

Lampiran 1



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/ 024 /2024
Hal : Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

20 Maret 2024

Yang terhormat,
Pimpinan PMB Dince
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	MAULIA ERIYANI	P032115401023	III A/ VI
2	DAHLIANI PERMATA PUTRI SIREGAR	P032115401051	III B/ VI
3	VEBBY YULIA FAJRI	P032115401081	III B/ VI
4	MEISYA AURELLIA RAHMAT	P032115401065	III B/ VI
5	RAFHIKA RAMADHANI	P032115401071	III B/ VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Dince 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



PRAKTEK MANDIRI BIDAN
HJ. DINCE SAFRINA, SST, BD, MKM
Jl. Limbungan, Kec. Rumbai Pesisir, Kota Pekanbaru, Riau 28266

Pekanbaru, 25 Maret 2024

Nomor : 113 / SBPKLTA / III / 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 di bawah ini :

Nama : Hj. Dince Safrina, SST,Bd,MKM
Jabatan : Pimpinan PMB Hj. Dince Safrina, SST,Bd,MKM

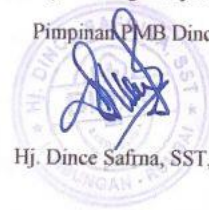
Menyatakan bahwa,

Nama : Vebby Yulia Fajri
NIM : P032115401081
Tingkat : III B
Semester : VI (Enam)

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

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana gunanya.

Pimpinan PMB Dince Safrina



Hj. Dince Safrina, SST, Bd, MKM

Lampiran 3

SURAT PERNYATAAN
PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIE

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Silvia Rahmayuni

Umur : 27 th

Pekerjaan : Karyawan Swasta

Alamat : Jl. Sembilang

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

Nama : Vebby Yulia Fajri

NIM : P032115401081

Judul : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. S di PMB Dince Kota Pekanbaru

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Pekanbaru, November 2023

Yang Menyatakan

Suami/keluarga



(WAHYUDI)

Klien/Pasien















(Silvia Rahmayuni)

Lampiran 4

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

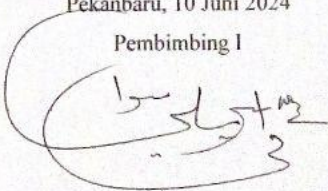
Nama mahasiswa : Vebby Yulia Fajri
 NIM : P032115401081
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. S di PMB Dince Safrina
 Pembimbing I : Elly Susilawati, SST,Bdn,M.Keb.

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	21-11-2023	Bimbingan Kunjungan Kehamilan Pasien LTA	Melanjutkan pemberian asuhan kepada pasien	U	Elly
2.	20-12-2023	Bimbingan Kunjungan Nifas pasien LTA	Melanjutkan pemberian asuhan kepada pasien	U	Elly
3.	21-12-2023	BAB I	Perbaiki pembuatan BAB I sesuai kasus	U	Elly
4.	18-03-2024	BAB I	Pembuatan BAB I dengan berurutan	U	Elly
5.	27-3-2024	BAB I – BAB IV	- BAB I tambahkan teori - BAB II perbaiki teori BAB III kerapian	U	Elly
6.	1-04-2024	BAB III – BAB IV	- BAB III jabarkan asuhan - BAB IV perbaiki asuhan	U	Elly
7.	3-04-2024	BAB III – BAB IV	Perbaiki susunan SOAP dan perbaiki kerapian	U	Elly
8.	19-04-2024	BAB IV	Perbaiki susunan SOAP dan pembahasan	U	Elly
9.	23-04-2024	BAB I – BAB IV	ACC PRA LTA	U	Elly

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
10.	13-05-2024	Revisi PRA LTA	Revisi BAB I – BAB V, tambahkan lampiran		
11.	17-05-24	Revisi PRA LTA	Perbaiki sesuai saran		
12.	20-05-2024	Konsul BAB I – BAB V	Tambahkan teori KB dan perbaiki SOAP sesuai aturan		
13.	21-05-2024	Revisi BAB I – BAB V	ACC Seminar Hasil		
14.	3-06-2024	Revisi Seminar Hasil	Perbaiki sesuai saran		
15.	10-06-2024	Revisi BAB I – BAB V	ACC		

Pekanbaru, 10 Juni 2024



















Pembimbing I









Elly Susilawati, SST,Bdn,M.Keb.

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

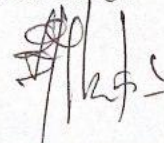
Nama mahasiswa : Vebby Yulia Fajri
 NIM : P032115401081
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. S di PMB Dince Safrina
 Pembimbing II : Findy Hindratni, SST, Bdn, M.Keb

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	27-03-2024	BAB I	Menambahkan BBL dan nifas di Latar Belakang		
2.	28-03-2024	Revisi BAB I – BAB V	Perbaiki kerapian		
3.	25-04-2024	BAB I – BAB V	Revisi SOAP dan dafpus		
4.	29-04-2024	BAB I – BAB V	ACC PRA LTA		
5.	13-05-2024	Revisi PRA LTA	Tambahkan lampiran		
6.	14-05-2024	Revisi	Perbaiki tata cara pembuatan referensi		
7.	16-05-2024	BAB I – BAB V	Perbaiki tata cara pembuatan Abstrak		
8.	17-05-2024	BAB IV	Perbaiki Susunan SOAP		
9.	21-05-2024	BAB I – BAB V	Kerapian dan pembuatan tabel		

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
10.	22-05-2024	BAB I – BAB V	ACC Seminar Hasil		
11.	3-06-2024	Revisi seminar hasil	Perbaiki dafpus dan perbaiki sesuai saran		
12.	10-06-2024	Konsul BAB I – BAB V	ACC		

Pekanbaru, 10 Juni 2024

Pembimbing II



Findy Hindratni, SST, Bdn, M.Keb

Lampiran 5

Lampiran 16

LEMBAR AUDIENCE UJIAN SIDANG PRA HASIL DAN HASIL LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA MAHASISWA : Vebby Yulia Fajri

NIMI : P032115401051

NO.	TANGGAL UJIAN	NAMA PESERTA UJIAN	JUDUL LTA	NAMA & TID KETUA SIDANG	KET
1.	Selasa 26-03-2024	Rizka Octaria	Asuhan komprehensif pd Ny. N di Klinik Pratama Jambu mauw Kotan Pekanbaru	Valyana fkm MKM	
2.	Rabu 27-03-24	Desvita Rahn Sahire	Asuhan kebidanan komprehensif pd Ny. di Klinik Pratama Tamem Sari 2	Fatigani Agenti, SST, Edn, M Kes	
3.	Rabu 27-03-24	Dahlani Permata Putri	Asuhan kebidanan komprehensif pd Ny. R di Pmb dance Sofrina	Ani Laila, SST, Edn, M Promed	
4.	Senin 1-04-24	Audry Zeska Putri	Asuhan kebidanan komprehensif pd Ny. H di Pmb restora kota Pekanbaru	Ani Laila, SST, Edn, M Promed	
5.	Rabu 3-04-24	Salsabila Hardiani	Asuhan kebidanan komprehensif pd Ny. R di Pmb yaluar, SST. Kota Pekanbaru	Yanah, SST, Edn, M Keb	
6.	Jumanah 19-04-24	Intan Allora	Asuhan kebidanan komprehensif pd Ny. W di Klinik Tamem Sari 4 kota Pekanbaru	Yanah, SST, Edn, M Keb	
7.	Kamis 16/5/24	Salma Anis Afrida	Asuhan kebidanan komprehensif pada Ny. N di Pmb darlana kota Pekanbaru	Lailipati, Sst, M Kes	
8.					

Lampiran 6

Kartu Skor Poedji Rochjati (KSPR)

Kelompok Faktor Risiko	No.	Masalah/Faktor Risiko	Skor	Nilai Skor
		Skor awal ibu hamil	2	2
I	1	Terlalu muda, hamil \leq 16 tahun	4	
	2	Terlalu tua, hamil \geq 35 tahun	4	
		Hamil pertama terlalu lambat (\geq 4 tahun)	4	
	3	Usia anak terkecil \geq 10 tahun	4	
	4	Usia anak terkecil $<$ 2 tahun	4	
	5	Mempunyai anak berjumlah 4 atau lebih	4	
	6	Hamil pada umur \geq 35 tahun	4	
	7	Tinggi badan \leq 145 cm	4	
	8	Pernah gagal hamil	4	
	9	Pernah melahirkan dengan tindakan		
		Tarikan tang/Vakum	4	
		Uri dirogoh/pengeluaran plasenta dengan tangan	4	
		Diberi infus/Transfusi	4	
	10	Pernah melakukan operasi sesar	8	
II	11	Riwayat penyakit pada ibu hamil	4	
		Kurang darah/anemia	4	
		Tuberkulosa paru	4	
		Kencing manis(Diabetes)	4	
		Penyakit menular seksual	4	
		Malaria	4	
		Payah jantung	4	
	12	Bengkak pada muka/tungkai, dan tekanan darah tinggi	4	
	13	Hamil kembar dua atau lebih	4	
	14	Hamil kembar air (Hydroamnion)	4	
15	Janin mati dalam kandungan	4		
16	Kehamilan lebih bulan	4		
17	Letak sungsang	8		
18	Letak lintang	8		
III	19	Pernah mengalami perdarahan dalam kehamilan ini	8	
	20	Preeklamsia berat/kejang-kejang	8	
		JUMLAH SKOR		2



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 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 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	1
<input type="checkbox"/> Ya, kadang-kadang	
<input type="checkbox"/> Tidak terlalu sering	
<input type="checkbox"/> Tidak, tidak pernah	

4. Saya cemas atau khawatir tanpa alasan yang jelas :	
<input type="checkbox"/> Tidak, tidak sama sekali	0
<input type="checkbox"/> Hampir tidak pernah	
<input 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	
1	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	
0	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	
0	Tidak, tidak sama sekali	

8. Saya merasa sedih atau menderita* :		
3	Ya, sering kali	0
2	Ya, cukup sering	
1	Tidak terlalu sering	
0	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	
0	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	
0	Tidak pernah	

TOTAL SKOR

2

The Royal College of Psychiatrists 1987. From Cox, 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.

Lampiran 8

1. Asuhan Kebidanan Kehamilan



2. Asuhan Kebidanan Persalinan



3. Asuhan Nifas dan Neonatus





6 ASI EKSKLUSIF bulan

Pengertian ASI Eksklusif

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

Manfaat ASI Eksklusif

1) Manfaat ASI Bagi Bayi

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

2) Manfaat ASI Untuk Ibu Menyusui

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

3) Manfaat ASI Untuk Keluarga

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

Keunggulan ASI Eksklusif diBandingkan Susu Formula

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

9 Hal yang Perlu diperhatikan saat pemberian ASI Perdana

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

Alasan Pemberian ASI Segera Setelah Bayi Lahir

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

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



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

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).



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).



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.



2. DADA

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



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).



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



TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA



Langkah-langkah perawatan

- Persiapan ibu
- 1). Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir
- 2). Buka pakailah
- 3). Persiapan alat :
 - a. Handuk
 - b. Kipas yang dibentuk bulat
 - c. Minyak kelapa atau baby oil
 - d. Waslap atau handuk kecil untuk kompres
 - e. Dua baskom masing-masing berisi air hangat dan air dingin
- Pelaksanaan
 1. Buka pakaian ibu
 2. Letakkan handuk di atas pangkuan ibu tutuplah payudara dengan handuk
 3. Buka handuk pada daerah payudara dan taruh di pundak
 4. Kompres puting susu dengan menggunakan kapas minyak selama 3-5 menit agar epitel yang lepas tidak menumpuk lalu bersihkan kerak-kerak pada puting susu
 5. Bersihkan dan tariklah puting susu keluar terutama untuk puting susu yang datar
 6. Ketuk-ketuk sekeliling puting susu dengan ujung-ujung jari

Payudara dikompres dengan air hangat lalu dingin secara bergantian kira-kira 5 menit (air hangat dahulu). Keringkan dengan handuk dan pakailah BH khusus yang dapat menopang dan menyangga payudara.

1. Pemanasan



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

Pengurutan I

Mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah pangkal ke arah puting susu.



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

Pengurutan II

Membuat gerakan memutar sambil menekan dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu (dilakukan 5-6 kali/20-30 kali) pada kedua payudara



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

Pengurutan III

Meletakkan kedua tangan diantara payudara, mengurut dari tengah ke atas sambil mengangkat kedua payudara dan lepaskan keduanya perlahan.



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

Perawatan Payudara



PASCA BERSALIN



RSUD TAMAN HUSADA BONTANG
Jl. Letjen. S. Parman No.1 Bontang
Tel. : 0548-22111, Fax. : 0548-29111
Tid-002 : 0548-23000
Web : rsud.bontangkota.go.id



Perawatan Payudara

Perawatan payudara pada masa nifas adalah suatu kebutuhan bagi ibu yang baru saja melahirkan. Masa nifas sendiri adalah selama enam minggu atau 40 hari setelah persalinan. Pada masa nifas perawatan payudara merupakan suatu tindakan yang sangat penting untuk merawat payudara terutama untuk memperlancar pengeluaran air susu ibu (ASI). Hal ini terjadi karena pada masa ini ibu mengalami perubahan fisik dan alat reproduksi yang kembali ke keadaan sebelum hamil, masa laktasi maupun perubahan psikologis untuk mendapatkan keturunan baru. Dengan melakukan perawatan yang tepat yang biasanya berupa pegurutan dan pemijatan menggunakan beberapa bahan dan alat-alat yang alami, diharapkan ibu merasa lebih nyaman menyusui bayinya.



Dengan melakukan perawatan payudara saat nifas diharapkan ibu dapat meningkatkan produksi ASI dengan merangsang kelenjar air susu. Payudara adalah satu-satunya penghasil ASI. Jika hal itu sudah terjadi maka dapat berdampak pada bayi. Selain itu, payudara ibu juga berisiko menjadi kendur setelah menyusui jika tidak langsung dirawat saat masa nifas.



Manfaat perawatan payudara

Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas untuk memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara dapat dilakukan dua kali sehari yaitu saat mandi pagi dan mandi sore. Berikut adalah manfaat perawatan payudara:

1. Memelihara kebersihan payudara sehingga bayi mudah menyusui pada ibunya
2. Melembutkan dan menguatkan puting susu sehingga bayi mudah menyusui
3. Mengurangi risiko luka saat bayi menyusui
4. Merangsang kelenjar air susu sehingga produksi ASI menjadi lancar
5. Untuk persiapan psikis ibu menyusui dan menjaga bentuk payudara

Akibat yang timbul jika tidak melakukan perawatan payudara

1. Anak susah menyusui karena payudara yang kotor
2. Puting susu tenggelam sehingga bayi susah menyusui
3. ASI menjadi lama keluar sehingga berdampak pada bayi
4. Produksi ASI terbatas karena kurang dirangsang melalui pemijatan dan pengurutan
5. Terjadi pembengkakan, peradangan pada payudara dan kulit payudara terutama pada bagian puting mudah lecet



PAYUDARA ANDA ADALAH SUMBER NUTRISI BAYI ANDA, JAGALAH AGAR TETAP BERSIH

APA ITU KB?

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

Manfaat KB

1. Menghindari kehamilan risiko tinggi
2. Menurunkan angka kematian ibu dan bayi
3. Meringankan beban ekonomi keluarga
4. Membentuk keluarga bahagia sejahtera



Pasangan usia subur yaitu usia 15-49 tahun yang ingin menunda kehamilan, menjarangkan kehamilan, atau mengakhiri kehamilan **BISA MELAKUKAN KB**

Metode KB :

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

1. Metode Laktasi
2. Kondom
3. Pil KB
4. KB suntik
5. Implant / Susuk
6. IUD / Spiral
7. Steril

KONTRASEPSI MANTAP (STERIL)

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

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

Contoh:Metode Operatif Wanita (MOW)
Metode Operatif Pria (MOP)




KELUARGA BERENCANA & KONTRASEPSI



Promosi Kesehatan RUMAH SAKIT UNIVERSITAS ANDALAS


Bekerja dengan ilmu,amal, dan spritual demi kemaslahatan pasien

rsr.unand.ac.id | Rumah Sakit Unand | rumahsakitunand | rumahsakitunand
Alamat : Komplek Kampus Unand Limau Manis Padang
Call Center : (0751) 8465000

MAL (Metode Amenore Laktasi)

Metode KB yg cocok untuk ibu nifas. Syaratnya :


- Menyusui bayi secara eksklusif setelah melahirkan (hanya ASI secara penuh, teratur, dan sesering mungkin)
- belum haid
- efektif hanya sampai 6 bulan



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 bahan dasar kondom

SUNTIK KB

- Efektivitas tinggi, efek samping sedikit
- Tidak mengganggu hubungan seksual

Terdapat 2 macam :

1. Suntikan 1 Bulan
 - Mengandung estrogen dan progesteron
 - Mengganggu produksi ASI
 - Harus datang setiap 1 bulan untuk suntik
2. Suntikan 3 bulan
 - Mengandung progesteron saja
 - Tidak mengganggu produksi ASI
 - Harus datang setiap 3 bulan untuk suntik
 - Dapat terjadi gangguan haid



PIL KB

- Efektif bila digunakan dengan benar
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Harus diminum setiap hari

Terdapat 2 macam:

1. PIL KOMBINASI (Berisi 2 hormon yaitu estrogen dan Progesteron)
 - TIDAK untuk ibu menyusui
 - Contoh : microgynon, mercilon, 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 : excludon, microlut, dll

IMPLANT/ SUSUK KB

Dipasang di 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

IUD (Intra Uterine Device) SPIRAL

Spiral ditanam di dalam rahim untuk mencegah 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

