaki bayi dan tekan lututnya perlahan lahan ke arah perut .

1. Pijatan " Matahari Bulan "
  - dengan tangan kanan, buatlah arah bulan separuh yang terbalik dari arah ke kiri ke kanan
  - tangan kanan di atas dan tangan kiri di bawah dan lanjutkan gerakan memutar mengikuti arah jarum jam dengan membentuk lingkaran penuh seperti matahari
  - rasakan gelembung angin lalu tekan lembut dengan jari anda searaj jarum jam

2. Pijatan " I love U "
  - usap perut sebelah kiri bayi dengan tangan kanan sembari membentuk huruf " I "
  - buat huruf " L " terbalik dari arah kiri ke depan
  - buatlah huruf " U " terbalik ke arah kiri ke kanan
  - bisikan ke telinga bayi dengan kata " I LOVE U "

4. tangan dan kaki ( menghilangkan ketegangan dan mempekuat tulang )

pijat tangan bayi dari bahu menuju pergelangan tangan,seperti memerah. lakukan gerakan kebalikan nya dari pergelangan tangan ke arah lengan,tarik lembut jari jari bayi dengan gerakan memutar. kedua ibu jari bergantian memijat permukaan telapak tangan dan punggung tangan . gunakan telapak tangan untuk membuat gerakan seperti menggulung

5. Punggung ( memperkuat otot untuk menyangga tulang belakang )  
teknik kupu - kupu :

- Buatlah gearakan diagonal seperti gamdenga aran kupu-kupu
- dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada/ulu hati ke arah baj=hu kanan dan kembali ke ulu hati.



" BIARKAN SI KECIL MENGENALI ANDA MELALUI SENTUHAN DAN PIJATAN LEMBUT YANG ANDA BERIKAN "

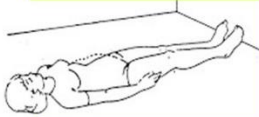


### INDIKASI SENAM NIFAS

1. Untuk ibu melahirkan yang sehat dan tidak ada kelainan
2. Senam ini dilakukan setelah 6 jam setelah persalinan normal dan 8 jam setelah persalinan Sectio Caesarea

### GERAKAN SENAM NIFAS HARI 1

1. Posisi tidur terlentang tangan dengan kedua kaki lurus ke depan
2. Tarik nafas (pernafasan perut) melalui hidung sambil merelaksasikan otot perut kemudian keluarkan perlahan
3. Tahan nafas selama 3-5 detik untuk relaksasi lakukan sebanyak 8x



### SENAM NIFAS

Senam nifas adalah senam yang dilakukan sejak hari pertama melahirkan setiap hari sampai hari yang kesepuluh, terdiri dari sederetan gerakan tubuh yang dilakukan untuk mempercepat pemulihan keadaan ibu.

### TUJUAN SENAM

1. Membantu mempercepat pemulihan keadaan ibu
2. Mempercepat proses involusi dan pemulihan fungsi alat kandungan
3. memulihkan kekuatan dan kekencangan otot-otot panggul, perut dan perenium
4. Memperlancar pengeluaran lochea
5. Membantu mengurangi rasa sakit pada otot-otot
6. Merelaksasikan otot-otot

Bunda ingin Sehat & Cantik ?????

Ayooo..... Senam Nifas

## SENAM NIFAS

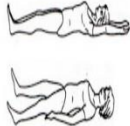


Gusti Yesika Hasibuan

P032115401017

### HARI KE 2

1. Posisi tidur terlentang dengan kedua kaki lurus ke depan
2. Kedua tangan ditarik lurus keatas. luruskan tangan sampai sejajar dada (posisi terlentang) Ulangi gerakan sebanyak 8x



### HARI KE 5

1. Posisi terlentang, kaki kiri ditekuk 45 derajat gerakan tangan kiri kearah kaki kanan, kepala ditekuk sampai dagu menyentuh dada.
2. Lakukan Gerakan Tersebut Secara Bergantian. Kerutkan otot sekitar anus ketika mengempiskan perut, atur pernafasan. Ulangi sebanyak 8x



### HARI KE 8

1. Posisi nungging. Nafas melalui pernafasan mulut.
2. Kerutkan anus tahan 5-10 hitungan, kemudian lepaskan
3. buang nafas saat melepaskan gerakan. Lakukan sebanyak 8x



### HARI KE 3

1. Posisi tidur terlentang. Kedua tangan berada di samping badan Kedua kaki ditekuk 45 derajat. Bokong diangkat ke atas Kembali ke posisi semula lakukan gerakan perlahan dan jangan menghentak



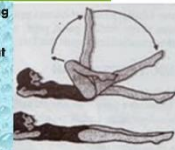
### HARI KE 6

1. Posisi tidur terlentang. lutut ditarik sampai keatas. kedua tangan disamping badan
2. Lakukan gerakan secara bergantian, ulangi sebanyak 8x



### HARI KE 9

1. Posisi tidur terlentang kedua tangan disamping badan Kedua kaki diangkat 90 derajat kemudian diturunkan secara perlahan. Atur pernafasan. Ulangi sebanyak 8x



### HARI KE 4

1. Posisi tidur terlentang, kaki ditekuk 45 derajat.
2. Tangan kanan diatas perut, kepala ditekuk sampai dagu menyentuh dada.
3. Gerakan anus dikerutkan. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali



### HARI KE 7

1. Posisi tidur terlentang kedua kaki lurus. kaki diangkat keatas dalam keadaan lurus
2. Turunkan kedua kaki secara perlahan. Atur pernafasan lakukan sebanyak 8x



### HARI KE 10

1. Posisi tidur terlentang kedua tangan ditekuk kebelakang kepala.
2. Bangun sampai posisi duduk dengan kedua tangan tetap ditekuk kebelakang
3. Atur pernafasan. Ulangi 8x





## PENGERTIAN KB

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

### Menurut WHO

adalah tindakan yang membantu individu pasangan suami istri untuk :

- Menghindari kelahiran yang tidak diinginkan
- Mendapatkan kelahiran yang memang diinginkan
- Mengatur interval di antara kehamilan
- Mengontrol waktu saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami istri
- Menentukan jumlah anak dalam keluarga

### TUJUAN PROGRAM KB

#### TUJUAN UMUM

Meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak dalam rangka mewujudkan keluarga kecil yang bahagia, sejahtera yang menjadi dasar terwujudnya masyarakat yang sejahtera.

#### TUJUAN KHUSUS

Menurunkan angka kelahiran setiap tahunnya

### MANFAAT KB

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

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

### 1. Pil KB kombinasi progestin dan estrogen



#### Kelebihan:

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

#### Kekurangan:

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

### 2. Kontrasepsi suntikan atau KB suntik

#### Kelebihan:

- Tidak mengganggu berhubungan
- Tidak mengganggu produksi ASI



#### Kekurangan:

- Kesuburan lama kembali
- Tidak melindungi dari PMS
- Kegemukan



### 3. Implant

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



#### Cara Kerja

- Mengentalkan lendir serviks
- Mengurangi proses pembentukan endometrium sehingga sulit terjadi
- implantasi
- Menekan ovulasi



#### Efektifitas

Sangat efektif (kegagalan 0,2-1 kehamilan per 100 perempuan)

#### Keuntungan

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

#### Kerugian

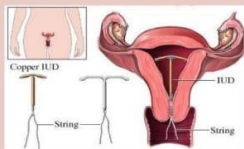
- Memerlukan tindakan insisi
- Tidak melindungi dari PMS
- Tidak dapat menghentikan pemakaian sendiri

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

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

#### Cara Kerja

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



#### Kelebihan:

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

#### Kekurangan:

- Tidak dapat mencegah PMS
- Harus datang ke tenaga kesehatan untuk memasang, melepas dan kontrol
- Mahal

#### Efek samping:

- Amenorhea
- Spotting/perdarahan bercak
- Nyeri

### 5. Kontrasepsi Mantap

Saluran telur pada wanita disumbat dengan cara diikat, dipotong atau dilaser. Sterilisasi pada wanita ini juga bisa dilakukan dengan pengangkatan rahim.

Sedangkan pada kaum pria, sterilisasi dilakukan dengan cara memotong saluran sperma. (HR, Siswosudarmo, H. Anwar, Moch, Emilia Ova, 2011).

### 6. Metode Kalender

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

#### Kelebihan:

- Murah
- Tidak menggunakan alat atau hormon

#### Kekurangan:

Kurang efektif, kegagalan metode ini pada tahun pertama mencapai 20%.

### 7. KB Alami (Menyusui)

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

#### Kelebihan:

Sama seperti sistem kalender.

#### Kekurangan:

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



RENCANAKAN KEHIDUPAN KELUARGA YANG BAIK DENGAN MENGIKUTI PROGRAM KB UNTUK MENCAPAI KELUARGA BERKUALITAS



Keluarga Berencana



Gusti Yesika Hasibuan

P032115401017



Lampiran 8 Dokumentasi Asuhan Kehamilan





Dokumentasi Asuhan Nifas



Dokumentasi Senam Nifas



## Dokumentasi Asuhan Neonatus



## Dokumentasi Pijat Bayi



## Dokumentasi Memandikan Bayi

