

LAMPIRAN

Lampiran 1



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Riau

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

Nomor : PP.06.02/F.LII/3565/2024
Hal : Surat Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

1 November 2024

Yang terhormat,
Pimpinan PMB Rosita
Di
Pekanbaru

Sesuai dengan Kalender Akademik Semester Genap T.A 2024/2025 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	NIM	Nama	Tingkat / Semester
1	P03221540 1052	Cici Arlita Lingga	III B/ VI
2	P03221540 1012	Delima Wulandari	III A/ VI
3	P03221540 1060	Halimatu Rahmani	III B/ VI
4	P03221540 1022	Layas Cari	III A/ VI
5	P03221540 1044	Afifah Sulistiawati	III B/ VI
6	P03221540 1051	Ayu Safitri	III B/ VI
7	P03221540 1016	Emertha Natalia Br. Karo	III A/ VI
8	P03221540 1018	Gresya Agustina Tumip	III A/ VI
9	P03221540 1050	Astrit Puspita Sari	III B/ VI
10	P03221540 1033	Rindu Permata Sari	III A/ VI
11	P03221540 1071	Pija Sartika	III B/ VI
12	P03221540 1005	Andini Putri Warman	III A/ VI
13	P03221540 1006	Annisa Afistia	III A/ VI
14	P03221540 1024	Mazzaya Zalia Ramadhani	III A/ VI
15	P03221540 1081	Tiara Anggerwati	III B/ VI
16	P03221540 1100	Gita Salviana	III C/ VI
17	P03221540 1102	Helmi Hidayah	III C/ VI
18	P03221540 1026	Mutiara Sabrina	III A/ VI
19	P03221540 1001	Adelia Saraswati	III A/ VI
20	P03221540 1021	Ivo Lady Yolanda	III A/ VI
21	P03221540 1075	Riska Azizah Putri	III B/ VI
22	P03221540 1035	Sarah Firstary Jonita	III A/ VI
23	P03221540 1010	Celsy Isabel Panggabean	III A/ VI
24	P03221540 1039	Tiara Destrianti	III A/ VI
25	P03221540 1104	Juwita Ariani	III C/ VI
26	P03221540 1105	Linda Alfiani Putri	III C/ VI
25	P03221540 1028	Nurhazizah Harahap	III A/ VI
26	P03221540 1069	Natasyah Nabilah Putri	III B/ VI
27	P03221540 1085	Aisyah Putri Pinasih	III C/ VI
28	P03221540 1064	Lili Isnaya Rifananda Haris	III B/ VI
29	P03221540 1108	Mutiara Ivonicha	III C/ VI
30	P03221540 1091	Aulia Safaat	III C/ VI
31	P03221540 1037	Sofia	III A/ VI
32	P03221540 1038	Suhaila	III A/ VI
33	P03221540 1077	Sesaria Maretha Putri	III B/ VI
34	P03221540 1036	Silvia Rahma Aida	III A/ VI

No	NIM	Nama	Tingkat / Semester
35	P03221540 1074	Resi	III B/ VI
36	P03221540 1123	Widya Chantika	III C/ VI
37	P03221540 1078	Siti Marhamah Ramadani	III B/ VI
38	P03221540 1079	Sri Bulan	III B/ VI
39	P03221540 1080	Syahnaz Khairunnisa	III B/ 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.

Direktur Politeknik Kesehatan Riau



Rully Hevrialni

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>
Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 2

PRAKTEK MANDIRI BIDAN ROSITA S, Tr.Keb
JL. TAMAN KARYA, KEC. TAMPAN, KOTA PEKANBARU
TELP 081378366648

Pekanbaru, 04 November 2024

Nomor : 26 / BPM - RST / 2025
Lampiran : 1 (satu) Berkas
Hal : Surat Balasan Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir (LTA)

Kepada Yth,
Ketua Jurusan Kebidanan Kemenkes Poltekkes Riau
di Pekanbaru

Dengan Hormat,

Yang bertanda tangan di bawah ini ;

Nama : Rosita, S,Tr.Keb
Jabatan : Pimpinan PMB Rosita Kota Pekanbaru

Menyatakan bahwa;

Nama : Silvia Rahma Aida
NIM : P032215401036
Tingkat : III A
Semester : VI (Enam)

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

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pimpinan PMB Rosita



Lampiran 3

**SURAT LEMBAR PERSETUJUAN
PASIHEN ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rika Yulia Fitri

Umur : 34 tahun

Pekerjaan : IRT

Alamat : Jalan Suka Makmur, Kec. Tambang, Kabupaten Kampar

Hubungan dengan pasien (suami) :

Nama : Dasri Anjoni

Umur : 35 tahun

Pekerjaan : Karyawan Swasta

Alamat : Jalan Suka Makmur, Kec. Tambang, Kabupaten Kampar

Dengan ini menyatakan dan menyetujui, saya/istri/anak/saudara bersedia untuk menjadi pasien asuhan kebidanan komprehensif mahasiswa Tingkat 3 (tiga) Program Studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau atas nama (Silvia Rahma Aida) tanpa adanya paksaan, dan semua ketentuan dan tindakan serta asuhan yang akan dilakukan telah dijelaskan dan sudah dipahami.

Pekanbaru, 04 November 2024

Mengetahui,

Mahasiswa,



(Silvia Rahma Aida)

Pasien,



(Rika Yulia Fitri)

Saksi/suami,



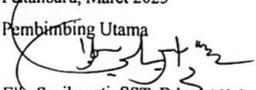
(Dasri Anjoni)

Lampiran 4

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

Nama mahasiswa : Silvia Rahma Aida
 NIM : P032215401036
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.R Di PMB Rosita Kota Pekanbaru
 Pembimbing : Elly Susilawati, SST, Bdn, M.Keb

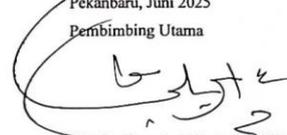
NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	5/6/2025	- BAB 1 - BAB 2	Revisi	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
2.	20/6/2025	- BAB 1 - BAB 2	- Revisi	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
3.	24/6/2025	- BAB 4 - BAB 1	- Revisi - ACC	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
4.	12/09-2025	- BAB 4	Revisi	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
5.	15/09-2025	- BAB 4 - BAB 5	Revisi	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
6.	28/09-2025		Acc	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
7.	19/10-2025	Membuat PPT	Revisi	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
8.	20/05-2025	PPT	Acc	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>

Pekanbaru, Maret 2025
 Pembimbing Utama

 Elly Susilawati, SST, Bdn, M.Keb

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

Nama mahasiswa : Silvia Rahma Aida
 NIM : P032215401036
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.R Di PMB Rosita Kota Pekanbaru
 Pembimbing : Elly Susilawati, SST, Bdn, M.Keb

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	26/05-2025	Revisi Prz LTA		<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
2.	27/05-2025	- Abstrak - BAB I-IV	Revisi	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
3.	28/05-2025	BAB IV Daftar pustaka	Revisi	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>
4.	03/06-2025		Acc	<i>Stuif</i>	<i>Elly</i>

Pekanbaru, Juni 2025
 Pembimbing Utama

 Elly Susilawati, SST, Bdn, M.Keb

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

Nama mahasiswa : Silvia Rahma Aida
 NIM : P032215401036
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.R Di PMB Rosita Kota Pekanbaru
 Pembimbing : Lailiyana, SKM, MKM

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	11/04/25		Sebuti aspi, spm, penunjan e Dapur Rukha		
2.	14/04/25		Prinsip pemeliharaan isi basal (makanan) dan penangan kolon		
3.	16/04/25		Pembacaan lampiran dan buku daftar pustaka		
4.	19/04/25		Acc uji		

Pekanbaru, Maret 2025
 Pembimbing Pendamping

Lailiyana, SKM, MKM

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

Nama mahasiswa : Silvia Rahma Aida
 NIM : P032215401036
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.R Di PMB Rosita Kota Pekanbaru
 Pembimbing : Lailiyana, SKM, MKM

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	2/2025	2025 1-0	Prinsip aspi, aspi, dan daftar pustaka. materi ISOL aspi		
2.	3/2025	2025 1-0	Prinsip aspi dan daftar pustaka		
3.	4/2025	2025 1-0	Acc uji		
4.					

Pekanbaru, Juni 2025
 Pembimbing Pendamping

Lailiyana, SKM, MKM

Lampiran 5

SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI

Nama : NY. R Alamat : Jl. Sukamatemur
 Umur Ibu : 39 tahun Kec/Kab : Lembang / Lembang
 Pendidikan : SMA Pekerjaan : IRT
 Hamil Ke : 3 Hari Terakhir tgl : 15/02/2019 Perkiraan Persalinan tgl : 22-12-2019
Periksa I
 Umur Kehamilan : 8 bin Di : PMB Rosta

KEL	NO.	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	IV			
				Tribulan			
F.R.				I	II	III.1	III.2
		Skor awal ibu hamil	2				
I	1	Tertalu muda, hamil ≤ 16 th	4				
	2	Tertalu tua, hamil ≥ 35 th	4				
		Tertalu lambat hamil I, kawin ≥ 4 th	4				
	3	Tertalu lama hamil lagi (≥ 10 th)	4				
	4	Tertalu cepat hamil lagi (< 2 th)	4				
	5	Tertalu banyak anak, 4 / lebih	4				
	6	Tertalu tua, umur ≥ 35 th	4				
	7	Tertalu pendek ≤ 145 cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah melahirkan dengan :					
	a. Tarikan tang / vakum	4					
	b. Un drogoh	4					
	c. Diberi infus / Transfusi	4					
	10. Pernah Operasi Sesar	8					
II	11	Penyakit pada ibu hamil :					
		a. Kurang Darah b. Malaria	4				
		c. TBC Paru d. Payah Jantung	4				
		e. Kencing Manis (Diabetes)	4				
		f. Penyakit Menular Seksual	4				
	12	Bengkak pada muka/tungkai dan tekanan darah tinggi	4				
13	Hamil kembar 2 atau lebih	4					
14	Hamil kembar air (Hydramnion)	4					
15	Bayi mati dalam kandungan	4					
16	Kehamilan lebih bulan	4					
17	Letak sungsang	8					
18	Letak lintang	8					
19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8					
20	Preeklampsia Berat / Kejang-2	8					
		JUMLAH SKOR	2				

PENYULUHAN KEHAMILAN PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA

KEHAMILAN				KEHAMILAN DENGAN RISIKO				
JML SKOR	JML SKOR	PERAWA TAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN		
						RDB	RDR	RTW
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES PKM / RS	BIDAN DOKTER			
≥ 12	KRST	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER			

KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI' PERENCANAAN PERSALINAN AMAN

Persalinan Melahirkan tanggal :

RUJUK DARI : 1. Sendiri 2. Dukun 3. Bidan 4. Puskesmas
RUJUK KE : 1. Bidan 2. Puskesmas 3. RS

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

Gawat Obstetrik : Kel. Faktor Resiko I & II
Gawat Obstetrik : Kel. Faktor Resiko I & II

1.
 2.
 3.
 4.
 5.
 6.
1. Perdarahan antepartum
 3. Perdarahan postpartum
 4. Uri tertinggal
 5. Persalinan Lama

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

PASCA PERSALINAN : **IBU :** **TEMPAT KEMATIAN IBU**

1. Hidup
 2. Mati dengan penyebab
 a. Perdarahan b. Preeklampsia/Eklampsia
 c. Partus Lama d. Infeksi e. Lain-2....
1. Rumah Ibu
 2. Rumah Bidan
 3. Polindes
 4. Puskesmas
 5. Rumah Sakit
 6. Perjalanan

BAYI :
 1. Berat lahir : gram, Laki-2 / Perempuan
 2. Lahir hidup : APGAR Skor
 3. Lahir mati, penyebab
 4. Mati kemudian, umur hr, penyebab
 5. Kelainan bawaan : tidak ada / ada

KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (42 Hari Pasca Salin)

1. Sehat 2. Sakit 3. Mati, penyebab

Keluarga Berencana 1. Ya Sterilisasi

Kategori Keluarga Miskin 1. Ya 2. Tidak

Lampiran 6

26 Penapisan Perslinan

No.	Penyulit	Ya	Tidak
1.	Riwayat bedah sesar		✓
2.	Perdarahan pervaginam		✓
3.	Persalinan kurang bulan (usia kehamilan kurang dari 37 minggu)		✓
4.	Ketuban pecah dengan meconium kental		✓
5.	Ketuban pecah lama (lebih dari 24 jam)		✓
6.	Ketuban pecah pada persalinan kurang bulan (kurang dari 37 minggu usia kehamilan).		✓
7.	Icterus		✓
8.	Anemia berat		✓
9.	Tanda gejala infeksi		✓
10.	Preeklampsia/hipertensi dalam kehamilan		✓
11.	Tinggi fundus lebih dari 40 cm		✓
12.	Gawat janin		✓
13.	Primipara dalam fase aktif dengan palpasi kepala janin masih 5/5		✓
14.	Presentasi bukan belakang kepala.		
15.	Presentasi majemuk.		✓
16.	Kehamilan gemeli.		✓
17.	Tali pusat menumbung		✓
18.	Syok		✓
19.	Kehamilan dengan penyulit sistemik (asma, DM, jantung, kelainan darah)		✓
20.	Tinggi badan <140 cm		✓
21.	Kehamilan diluar kandungan		✓
22.	Postterm pregnancy		✓
23.	Partus tak maju (kala I lama, kala II lama, kala III tak maju)		
24.	Kehamilan dengan mioma uteri		✓
25.	Kehamilan dengan riwayat penyakit tertentu (hepatitis, HIV)		✓
26.	Hipertensi		✓

Lampiran 8



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	2
<input checked="" 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 checked="" 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* :		
<input type="checkbox"/>	Ya, cukup sering	1
<input type="checkbox"/>	Ya, kadang-kadang	
<input checked="" type="checkbox"/>	Tidak, tidak sering	
<input type="checkbox"/>	Tidak, tidak sama sekali	

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

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

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

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

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

TOTAL SKOR

4

PEMENUHAN NUTRISI BAGI IBU HAMIL



APA ITU NUTRISI

Nutrisi adalah zat energi yang dibutuhkan dalam mempertahankan kesehatan, menjaga pertumbuhan dan juga membuat organ bisa menjalankan tugasnya secara normal

Menu Wajib Ibu Hamil

- KALSIUM**
Minum 2 gelas / hari.
Sumber : keju, ikan teri, dan sayuran hijau
- FOLAT**
Kebutuhannya 400 mikrogram / hari
- CAIRAN**
Minum paling sedikit 2 liter sehari untuk membantu pencernaan makanan dan produksi darah
- ZAT BESI**
Kebutuhannya 30 - 60 mg/hari
Sumber : daging merah, sayuran berdaun hijau, dan buah kering
- VITAMIN C**
Membantu penyerapan zat besi dari tumbuhan.
Sumber : jambu biji, strawberry, jeruk, anggur, tomat, apel, dan sayuran
- PROTEIN**
Sumber : daging tanpa lemak, ayam bagian dada, ikan, telur, tahu, tempe, dan kacang - kacang

KEBUTUHAN NUTRISI SESUAI TRIMESTER

Trimester 1 (0 - 12 minggu)

- Memilih makanan yang mudah dicerna. Buah - buahan segar dan sayur hijau, dapat mengurangi rasa mual
- porsi makan sedikit tapi sering. bila kurang selera makan nasi, dapat diganti dengan kentang, makroni, roti atau jajanan lain yang bergizi.

Trimester 2 (13 - 28 minggu)

- Banyak memakan bahan makanan yang mengandung sumber protein seperti ikan, daging, telur, kacang - kacang. dan hasil olahannya, seperti tempe, tahu, dan lain - lain.

Trimester 3 (29 - 40 minggu)

- Pada trimester 3 ini dibutuhkan nutrisi seperti nasi, jagung, kentang, dan umbi - umbian untuk pertumbuhan janin dan plasenta, dikarenakan pada trimester 3 ini janin ibu sedang dalam tahap penyempurnaan dan akan semakin bertambah besar.



JANIN DIRASAKAN KURANG BERGERAK DIBANDINGKAN SEBELUMNYA

Apa saja sih tanda bahaya kehamilan???



TANDA BAHAYA PADA IBU HAMIL

AIR KETUBAN KELUAR SEBELUM WAKTUNYA



KELUARNYA DARAH DARI KEMALUAN



Gejala berbahaya yang terjadi saat kehamilan dan dapat menyebabkan kematian baik pada ibu maupun janin jika tidak dilaporkan atau terdeteksi

DEMAM TINGGI



BENGKAK KAKI, TANGAN & WAJAH/ SAKIT KEPALA, PENDANGAN KABUR DISERTAI KEJANG





CARA MENCEGAH ATAU MENGANTISIPASI

- Lakukan pemeriksaan saat hamil secara rutin, minimal 4
- 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

SIKAP YANG HARUS DILAKUKAN OLEH IBU ATAU KELUARGA

-  Jangan panik
- Mencari &  mempersiapkan transportasi
-  Segera bawa ibu ke tempat bidan/RS/ Pelayanan kesehatan lainnya

• Siapkan donor darah jika diperlukan





ASI EKSKLUSIF

Bayi hanya menerima ASI dari ibukandung atauibu susu, atau ASI perah, dan tidak adacairan ataupun makanan padatlainnya kecuali beberapa tetes sirup yang terdiri dari vitamin, suplemen mineral, atau obat-obatan. Asupan yang paling baik untukdiberikan kepadasi kecil adalah ASI. Selama 6 bulan, ibu tidak perlumemberikan tambahan asupan apapunlagi, karena air susu ibu sudah memenuhi nutrisi yang penting untuktumbuh kembang bayi, seperti vitamin, protein dan lemak.

MANFAAT ASI EKSKLUSIF BAGI BAYI

1. Tubuh Bayi Menjadi Lebih Kuat dan Kebal Terhadap Berbagai Penyakit
2. Bayi Memiliki Tulang yang Kuat
3. Dapat Mencerdaskan Bayi
4. Berat Badan Si Kecil Tetap Seimbang

MANFAAT ASI EKSKLUSIF BAGI IBU

1. Membantu Ibu Menurunkan Berat Badan
2. Mencegah Kanker Payudara
3. Mengatasi Rasa Trauma

Resiko yang dapat terjadi jika tidak ASI Eksklusif

Memiliki resiko kematian karena diare 3,94 kali lebih besar dibandingkan bayi yang mendapat ASI Eksklusif. Serta bayi dapat mengalami obesitas, kariesgigi, dan memiliki resiko tertular penyakit infeksi yang tinggi.



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

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 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



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 bius lokal)
- Harus dilakukan oleh dokter terlatih
- Sangat efektif dan berifat 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

rsp.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 esterogen dan progesteron
- Mengganggu produksi ASI
- Harus datang setiap 1 bulan untuk suntik

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 esterogen 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



2. Suntikan 3 bulan

- Mengandung progesteron saja
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Harus datang setiap 3 bulan untuk suntik
- Dapat terjadi gangguan haid

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

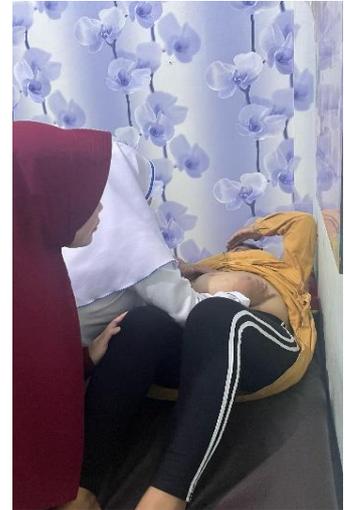
Spiral ditanam di dalam rahim untuk mencegah pertemuan sel telur dengan sperma

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



Lampiran 10

(ANC Pertama)



(ANC Kedua)



(ANC Ketiga)



(INC)



Kunjungan nifas dan neonatus hari ke-1



Kunjungan nifas dan neonatus hari ke-7



Kunjungan nifas dan neonatus hari ke-24



Kunjungan nifas hari ke-36

