

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Riau
Jalan Meteor No.103,
Harjosari, Sukajadi, Pekanbaru, Riau
(0761) 36581
<https://pkr.ac.id>

Nomor : PP.03.01/F.XLIV/963/2026
Hal : Surat Izin Pengambilan Kasus Laporan COC LTA

13 April 2026

Yang terhormat,
Pimpinan PMB Hasnah Dewi
Di Pekanbaru

Sesuai dengan Kalender Akademik Semester Genap T.A 2025/2026 Prodi D-III Kebidanan bahwa Mahasiswa Tingkat III diharuskan menyusun Laporan COC (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	P032315401134	Cindy Amelia	III D/ VI

akan melaksanakan pengambilan kasus di PMB Hasnah Dewi 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://rte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 2 : Surat balasan Pengambilan Kasus Laporan Tugas Akhir

PRAKTIK MANDIRI BIDAN

HASNA DEWI FITRIA SARI, S.Keb. Bdn

Jl. HR. Soebrantas. No. 11. Panam. Kel. Sialangmunggu. Kec. Tuah Madani. Kota Pekanbaru

HP : 0852 6320 8998, No. 446/05.07/DPMPTSP/VIII/2022

Pekanbaru, 02 Juni 2026

No : 001/PMB/HDFS/VI/2026
Lamp : -
Perihal : Selesai Pengambilan Kasus Laporan COC LTA

Kepada Yth :
Direktur Politeknik Kesehatan Riau
Di -
Tempat

Dengan Hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini Pimpinan PMB Hasna Dewi Fitria Sari Pekanbaru dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Cindy Amelia
NIM : P032315401134
Tingkat : III D/ VI
Prodi : Diploma III Kebidanan
Judul Penelitian : Pemantauan Kasus Pada Ibu Mulai Dari Kehamilan Trimester III Persalinan, Nifas, Neonatus dan KB Secara Berkelanjutan di PMB Hasna Dewi FS. Pekanbaru 2025

Benar yang bersangkutan telah melaksanakan **Pengambilan Kasus Laporan COC LTA** "Pemantauan Kasus Pada Ibu Mulai Dari Kehamilan Trimester III Persalinan, Nifas, Neonatus dan KB Secara Berkelanjutan di PMB Hasna Dewi FS. Pekanbaru 2026".

Demikianlah surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



(Hasna Dewi Fitria Sari, A.Md.Keb,S.Keb.Bdn

Tembusan :
1. Arsip

Lampiran 3 : Surat Persetujuan Menjadi Pasien

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI KLIEN/PASIE

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Erlina
Umur : 40 Tahun
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Jl. Cipta Karya

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

Nama : Cindy Amelia
NIM : P032315401134
Judul : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. E di TPMB
Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2026

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Suami/ Keluarga



Zulfahmi

Klien/pasien



Erlina

Lampiran 4 : lembar Konsultasi

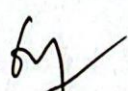
LEMBAR KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES RIAU T.A 2025/2026

Nama mahasiswa : Cindy Amelia
NIM : P032315401134
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. E di TPMB Hasna Dewi
Kota Pekanbaru Tahun 2026
Pembimbing : 1. Lailiyana, SKM, MKM
2. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	18 Januari 2026	Format ANC	Perbaiki SOAP ANC	CA	fy
2.	01 Februari 2026	Format ANC, INC	Perbaiki SOAP	CA	fy
3.	17 April 2026	Format ANC, INC, PNC, B&B	Perbaiki SOAP	CA	fy
4.	03 April 2026	BABI - V Ful cover -	Perbaiki ABSTRAK	CA	fy
5.	04 April 2026	Bab 1 - V	Perbaiki daftar isi & daftar pustaka	CA	fy
6.	08 Juni 2026	Babi - V	Perbaiki daftar pustaka	CA	fy
7.	8 Juni 2026	Bab 1 - V Ful cover	acc uji	CA	fy
8.	03 Juli 2026	Bab 1 - V Ful cover	Perbaiki Abstrak	CA	fy

Pekanbaru, 08 Juni 2026

Pembimbing Utama / Pendamping


Lailiyana, SKM, MKM

LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIII
KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2025/2026

Nama mahasiswa : Cindy Amelia
 NIM : P032315401134
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. E di TPMB Hasna Dewi
 Kota Pekanbaru Tahun 2026
 Pembimbing : 1. Lailiyana, SKM, MKM
 2. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	06 Juli 2026	BAB I-V	Perbaiki Bab II	CA	H
2.	15 Juli 2026	BAB I-V	Perbaiki Soap	CA	H
3.	10 Agust 2026	BAB I-V	Perbaiki tulisan	CA	H
4.	18 Agust 2026	BAB I-V	ACC	CA	H
5.					
6.					
7.					
8.					

Pekanbaru, 11-8 20...26
 Pembimbing Utama / Pendamping


 Lailiyana, SKM, MKM

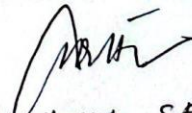
LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI DIH
KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES RIAU
T.A 2025/2026

Nama mahasiswa : Cindy Amelia
 NIM : P032315401134
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. E di TPMB Hasna Dewi
 Kota Pekanbaru Tahun 2026
 Pembimbing : 1. Lailiyana, SKM, MKM
 2. Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

NO	Tanggal	Materi konsultasi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	04 Juni 2026	BAB I - V	abstrak cari font kecil!	Cindy	Lailiyana
2.	05 Juni 2026	BAB I - V	Perbaiki di PD / Dapus cek!	Cindy	Lailiyana
3.	06 Juni 2026	BAB I - V	Periksa kembali Bab I - V	Cindy	maju & bhs jec
4.	06 Agustus 2026	BAB I - V	perbaiki Mial Rommani SOAP Dapsu	Cindy	Lailiyana
5.	07 Agustus 2026	BAB I - V	perbaiki Dapsu	Cindy	Lailiyana
6.	10 Agustus 2026	BAB I - V	cek Lp, kelengkapan	Cindy	Lailiyana
7.					
8.					

Pekanbaru, 06 Juni 2026

Pembimbing Utama / Pendamping


 Fathunikmah, S.Pd, M.Biomed

Lampiran 5 : KSPR

SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI

Nama : NY. E Alamat : Jl. Cipta Karya
 Umur Ibu : 40 th Kec Kab : Kec. Modan
 Pendidikan : SMA Pekerjaan : IRT
 Hamil Ke : 3 Had Terakhir tgl : 05/05/2015 Persalinan tgl : 12/02/2016

Periksa I
 Umur Kehamilan : bin Di :

KEL	NO	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	Tribulan			
				I	II	III	IV
I	1	Skor awal ibu hamil	0				
	2	Terlalu muda, hamil ≤ 16 th	4				
	3	Terlalu tua, hamil ≥ 35 th	4				
	4	Terlalu lambat hamil I, kawin ≥ 4 th	4				
	5	Terlalu lama hamil lagi (≥ 10 th)	4				
	6	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 th)	4				
	7	Terlalu banyak anak, 4 / lebih	4				
	8	Terlalu tua, umur ≥ 35 th	4				
	9	Terlalu pendek ≤ 145 cm	4				
	10	Pernah gagal kehamilan	4				
II	11	Pernah melahirkan dengan :					
	a. Tarikan tang / vakum	4					
	b. Un dirogo	4					
	c. Diben infus / Transfusi	4					
	12	Pernah Operasi Sesar	8				
	13	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					
14	Bengkak pada muka/tungkai dan tekanan darah tinggi	4					
15	Hamil kembar 2 atau lebih	4					
16	Hamil kembar air (Hydramnion)	4					
17	Bayi mati dalam kandungan	4					
18	Kehamilan lebih bulan	4					
19	Letak sungsang	8					
20	Letak lintang	8					
21	Perdarahan dalam kehamilan ini	8					
22	Preeklampsia Berat / Kejang-2	8					
JUMLAH SKOR			10				

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 :
Kef. Faktor Risiko I & II

1.
2.
3.
4.
5.
6.

Gawat Obstetrik :
Kef. Faktor Risiko I & II

1. Perdarahan antepartum

Komplikasi Obstetrik

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 :

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

TEMPAT KEMATIAN IBU

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

PENYULUHAN KEHAMILAN PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA

KEHAMILAN			KEHAMILAN DENGAN RISIKO			
JML SKOR	PERAWA TAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN	
2	KRT	BIDAN	TIDAK DIRUJUK	TIDAK DIRUJUK	BIDAN	
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES PKM / RS	BIDAN DOKTER	
≥ 12	KRT	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER	

Kematian Ibu dalam Kehamilan : 1. Abortus 2. Lain-lain

Lampiran 6 : Penapisan persalinan

PENAPISAN IBU BERSALIN

DETEKSI KEMUNGKINAN KOMPLIKASI GAWAT DARURAT

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

Lampiran 7: Partograf

PARTOGRAF

No. Register: Nama Ibu: NY. E Umur: 40 O: 3 P: 2 A: 0

No. Puskesmas: Tanggal: 26. Januari 2016 Pukul: 01.00

Ketuban pecah: sejak pukul 03.30 Mules sejak pukul 21.00 WIB

Denyut Jantung Janin (ment):

Air ketuban penyusutan:

Pemutakan serviks (cm) dari fundus X

Timunya Kepala dari fundus O

Waktu (jam): 01:00 02:00 03:00

Bayi lahir spontan.

Pukul: 03.40 WIB

LB: 3.300 gram

PB: 46 cm

Kontraksi tiap 10 menit:

Oksitosin U/L tetes/menit:

Obat dan Cairan IV:

Nadi:

Tekanan darah:

Suhu °C: 36.5 36.5 36.7

Urin:

Protein

Aseton

Volume

CATATAN PERSALINAN

- Tanggal: 26 Januari 2026
- Nama bidan: Hasna Dewi FS
- Tempat persalinan:
 - ☐ Rumah Ibu
 - ☐ Puskesmas
 - ☐ Polindes
 - ☐ Rumah Sakit
 - ☐ Klinik Swasta
 - ☒ Lainnya: PMB
- Alamat tempat persalinan: Jl. HR. Soeberantas
- Catatan: ☐ rujuk, kala: I / II / III / IV
- Alasan rujukan:
- Tempat rujukan:
- Pendamping pada saat rujukan:
 - ☐ bidan
 - ☐ teman
 - ☐ suami
 - ☐ dukun
 - ☐ keluarga
 - ☐ tidak ada

KALA I

- Partograf melewati garis waspada: Ya (☒)
- Masalah lain, sebutkan:
- Penatalaksanaan masalah tsb:
- Hasilnya:

KALA II

- Episiotomi:
 - ☐ Ya, indikasi
 - ☒ Tidak
- Pendamping pada saat persalinan:
 - ☐ suami
 - ☐ teman
 - ☐ keluarga
 - ☐ dukun
 - ☐ tidak ada
- Gawat janin:
 - ☐ Ya, tindakan yang dilakukan:
 -
 -
 -
 - ☒ Tidak
 - ☐ Pemantauan DJJ setiap 5-10 menit selama kala II, hasil:
- Distosia bahu:
 - ☐ Ya, tindakan yang dilakukan:
 -
 -
 -
 - ☒ Tidak
- Masalah lain, sebutkan:
- Penatalaksanaan masalah tersebut:
- Hasilnya:

KALA III

- Lama kala III: 10 menit
- Pemberian Oksitosin 10 U IM?
 - ☒ Ya, waktu: 1 menit sesudah persalinan
 - ☐ Tidak, alasan:
- Pemberian ulang Oksitosin (2x)?
 - ☐ Ya, alasan:
 - ☒ Tidak
- Penegangan tali pusat terkendali?
 - ☒ Ya
 - ☐ Tidak, alasan:

PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

Jam Ke	Waktu	Tekanan Darah	Nadi	Suhu	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Perdarahan
1	03.50	120/70	80/Menit	36.3°C	2 jt ↓ Pusat	NORMAL	± 50 CC	± 25 CC
	04.05	130/80	80/Menit		2 jt ↓ Pusat	NORMAL	-	20 CC
	04.20	130/70	80/Menit		2 jt ↓ Pusat	NORMAL	-	10 CC
	04.35	120/80	80/Menit		2 jt ↓ Pusat	NORMAL	-	10 CC
2	05.05	120/80	80/Menit	36.5°C	2 jt ↓ Pusat	NORMAL	-	25 CC
	05.35	120/80	80/Menit		3 jt ↓ Pusat	NORMAL	50 CC	25 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:
 -
 -
 -
- Plasenta tidak lahir > 30 menit: Ya / Tidak
 - ☐ Ya, tindakan:
 -
 -
 -
- Lacerasi:
 - ☒ Ya, dimana: Mukosa vagina hingga otot perineum
 - ☐ Tidak
- Jika lacerasi perineum, derajat: 1 / 2 / 3 / 4
 - Tindakan:
 - ☒ Penjahitan, dengan / tanpa anestesi
 - ☐ Tidak dijahit, alasan:
- Atonia uteri:
 - ☐ Ya, tindakan:
 -
 -
 -
 - ☒ Tidak
- Jumlah perdarahan: 100 ml
- Masalah lain, sebutkan:
- Penatalaksanaan masalah tersebut:
- Hasilnya:

BAYI BARU LAHIR:

- Berat badan: 3.200 gram
- Panjang: 46 cm
- Jenis kelamin: L / P
- Penilaian bayi baru lahir: baik / ada penyulit
- Bayi lahir:
 - ☒ Normal, tindakan:
 - ☒ mengeringkan
 - ☒ menghangatkan
 - ☒ rangsang taktil
 - ☒ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - ☐ Asfiksia ringan / pucat/biru/lemas, tindakan:
 - ☐ mengeringkan
 - ☐ rangsang taktil
 - ☐ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - ☐ Cacat bawaan, sebutkan:
 - ☐ Hipotermia, tindakan:
 -
 -
 -
- Pemberian ASI:
 - ☒ Ya, waktu: 1 jam setelah bayi lahir
 - ☐ Tidak, alasan:
- Masalah lain, sebutkan:
- Hasilnya:

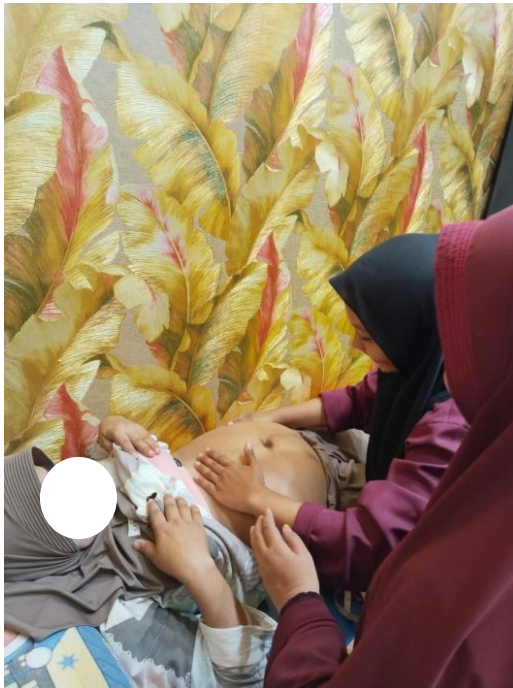
Lampiran 8 : Edinburgh Postnatal Depression Scale

Tabel : EPDS

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)	
Nama: <u>Ny. E.</u>	Alamat: <u>Jl. Cipta Karya</u>
Tanggal Lahir: <u>40 th</u>	No. Telepon: <u>08 22 - XXXX - XXXX</u>
Tanggal kelahiran Bayi: <u>26/01/2026</u>	
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 di hampir setiap saat" dalam satu minggu terakhir ini. Mohon dilengkapi pertanyaan lain dibawah ini dengan cara yang sama. Dalam 7 hari terakhir: 1. Saya mampu tertawa dan merasakan hal-hal yang menyenangkan ☒ Sebanyak yang saya bisa ☐ Tidak terlalu banyak ☐ Tidak banyak ☐ Tidak sama sekali 2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan ☒ Sebanyak sebelumnya ☐ Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya ☐ Kurang dibandingkan dengan sebelumnya ☐ Tidak pernah sama sekali 3. * Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya ☐ Ya, setiap saat ☐ Ya, kadang-kadang ☐ Tidak terlalu sering ☒ Tidak pernah sama sekali 4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir 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 sesuatunya 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: <u>CINDY AMELIA</u> Tanggal: <u>01 Februari 2026</u>	

Lampiran 9 : Dokumentasi

a) Dokumentasi ANC
1. Kunjungan ANC 1



2. Kunjungan ANC 2



3. Kunjungan ANC 3



b) Dokumentasi Asuhan Persalinan





c) Dokumentasi Nifas

1. KF 1



2. KF 2



3. KF 3



4. KF 4



d) Dokumentasi Neonatus 1. KN 1



2. KN 2



3. KN 3



Lampiran 10: Leaflet



Nyeri pinggang

Sementara itu, yang bisa dilakukan agar keluhan membaik yakni:

Kompres hangat pinggang yang nyeri atau oleskan krim pereda nyeri ke atas permukaan kulitnya
Istirahat lebih banyak
Minum banyak air putih dan makan yang teratur
Jangan pernah menahan buang air besar dan kecil
Batasi dulu mengangkat benda berat
Perbaiki postur tubuh supaya ergonomis saat beraktifitas
Kenakan pakaian dan alas kaki yang nyaman



Keras pada perut bagian bawah

Berikut ini adalah beberapa penyebab perut bawah sakit saat hamil trimester 3:

1. Ukuran janin makin besar
Seliring bertambahnya usia kehamilan, ukuran janin makin bertambah besar sehingga menekan panggul yang menimbulkan rasa sakit di perut bawah. Namun, kondisi ini merupakan hal yang normal dan bukanlah sesuatu yang perlu dikhawatirkan karena tidak membahayakan kesehatan ibu hamil maupun janin.

2. Pergerakan otot perut
Dengan bertambahnya ukuran bayi, otot dan ligamen yang menjadi penyangga rahim akan mengalami pergerakan guna memaksimalkan ruang bagi janin untuk berkembang. Kondisi inilah yang bisa menyebabkan perut bawah sakit saat hamil trimester 3.

Namun, Bumil tidak perlu khawatir, karena kondisi ini normal terjadi. Untuk mengurangi keluhan, Bumil disarankan untuk tidak terlalu lama duduk atau berdiri.

3. Sembelit
Pergerakan pada rahim akibat ukuran janin yang makin besar bisa menimbulkan tekanan di organ sekitar, termasuk usus. Adanya tekanan pada usus bisa mengganggu pergerakan normal usus sehingga menyebabkan sembelit, dengan salah satu geoluhannya perut bawah sakit.

4. Kontraksi palsu
Perut bawah sakit saat hamil trimester 3 juga bisa disebabkan oleh adanya kontraksi palsu atau dikenal dengan Braxton-Hicks. Meski sekilas mirip dengan kontraksi yang merupakan tanda persalinan, kontraksi palsu biasanya terjadi dalam waktu singkat dan akan hilang begitu Bumil mengubah posisi tubuh.



KETIDAK NYAMANAN TRIMESTER III



Makanan yang tak tepat

salah makanan dapat menyebabkan kontraksi palsu, misalnya makanan pedas atau terlampau asam.



Stress

frustasi, stres atau khawatir yang berlebihan bisa memicu kontraksi palsu

KONTRAKSI PALSU

Gerakan Bayi yang terlalu aktif

Gerakan itu bisa memicu kontraksi otot rahim. bila itu terjadi, ibu harus membatasi aktivitas yang berat.

Dehidrasi

Saat dehidrasi otot rahim mengencang. Bisa dihindari dengan memenuhi kebutuhan cairan tubuh



5. Sikap Merangkak

Jarak antara kedua tangan sama dengan jarak antara kedua bahu, keempat anggota tubuh tegak lurus pada lantai dan badan sejajar dengan lantai. Lakukanlah kegiatan-kegiatan sebagai berikut:

Tundukkan kepala, lihat perut bagian bawah dan pinggang diangkat sambil mengempiskan perut dan mengerutkan lubang dubur, kemudian



Turunkan pinggang dengan mengangkat kepala sambil melemaskan otot-otot dinding perut dan otot dasar panggul. Lakukan 8x hitungan.



6. Gerakan Anti Sungsang

Posisi menungging. Tangan rileks disamping tubuh dan kedua kaki terbuka, ditekuk sejajar bahu. Letakkan kepala di kedua tangan, turunkan dada perlahan sampai menyentuh kasur. Lakukan 8x hitungan.



SENAM HAMIL



Cindy Amelia
DIII Kebidanan

Senam Hamil

Yatu terapt latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik ataupun mental untuk mengadaptasi persalinan yang aman dan spontan

Syarat Senam Hamil

1. Dimulai pada awal kehamilan antara 20-30 minggu (7-8 bulan)
2. Kehamilan normal sesuai rekomendasi dokter ahli
3. Pakaian senam yang longgar
4. Alat senam yang nyaman (matras atau karpet)
5. Pelaksanaan minimal 3-2 kali seminggu, sesuai dengan kondisi tubuh



Manfaat Senam Hamil

1. Tubuh dapat lebih baik dalam menyangkal kehamilan
2. Dapat mengaktifkan teknik pernapasan
3. Memperkuat elastisitas otot perut
4. Melatih relaksasi
6. Menurunkan ketegangan

Kontraindikasi Senam

1. Penyakit jantung
2. Penyakit paru
3. Riwayat perdarahan
4. Kelainan letak plasenta seperti plasenta previa, plasenta previa marginalis atau plasenta insersio rendah

Tata Cara Senam Hamil

1. Duduk Gersila

Lakukan duduk utuh sikap yang baik selama kehamilan karena perut kebanjiran akan menekan perut ke dalam rongga panggul sehingga kedudukan janin dalam kandungan akan baik. Dengan posisi ini, dilakukan gerakan pemanasan dengan menggerakkan bahu, menunduk ke depan dan ke belakang, miring kanan dan kiri, memundukkan bahu dan angkat kepala sambil menarik nafas dan mengembarkannya. Lakukan 10 hitungan.



5. Memat Leggan dan Mengrekan Payudara

Letakkan jari-jari di ketiak meletakkan dan lengan mengikat payudara. Lakukan gerakan memutar lengan. Lakukan 10 hitungan.



3. Gerakan Relaksasi

Posisi tidur miring ke kanan dengan kepala di atas bantal, kaki di atas bantal. Tarik nafas, angkat kaki setinggi pinggul. Pematir menurunkan dan lanjutkan ke arah perut dengan kepala. Dengan kaki hawa. Turunkan dan ulangi 3 dan ganti niring kiri.



4. Gerakan Kaki Menyayub

Posisi tubuh terlentang, kedua kaki lurus, pegang kaki dari arah kanan ke kiri dan sebaliknya. Lakukan gerakan kaki seperti mengayuk. Lakukan 10 hitungan.



KB KESPRO KESEHATAN REPRODUKSI



Pengertian

Keluarga Berencana adalah upaya untuk mengatur jumlah dan jarak kelahiran melalui penggunaan alat kontrasepsi yang aman, efektif, dan sesuai kebutuhan pasangan, demi tercapainya keluarga kecil, bahagia, dan sejahtera.

Tujuan

- Menurunkan angka kelahiran.
- Meningkatkan kesehatan ibu dan anak.
- Meningkatkan kesejahteraan keluarga.
- Membentuk keluarga berkualitas.

Manfaat KB

- Mencegah kehamilan terlalu sering atau terlalu dekat.
- Menjaga kesehatan ibu dan anak.
- Memberi waktu bagi keluarga untuk mendidik dan merawat anak dengan baik.
- Menyusun rencana ekonomi keluarga lebih matang.

Kelebihan

- Efektif mencegah kehamilan
- Bisa disesuaikan dengan kebutuhan pasangan
- Membantu menjaga kesehatan reproduksi dan kualitas hidup



Kekurangan

- Beberapa metode memerlukan prosedur medis
- Risiko efek samping hormon pada pil, suntik, atau implant
- Harus konsisten penggunaan, terutama untuk pil KB



Jenis Metode Kontrasepsi



1. Metode Amenore Laktasi

Kontrasepsi yang mengandalkan pemberian air susu ibu (ASI). Adapun syaratnya:

- Menyusui secara penuh (ASI EKSLUSIF)
- Belum haid
- Umur bayi < 6 bulan



2. Pil

Alat kontrasepsi oral dengan metode pemakaian diminum sehari sekali pada jam sama setiap hari.

- Cocok untuk ibu menyusui, tidak mengganggu ASI
- Dapat digunakan sebagai kontrasepsi darurat



3. Suntik

Sangat efektif dan aman. Dapat dipakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi. Adapun jenisnya:

- Suntik 1 bulan
- Suntik 3 bulan

4. Implant

Kontrasepsi ini berbentuk tabung plastik kecil dan fleksibel yang berisi hormon yang dipasang dibawah kulit lengan atas. Dan bisa dipakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi



5. AKDR (Alat kontrasepsi dalam rahim)/IUD

Kontrasepsi ini dipasang didalam rahim, sangat efektif dan berjangka panjang.



6. Kondom

Alat kontrasepsi yang digunakan pada pria, dapat digunakan setiap saat. Dan sangat efektif bila digunakan setiap kali berhubungan



7. Tubektomi

Untuk wanita yang dilakukan dengan cara memotong atau mengikat saluran tuba falopi agar sel sperma tidak dapat masuk dalam rahim



8. Vasektomi

Metode kontrasepsi ini permanen yang dilakukan pada pria dengan cara memotong dan mengikat saluran sperma untuk mencegah sperma keluar dari tubuh



Sentuhan Cinta untuk
Tumbuh Kembang Optimal

PIJAT BAYI

Pijat bayi adalah sentuhan kasih sayang yang memberikan banyak manfaat bagi kesehatan dan perkembangan si kecil.

Aida saskiah Siregar



MANFAAT PIJAT BAYI

- Meningkatkan perkembangan otak dan kecerdasan
- Meningkatkan daya tahan tubuh
- Membantu bayi tidur lebih nyenyak
- Melancarkan pencernaan dan mengurangi kolik
- Mempererat ikatan kasih sayang antara orang tua dan bayi
- Membantu pertumbuhan berat badan optimal

WAKTU TERBAIK

- 30 menit setelah bayi menyusu
- Bayi dalam keadaan tenang (tidak lapar atau mengantuk berat)
- Pagi atau sore hari

PERSIAPAN

- Cuci tangan hingga bersih
- Pastikan ruangan hangat, tenang, dan nyaman
- Gunakan minyak pijat bayi yang aman (minyak kelapa/olive oil)
- Siapkan alas yang lembut

PERHATIAN

- Jangan pijat saat bayi demam, diare, muntah, atau dalam kondisi tidak sehat.
- Lakukan dengan lembut dan penuh kasih sayang.
- Hentikan jika bayi tampak tidak nyaman.

LANGKAH-LANGKAH PIJAT BAYI

1 Pijat Dahi

Gunakan kedua ibu jari, pijat dari tengah dahi ke samping.



2 Pijat Wajah

Pijat dari tengah dagu ke arah kuping melewati pipi.



3 Pijat Dada

Dengan kedua tangan, pijat dari tengah dada ke luar seperti membuka buku.



4 Pijat Perut

Gerakan memutar searah jarum jam mengikuti arah usus.



Bantu meredakan kembung dan melancarkan pencernaan.

5 Pijat Tangan

Pijat dari pangkal bahu ke arah pergelangan, lalu pijat telapak tangan dan masing-masing jari.



6 Pijat Kaki

Pijat dari pangkal paha ke arah pergelangan kaki, lalu pijat telapak kaki dan masing-masing jari.



7 Punggung

Baringkan bayi tengkurap, pijat dari leher ke bawah menggunakan telapak tangan secara lembut.



8 Gerakan Akhir

Gendong bayi dekap dada. Usap punggungnya perlahan dan beri pujian.



TANDA NYAMAN SAAT DIPIJAT

- ✓ Wajah rileks
- ✓ Tersenyum
- ✓ Gerakan tubuh tenang
- ✓ Tidak menangis

Jika bayi menangis atau gelisah, hentikan sejenak dan coba lagi nanti.

TIPS SUKSES

- Lakukan pijat setiap hari 10-15 menit.
- Berbicara lembut atau menyanyikan lagu saat memijat.
- Jadikan momen pijat sebagai waktu berkualitas bersama si kecil.

Sentuhan Anda,
Kebahagiaan Bayi
dan Masa Depan



♥ Pijat bayi bukan hanya menyehatkan, tetapi juga menyentuh hatinya ♥