Lampiran 1

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796, e-mail : akademik@umpo.ac.id
Website : www.umpo.ac.id

Nomor : 2450 /III.6/PN/ 2015 31 Desember 2015
Lamp. : -
H a l : Permohonan Data Awal Penelitian

Kepada :
Yth. BPM Gunarmi, S.ST

Di-
Tempat

Asalamu'alaikum w. w.

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Pendidikan D-III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2015 / 2016, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun *Laporan Tugas Akhir (penelitian/riset sederhana)* lingkup kebidanan.

Untuk kegiatan dimaksud mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan informasi kepada mahasiswa / mahasiswi kami dalam mengadakan survey / kunjungan guna mencari data pada penyusunan *Laporan Tugas Akhir*. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama	:	Uswatun Hasanah
NIM	:	13621372
Lokasi Penelitian	:	BPM Gunarmi, S.ST
Waktu Penelitian	:	-
Judul Penelitian/Riset	:	Asuhan Kebidanan pada Kehamilan, Persalinan, Nifas, BBL dan KB

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wasalamu 'alaikum w. w.

Wakil Dekan,

Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes.
NIK 19791215 200302 12

Lampiran 2

SURAT PERJANJIAN

IMPLEMENTASI LTA BERBASIS CONTINUITY OF CARE

NAMA : USWATUN HASANAH
ALAMAT : RT/RW 05/04 Sumberdodol, Panekan, Magetan
TEMPAT TANGGAL LAHIR : Magetan, 27 Mei 1995
NIM : 13621372
TINGKAT : III (TIGA)

Dengan ini menyatakan bahwa selama mengikuti kegiatan LTA Continuity of Care sanggup:

1. Menjaga nama baik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
2. Menaati seluruh peraturan yang berlaku di lahan praktik
3. Menyelesaikan LTA kegiatan sebagai bentuk tanggung jawab ke fakultas
4. Membuat dan menyampaikan *Informed Concent* kepada pasein binaan
5. Sanggup dengan penuh tanggung jawab mengelola pasien binaan sesuai dengan waktu yang ditentukan prodi
6. Menanggung seluruh akibat dari perbuatan yang saya lakukan selama di lapangan

Demikian permohonan saya buat, atas perkenan Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan saya sampaikan terima kasih.

Mengetahui,
Orang Tua/Wali mahasiswa

Taman.

Ponorogo, Maret 2016
Hormat saya,

METERAI TEMPEL
2F8D0ADF948918280
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Mengetahui,
DEKAN

Siti Munawaroh, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIK. 19701004 199611 12

Lampiran 3

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796, e-mail : akademik@umpo.ac.id
Website : www.umpo.ac.id

Nomor : 273/III.6/PN/ 2016 — 24 Februari 2016
Lamp. : 1 bendel
H a l : Pelaksanaan Laporan Tugas Akhir Continuity of care Prodi DIII Kebidanan FIK Unmuh Ponorogo

Kepada :
Yth. Bidan Praktek Mandiri
Di-
Ponorogo

Asalamu'alaikum w. w.

Dalam rangka implentasi Laporan Tugas Akhir (LTA) Continuity Of Care mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, kami memberikan kesempatanbagi mahasiswa tingkat III yang telah lulus ujian proposal LTA untuk mendapatkan pasien kelolaan di Pelayanan Bidan Praktek Mandiri. Maka dengan ini kami mohon agar mahasiswa kami dapat melaksanakan kegiatan tersebut sebagaimana ketentuan yang berlaku. Berikut kami lampirkan data mahasiswa yang akan melaksanakan kegiatan dimaksud.

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wasalamu 'alaikum w. w.

Dekan,

SITI MUNAWAROH, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIK. 19701004 199611 12

Lampiran 4

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada

Yth. Calon Responden

Di Tempat

Dengan Hormat,

Saya sebagai mahasiswa Prodi DIII kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, bermaksud melakukan "Asuhan Kebidanan pada masa kehamilan, bersalin, nifas, bayi baru lahir dan Keluarga Berencana". Asuhan kebidanan ini dilaksanakan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Saya mengharapkan partisipasi saudara atas asuhan yang saya lakukan. Saya menjamin kerahasiaan dan identitas saudara. Informasi yang saudara berikan hanya semata-mata digunakan unyuk pengembangan Ilmu Kebidanan dan tidak digunakan untuk maksud lain.

Atas perhatian dan kesediannya, saya ucapkan terima kasih.

Ponorogo, 03 April 2016

Penulis,

Uswatun Hasanah

Lampiran 5

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya bersedia menyatakan untuk berpartisipasi dalam pengambilan data atau sebagai responden pasa Asuhan Kebidanan yang dilakukan oleh mahasiswa prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Judul penelitian : Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan, Bersalin, Bayi Baru Lahir, Nifas dan Keluarga Berencana

Peneliti : Uswatun hasanah

NIM : 13621372

Saya percaya yang saya informasikan dijamin kerahasiaannya.

Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian.

Ponorogo, 03 April 2016

Responden

yuliatiningsih

Lampiran 6

SKRINING/DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI OLEH PKK DAN PETUGAS KESEHATAN

Nama : ..... Umur Ibu : .....Th.
Hamil ke ..... Haid terakhir tgl.: .... Perkiraan persalinan tgl.: .....bl
Pendidikan .....: Ibu Suami .....
Pekerjaan: Ibu ..... Suami .....

I	II	III	IV				
KEL. F.R.	NO.	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	Tribulan I	II	III.1	III.2
		Skor Awal Ibu Hamil	2				
I	1	Terlalu muda, hamil ≤ 16 th	4				
	2	a. Terlalu lambat hamil I, kawin ≥ 4 th	4				
		b. Terlalu tua, hamil 1 ≥ 35 th	4				
	3	Terlalu cepat hamil lagi (< 2 th)	4				
	4	Terlalu lama hamil lagi (≥ 10 th)	4				
	5	Terlalu banyak anak, 4/lebih	4				
	6	Terlalu tua, umur ≥ 35 th	4				
	7	Terlalu pendek ≤ 145 cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah melahirkan dengan :					
		a. Tarikan tang/vakum	4				
		b. Uri dirogoh	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	Luka kandungan	8				
	18	Luka dubur	8				
III	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Pre-eklampsia Berat/Kejang-kejang	8				
JUMLAH SKOR							

PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN ~ RUJUKAN TERENCANA

KEHAMILAN				PERSALINAN DENGAN RISIKO				
JML. SKOR	KEL. RISIKO	PERA-WATAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN RDB	RDR	RTW
2	KRR	BIDAN	TIDAK DIRUJUK	RUMAH POLINDES	BIDAN			
6~10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES PKM/RS	BIDAN DOKTER			
≥12	KRST	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER			

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

KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI'* PERENCANAAN PERSALINAN AMAN

Tempat Perawatan Kehamilan : 1. Posyandu 2. Polindes 3. Rumah Bidan 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Praktek Dokter

Persalinan : Melahirkan tanggal : ...../...../.....

RUJUKAN DARI : 1. Sendiri 2. Dukun 3. Bidan 4. Puskesmas

RUJUKAN DARI : 1. Bidan 2. Puskesmas 3. Rumah Sakit

RUJUKAN DARI :
1. Rujukan Dini Berencana (RDB)/ Rujukan Dalam Rahim
2. Rujukan Tepat Waktu (RTW)
3. Rujukan Terlambat (RTT)

Gawat Obstetrik :
Kel. Faktor Risiko I & II
1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....

Gawat Darurat Obstetrik :
- Kel. Faktor Risiko III
  1. Pendarahan antepartum
  2. Eklampsia
- Komplikasi Obstetrik
  3. Pendarahan postpartum
  4. Uri Tertinggal
  5. Persalinan Lama
  6. Panas Tinggi

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. Pendarahan b. Pre-eklampsia/Eklampsia
   c. Partus lama d. Infeksi e. Lain-2 ...

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.....

MACAM PERSALINAN :
1. Rumah ibu
2. Rumah bidan
3. Polindes
4. Puskesmas
5. Rumah Sakit
6. Perjalanan
7. Lain-2 .....

KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (42 Hari Pasca Salin)
1. Sehat 2. Sakit 3. Mati, penyebab .....
Pemberian ASI : 1. Ya 2. Tidak

KELUARGA BERENCANA : 1. Ya, ... /Sterilisasi .....
2. Belum Tahu

KATEGORI KELUARGA MISKIN : 1. Ya 2. Tidak
Sumber Biaya : Mandiri/Bantuan : .....

*** Dr. Poedji Rochjati, dr. SpOG**

KAB / KOTA ..... **KEC. / PUSKESMAS : ..... / .....**

SEMUA IBU HAMIL MEMPUNYAI RISIKO

- Kehamilan Risiko Rendah (KRR) Ibu Hamil Tanpa Masalah
- Kehamilan Risiko Tinggi (KRT) dan Kehamilan Risiko Sangat Tinggi (KRST) Ibu Hamil dengan Masalah / Faktor Risiko Tunggal / Ganda

Semua Persalinan : KRR, KRT dan KRST dapat terjadi komplikasi

Kel. FR. I ada Potensi Risiko / Potensi Gawat

Kel. FR. II ada Risiko / Ada Gawat / ada Tanda Bahaya

Kel. FR. III ada Gawat Darurat

PUSAT SAFE MOTHERHOOD
RSU Dr. SOETOMO / FK UNAIR SURABAYA
bekerjasama dengan:
Johnson & Johnson Indonesia

Lampiran 7

LEMBAR OBSERVASI

A. MASUK KAMAR BERSALIN

ANAMNESE

Tanggal : 26 Mei 2016 Jam : 00.30 WIB

His Mulai tgl. : 25 Mei 2016 Jam : 06.00 WIB

Darah : (+)

Lendir : (+)

Ketuban pecah (belum) Jam : .....

Ketuban lain : -

B. KEADAAN UMUM

Tensi : 120/80 mmHg

Suhu / Nadi : 36,6°C / 84 x/menit

Oedema : —

Lain-lain : —

C. PEMERIKSAAN OBSTETRI

1. Palpasi : TFU 33 cm, letkep
2. Djj : (+) 135 x/m
3. His 10" : 2 x, lama 20 detik
4. VT. Tgl. : 26 Mei 2016 Jam : 00.30 WIB
5. Hasil : Ø 1 cm, letkep, Ket (+)
6. Pemeriksa : Siti Saudah, S.ST

OBSERVASI KALA I (Fase Laten Ø <4 cm)

Tanggal	Jam	His dlm 10"		Djj	Tensi	Suhu	Nadi	VT.	Keterangan
		Berapa kali	Lamanya						
26-05-2016	01.30	2	20	(+) 145 x/m	120/80	36,6	80		
	02.30	2	20	(+) 140 x/m		36,5	82		
	03.30	2	20	(+) 142 x/m		36,5	82		
	04.30	2	20	(+) 140 x/m	120/80	36,6	82	VT: Ø 1 cm, eff 20%, ket (+)	
	05.30	2	20	(+) 142 x/m		36,6	84		
	06.30	2	20	(+) 142 x/m		36,4	84		
	07.30	2	20	(+) 140 x/m	120/80	36,6	80	VT: Ø 1 cm, eff 20%, ket (+)	

Lampiran 8

SATUAN ACARA PENYULUHAN

TANDA BAHAYA KEHAMILAN

Pokok bahasan : Tanda bahaya kehamilan

Sasaran : Ny. "Y"

Waktu : 15 Menit

Hari / tanggal : Selasa, 12 April 2016

Penyuluh : Uswatun Hasanah

I. TUJUAN

1) Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga pasien mengetahui tentang tanda bahaya kehamilan

2) Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga pasien dapat :

a) Menjelaskan apa yang dimaksud dengan tanda bahaya selama masa kehamilan?

b) Menjelaskan apa saja tanda macam bahaya selama masa kehamilan?

c) Menjelaskan Komplikasi apa saja yang ditimbulkan oleh tanda bahaya kehamilan tersebut?

d) Menjelaskan bagaimana cara mencegah tanda bahaya selama masa kehamilan?

e) Menjelaskan sikap yang harus dilakukan oleh ibu/keluarga ?

II. POKOK BAHASAN

Tanda bahaya kehamilan

III. METODE

Ceramah dan Tanya jawab.

IV. MEDIA

Leaflet

V. PENATALAKSANAAN DAN KEGIATAN

Kegiatan	Respon Ibu Hamil	Waktu
1. Pendahuluan : • Memberi salam pembuka • Menjelaskan tujuan	• Membalas salam • Mendengarkan • Memberi respon	2 menit
2. Penyampaian materi	• Mendengarkan dengan penuh perhatian	10 menit
3. Penutup : • Tanya jawab	• Menanyakan hal yang belum	3 menit

• Menyimpulkan hasil penyuluhan • Memberikan salam penutup	jelas • Aktif bersama menyimpulkan • Membalas salam	

VI. MATERI

Terlampir

VII. Evaluasi

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang tanda bahaya pada kehamilan

Lampiran Materi

TANDA BAHAYA KEHAMILAN

1. Pengertian

   Tanda bahaya kehamilan adalah suatu kehamilan yang memiliki suatu tanda bahaya atau risiko lebih besar dari biasanya (baik bagi ibu maupun bayinya), akan terjadinya penyakit atau kematian sebelum maupun sesudah persalinan

2. Macam-Macam Tanda Bahaya Selama Masa Kehamilan

   Macam tanda bahaya kehamilan terdiri dari:

   - Perdarahan pervaginam

     Perdarahan kehamilan 7-9 bulan, meskipun hanya sedikit, merupakan ancaman bagi ibu dan janin. Ibu perlu segera mendapat pertolongan di rumah sakit.

   - Sakit kepala hebat
   - Gangguan penglihatan atau penglihatan kabur
   - Bengkak pada muka dan tangan
   - Nyeri perut hebat
   - Gerakan janin berkurang

     Ibu mulai merasakan gerakan bayinya selama bulan ke-5 atau ke-6, beberapa ibu dapat merasakan gerakan bayinya lebih awal. Jika bayi tidur, gerakannya akan melemah. Bayi harus bergerak paling sedikit 3 kali dalam periode 3 jam. Gerakan bayi akan lebih mudah terasa jika berbaring atau beristirahat dan jika ibu makan dan minum dengan baik. Apabila ibu tidak merasakan gerakan bayi seperti biasa, hal ini merupakan suatu risiko

tanda bahaya.Bayi kurang bergerak seperti biasa dapat dikarenakan oleh aktivitas ibu yang terlalu berlebihan, keadaan psikologis ibu maupun kecelakaan sehingga aktivitas bayi di dalam rahim tidak seperti biasanya.

- Plasenta Previa

  Plasenta yang letaknya abnormal yaitu pada SBR sehingga dapat menutup sebagian/ seluruh permukaan jalan lahir.

  Tanda-tandanya : perdarahan vaginam tanpa sebab, tanpa nyeri, dan berulang, darah bersifat merah segar. Perdarahan yang banyak akan tampak anemi dan sampai syok. Biasanya bagian terbawah janin belum masuk pintu atas panggul, ada kelainan letak

- Solusio Plasenta Lepasnya plasenta sebelum bayi lahir.

  Tanda-tandanya : perdarahan disertai nyeri tekan uterus,warna darah kehitam-hitaman Sakit kepala hebat, Bengkak pada muka dan tangan, Penglihatan kabur Dapat diduga preeklampsi, namun perlu adanya pemeriksaan tekanan darah dan proteinuria yang positif. Preeklampsi dapat meningkatkan kematian ibu dan bayi.Preeklampsi ringan bila tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg dan preeklampsi berat bila tekanan darah lebih dari atau sam dengan 160/110 mmHg Nyeri Perut Hebat Kejadian perdarahan kehamilan sangat sering diikuti adanya nyeri perut yang hebat.Sehingga dapat membahayakan ibu dan janin. Bayi kurang bergerak seperti biasanya Bila bayi kurang bergerak seperti biasanya menunjukan kondisi yang membahayakan janin (asfiksia)

3. Komplikasi yang Ditimbulkan Oleh Tanda Bahaya Selama Masa Kehamilan

Komplikasi tanda bahaya kehamilan :

a. Persalinan prematur lebih mungkin terjadi pada keadaan berikut:

1) Ibu memiliki kelainan struktur pada rahim atau leher rahim.

2) Perdarahan.

3) Stress fisik atau mental.

4) Kehamilan ganda.

5) Ibu pernah menjalani pembedahan rahim.

b. Bayi lahir belum cukup bulan.

c. Bayi lahir dengan berat lahir rendah (BBLR).

d. Keguguran (abortus).

e. Persalinan tidak lancar / macet.

f. Perdarahan sebelum dan sesudah persalinan.

g. Janin mati dalam kandungan.

h. Ibu hamil / bersalin meninggal dunia.

4. Cara Mencegah Tanda Bahaya Selama Masa Kehamilan

a) Mengenal dan mengetahui ibu-ibu yang termasuk dalam kondisi yang mengalami tanda bahaya dengan adanya pengetahuan ibu-ibu sehingga dapat dilakukan rujukan ke tempat fasilitas yang lebih baik (rumah sakit).

b) Meningkatkan mutu antenatal care

c) Menganjurkan setiap ibu hamil kontrol ke BKIA.

d) Penyuluhan oleh bidan desa terhadap kesehatan ibu, bayi serta penyakit yang dapat diderita oleh ibu selama kehamilan secara aktif.

e) Bidan desa harus bertempat tinggal di desa yang ditugaskan yang merupakan ujung tombak tentang kesehatan ibu di desa yang ditempatinya.

f) Dengan memeriksakan kehamilan sedini mungkin dan teratur ke Posyandu, Puskesmas, Rumah Sakit, paling sedikit 4 kali selama masa kehamilan.

g) Dengan mendapatkan imunisasi TT 2X.

h) Bila ditemukan kelainan saat pemeriksaan harus lebih sering dan lebih intensif.

i) Makan makanan yang bergizi yaitu memenuhi 4 sehat 5 sempurna.

5. Sikap Yang Harus Dilakukan Oleh Ibu/Keluarga

a. Jangan panik

b. Mencari dan mempersiapkan transportasi

c. Segera bawa ibu ke tempat bidan, puskesmas, RS, atau pelayanan kesehatan yang lain

- Sakit kepala hebat
- Bengkak pada muka dan tangan
- Nyeri perut hebat
- Gerakan janin berkurang
- Ketuban pecah dini
- Preeklamsia dan eklamsia

Apa itu tanda bahaya kehamilan ?

Tanda bahaya kehamilan adalah suatu kehamilan yang memiliki suatu tanda bahaya atau risiko lebih besar dari biasanya (baik bagi ibu maupun bayinya

Jenis—jenis tanda bahaya Kehamilan

- Perdarahan pervaginam
- Gangguan penglihatan atau penglihatan kabur

TANDA BAHAYA KEHAMILAN

OLEH :
USWATUN HASANAH
13621372
PRODI D III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

Komplikasi

- Persalinan prematur
- Bayi lahir belum cukup bulan.
- Bayi lahir dengan berat lahir rendah (BBLR).
- Keguguran (abortus).
- Persalinan tidak lancar / macet.
- Perdarahan sebelum dan sesudah persalinan.
- Janin mati dalam kandungan.
- Ibu hamil / bersalin meninggal dunia.
- Keracunan kehamilan/kejang-kejang.

Cara Mencegah Tanda Bahaya Kehamilan

- Meningkatkan mutu antenatal care
- Menganjurkan setiap ibu hamil kontrol ke BKIA
- Penyuluhan oleh bidan terhadap kesehatan ibu, bayi serta penyakit yang dapat diderita oleh ibu selama kehamilan secara aktif.
- Periksa kehamilan minimal 4x
- imunisasi TT 2X.
- Mengkonsumsi makanan gizi seimbang

Sikap Yang Harus Dilakukan Oleh Ibu/Keluarga

- Jangan panik
- Mencari dan mempersiapkan transportasi
- Segera bawa ibu ke tempat bidan, puskesmas, RS, atau pelayanan kesehatan yang lain

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

Pokok Bahasan : Persiapan Persalinan

Sasaran : Ny. “Y”

Tempat : rumah Ny. “Y”

Waktu : 10 menit

1. Tujuan

   Umum : Supaya ibu mengerti tentang persiapan persalinan.

   Khusus :

   Setelah diberikan penyuluhan diharapkan ibu dapat memahami dan mengerti persiapan yang diperlukan waktu persalinan

2. Pokok bahasan

   Persiapan persalinan

3. Metode : CTJ (Ceramah Tanya Jawab)
4. Media : Leaflet
5. Kegiatan penyuluhan

Kegiatan	Respon Ibu	Waktu
1. Pendahuluan : • Memberi salam pembuka • Menjelaskan tujuan	• Membalas salam • Mendengarkan • Memberi respon	2 menit
2. Penjelasan : Persiapan persalinan	• Mendengarkan dengan penuh perhatian	5 menit
3. Penutup : Tanya jawab • Menyimpulkan hasil penyuluhan • Memberikan salam penutup	• Menanyakan hal yang belum jelas • Aktif bersama menyimpulkan • Membalas salam	3 menit

6. Evaluasi

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang tanda – tanda persalinan.

Lampiran Materi

PERSIAPAN PERSALINAN

Persiapan yang diperlukan waktu prsalinan meliputi

1. Tenaga kesehatan terlatih

   Bantu ibu mendapatkan pertolongan kesehatan terlatih untuk menolong proses persalinan (dokter/bidan)

2. Transportasi gawat darurat

   Tanyakan pada ibu bagaimana ia akan pergi ke tempat persalinan, misalnya :

   a) perjalanan ke tempat persalinan
   b) Transportasi gawat darurat ke fasilitas kesehatan yang tepat apabila muncul tanda-tanda bahaya

3. Biaya

   Tanyakan kepada ibu apakah ia memiliki uang untuk biaya persalinan dan perawatan jika terjadi gawat darurat, dan apabila memungkinkan untuk mendapatkan bantuan dana melalui masyarakat atau fasilitas untuk keadaan gawat darurat

4. Tempat persalinan

   Tanyakan kepada ibu dimana ia berencana melahirkan (di rumah, BPM,puskesmas, RS atau lainnya)

5. Donor darah

   Tanyakan pada ibu siapakah yang akan menjadi donor darah, dan bagaimana cara menghubungi pada keadaan kegawatdaruratan

6. Pembuat keputusan

   tanyakan pada ibu tentang pembuat keputusan yang utama dalam keluarganya apabila :

   Pembuat keputusan harus dilakukan pada saat tanda bahaya muncul

   Bila pembuat keputusan tersebut tidak ada, siapkan yang akan membuat keputusan

7. Dukungan

   Tanyakan kepada ibu :

   a) Siapakah yang dipilih untuk mendampingi ibu selama persalinan dan menemani ibu selama perjalanan apabila diperlukan.
   b) Siapakah yang akan menjaga rumah dan anak-anak selama ibu tidak ada

Transportasi gawat darurat

Tanyakan pada ibu bagaimana ia akan pergi ke tempat persalinan, misalnya :

- perjalanan ke tempat persalinan
- Transportasi gawat darurat ke fasilitas kesehatan yang tepat apabila muncul tanda-tanda bahaya

Biaya

Tanyakan kepada ibu apakah ia memiliki uang untuk biaya persalinan dan perawatan jika terjadi gawat darurat, dan apabila memungkinkan untuk mendapatkan bantuan dana melalui masyarakat atau fasilitas untuk keadaan gawat darurat.

Apa saja persiapan persalinan itu?

Tenaga kesehatan terlatih

Bantu ibu mendapatkan pertolongan kesehatan terlatih untuk menolong proses persalinan

PERSIAPAN PERSALINAN

Oleh
USWATUN HASANAH
13621372
PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO

Tempat persalinan

Tanyakan kepada ibu dimana ia berencana melahirkan (di rumah, BPM,puskesmas, RS atau lainnya)

Donor darah

Tanyakan pada ibu siapakah yang akan menjadi donor darah, dan bagaimana cara menghubungi pada keadaan kegawatdaruratan

Pembuat keputusan

tanyakan pada ibu tentang pembuat keputusan yang utama dalam keluarganya apabila :
Pembuat keputusan harus dilakukan pada saat tanda bahaya muncul
Bila pembuat keputusan tersebut tidak ada, siapkan yang akan membuat keputusan

Dukungan

Tanyakan kepada ibu :

- Siapakah yang dipilih untuk mendampingi ibu selama persalinan dan menemani ibu selama perjalanan apabila diperlukan.
- Siapakah yang akan menjaga rumah dan anak-anak selama ibu tidak ada

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

Pokok Bahasan : tanda-tanda persalinan

Sasaran : Ny. “Y”

Tempat : rumah Ny. “Y”

Waktu : 10 menit

1. Tujuan

   Umum : Supaya ibu mengerti tentang tanda-tanda persalinan.

   Khusus :

   Setelah diberikan penyuluhan diharapkan :

   a. Ibu hamil mengerti apa yang dimaksud dengan persalinan.
   b. Ibu hamil mengerti macam-macam tanda-tanda persalinan.
   c. Ibu hamil mengetahui apa yang harus dilakukan saat tanda-tanda persalinan itu muncul.
   d. Ibu hamil mengerti kapan harus menghubungi tenaga kesehatan bila terdapat tanda persalinan.

2. Pokok bahasan /Sub pokok bahasan

   Tanda – tanda persalinan

3. Metode : CTJ (Ceramah Tanya Jawab)
4. Media : Leaflet
5. Kegiatan penyuluhan

Waktu	Tahap	Kegiatan	Metode
2 menit	Pendahuluan	• Mengucapkan salam. • Memperkenalkan diri • Menyampaikan tujuan penyuluhan.	Ceramah
5 menit	Penyajian	• Menjelaskan pengertian persalinan. • Menjelaskan tanda-tanda persalinan meliputi apa saja. • Menjelaskan kapan harus menghubungi dokter/bidan. • Menjelaskan tanda-tanda bahaya.	Ceramah
3 menit	Penutup	• Mengucapkan terimakasih atas perhatiannya. • Mengucapkan salam.	Tanya jawab

6. Evaluasi

   Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang tanda – tanda persalinan.

Lampiran Materi

TANDA-TANDA PERSALINAN

Pada kebanyakan wanita persalinan dimulai antara minggu ke 39 dan 41 usia kehamilan. Namun karena lama kehamilan setiap orang berbeda-beda akibatnya banyak bayi yang dilahirkan pada salah satu minggu tersebut. Pada bulan-bulan akhir kehamilan, tubuh memproduksi progesterone yang bertujuan melunakkan jaringan disekitar cerviks dan pelvis untuk persiapan bersalin juga biasanya ibu akan mengalami beberapa ketidaknyamanan antara lain persaan ingin berkemih dengan frekuensi yang meningkat. Hal ini disebabkan karena pada ibu primigravida kepala janin mulai memasuki Pintu Atas Panggul sehingga kandung kemih ibu menjadi terdesak oleh kepala janin.

Persepsi awam umumnya menyamakan dimulainya proses kelahiran dengan rasa sakit akan bersalin. Namun kadang-kadang rasa sakit ini tidak segera muncul meskipun proses persalinan sudah mulai, karena masing – masing orang akan mempunyai pengalaman yang berbeda-beda selama menjalani proses persalinan.

A. Definisi persalinan

Persalinan adalah proses pengeluaran produk hasil konsepsi dari jalan lahir yang berusi cukup bulan yang disususl denagan pengeluaran placenta dan selaput janin dari tubuh ibu tanpa adanya komplikasi baik pada ibu maupun janinnya.

Pengetahuan tentang persalinan dan tanda-tanda persalinan diharapkan akan mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kemampuan ibu untuk beradaptasi terhadap ketidaknyamanan yang timbul selama proses persalinan.

B. Kapan harus menghubungi dokter/bidan ?

Saat yang tepat menghubungi dokter/bidan adalah ketika ibu merasakan tanda-tanda memasuki tahap persalinan. Dokter akan memantau waktu kontraksi serta tanda dan gejala lainnya.

C. Tanda-tanda persalinan

1) *Keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir*

Selama kehamilan bayi tersumbat dalam rahim oleh gumpalan lender yang lengket pada leher rahim.Saat persalinan dimulai dan serviks mulai membuka, gumpalan mucus tadi terhalau.Pada saat bersamaan membrane yang mengelilingi bayi dan cairan amniotic agak memisah dari dinding rahim.Pengeluaran lendir bercampur darah terjadi karena sumbatan teal pada mulut rahim terlepas sehingga menyebabkan keluarnya lendir yang berwarna kemerahan karena bercampur darah.

Apa yang harus dilakukan ?

Pengeluaran darah dan lendir dapat terjadi beberapa hari sebelum persalinan, jadi tunggulah sampai anda merasa ada kontraksi (kenceng-kenceng) yang teratur/sampai air ketuban pecah, sebelum anda pergi ke rumah sakit, anda harus menghubungi dokter bila terjadi perdarahan hebat.

2) *Kontraksi yang teratur setiap 10 – 15 menit*

Pada bulan terakhir dari kehamilan sebelum persalinan dimulai, sudah ada kontraksi rahim yang disebut his pendahuluan atau his palsu, yang sebetulnya hanya merupakan peningkatan daripada kontraksi Braxton Hicks. His pendahuluan ini tidak teratur dan menyebabkan nyeri diperut bagian bawah dan lipat paha tidak menyebabkan nyeri yang memancar dari pinggang ke perut

bagian bawah seperti his persalinan.Lamanya kontraksi pendek dan tidak bertambah kuat bila dibawa berjalan, malahan sering berkurang.His pendahuluan tidak bertambah kuat dengan majunya waktu bertentangan dengan his persalinan yang semakin kuat.Yang paling penting adalah bahwa his pendahuluan tidak mempunyai pengaruh pada serviks.Kontraksi rahim bersifat otonom tidak dipengaruhi oleh kemauan, walaupun begitu dapat dipengaruhi dari luar misalnya rangsangan oleh jari-jari tangan dapat menimbulkan kontraksi.

Kontraksi rahim bersifat berkala dan yang harus diperhatikan ialah :

- Lamanya kontraksi : kontraksi berlangsung 45 detik sampai 75 detik
- Kekuatan kontraksi : menimbulkan naiknya tekanan intrauterine sampai 35 mmHg. Kekuatan kontraksi secara klinis ditentukan dengan mencoba apakah jari kita dapat menekan dinding rahim ke dalam.
- Interval antara kedua kontraksi: pada permulaan persalinan his timbul sekali dalam 10 menit, pada kala pengeluaran sekali dalam 2 menit.

Menurut faalnya his persalinan dapat dibagi dalam :

- His pembukaan adalah his yang menimbulkan pembukaan dari serviks.
- His pengeluaran adalah his yang mendorong anak keluar. His pengeluaran biasanya disertai dengan keinginan mengejan.
- His pelepasan uri adalah his yang mengeluarkan uri.

Mulanya kontraksi terasa sakit pada punggung bawah, yang berangsur-angsur bergeser ka bagian bawah perut.Beberapa menggambarkan mirip dengan mulas pada saat haid, saat mulas bergerak ke bagian perut, dengan tangan dapat dirasakan bagian tersebut mengeras.Kejangnya mirip Braxton Hicks, namun

terasa teratur semakin sering dan kuat, ferekuensi dan durasi seiring dengan kemajuan persalinan.

3) Ketuban pecah

Pada beberapa kasus membrane masih utuh hingga akhir tahap pertama persalinan.Kemudian desakan kontraksi dan tekanan kepala bayi pada mulut servik menyebabkan pecahnya membrane.Saat kebocoran dimulai, bisa dirasakan seperti semburan air atau hanya rembesan, namun sebenarnya pecahnya membrane takkan terasa karena membrane tidak memiliki saraf. Seringkali pada ketuban pecah ini ibu merasakan seperti mengompol, namun untuk memastikan apa yang keluar melalui jalan lahir tersebut apakah urin atau cairan ketuban dari baunya. Urin biasanya mempunyai bau yang khas, demikian halnya dengan cairan ketuban namun cairan ketuban ini berbau anyir.

Saat ketuban pecah maka akan keluar cairan ketuban melaui jalan lahir, selama masa perjalanan menuju ke tenaga kesehatan sebaiknya gunakan pembalut untuk menampung cairan yang keluar untuk mengurangi ketidaknyamanan bagi ibu.

4) Dilatasi serviks (leher rahim)

Agar anak dapat keluar dari rahim maka perlu terjadi pembukaan dari servik.Pembukaan servik ini biasanya didahului oleh pendataran dari servik.Yang dimaksud dengan pendataran servik adalah pemendekan dari canalis cervicalis, yang semula berupa sebuah saluran yang panjangnya 1-2 cm, menjadi suatu lubang saja dengan pinggir yang tipis. Sebetulnya pendataran servik sudah dimulai dalam kehamilan dan servik yang pendek (lebih dari setengahnya telah merata) merupakan tanda dari servik yang matang. Pelebaran leher rahim ini

hanya bisa dilihat melalui pemeriksaan dalam oleh tenaga kesehatan baik bidan maupun dokter yang akan membantu persalinan.

Persalinan akan dimulai ketika serviks sudah membuka lengkap. Yang dimaksud pembukaan servik adalah pembesaran dari ostium externum yang tadinya berupa suatu lubang dengan diameter beberapa millimeter menjaadi lubang yang dapat dilalui anak, kira-kira 10 cm. Jadi pembukaan dianggap lengkap jika telah mencapai ukuran 10 cm.

D. Tanda-tanda bahaya persalinan

1. Keluar air ketuban sebelum waktunya, keluar dari jalan lahir (ketuban pecah dini)
2. Gerakan janin kurang/tidak ada
3. Demam dan sakit kepala
4. Nyeri hebat di perut
5. Air kencing keruh
6. Kaki bengkak dan nyeri daerah ulu hati

TANDA-TANDA PERSALINAN

Oleh:
Uswatun Hasanah
13621372

PRODI D III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2014

APA SIH PERSALINAN ITU ?

Persalinan adalah proses pengeluaran produk hasil konsepsi dari jalan lahir yang berusi cukup bulan yang disusul denagan pengeluaran placenta dan selaput janin dari tubuh ibu tanpa adanya komplikasi baik pada ibu maupun janinnya.

KAPAN MENGHUBUNGI DOKTER/ BIDAN ?

Saat yang tepat menghubungi dokter/ bidan adalah ketika ibu merasakan tanda-tanda memasuki tahap persalinan. Dokter akan memantau waktu kontraksi serta tanda dan gejala lainnya.

MENGENAL TANDA-TANDA PERSALINAN

Tanda-tanda persalinan yaitu :

1. Keluarnya lendir bercampur darah dari jalan lahir
2. Kontraksi yang teratur setiap 10 – 15 menit
3. Ketuban pecah
4. Terjadi dilatasi/pendataran serviks
5. Ada dorongan untuk meneran
6. Pada tekanan pada anus
7. Perineum menonjol

1. Keluarnya Lendir Bercampur Darah dari Jalan Lahir

Pengeluaran lendir bercampur darah terjadi karena sumbatan teal pada mulut rahim terlepas sehingga menyebabkan keluarnya lendir yang berwarna kemerahan karena bercampur darah. Pada saat tersebut tunggulah sampai anda merasa ada kontraksi (kenceng-kenceng) yang teratur sampai air ketuban pecah, sebelum pergi ke RS anda harus menghubungi dokter bila terjadi perdarahan yang hebat.

2. Kontraksi yang Teratur setiap 10-15

Tidak seperti kondisi Braxton hick kontraksi timbul secara teratur, mula-mula kontraksi hanya sebentar, kemudian bertambah lama dan bertambah kuat, dan kontraksi terjadi simetris di kedua sisi perut, mulai dari bagian atas dekat saluran telur ke seluruh rahim, dan nyeri tidak hilang/berkurang. Ketika kontraksi teratur, mulailah alihkan perhatian anda dengan tarik nafas dalam-dalam sepanjang kontraksi relaks saja, makin anda tegang, makin terasa sakitnya.

3. Ketuban Pecah

Kantung ketuban yang mengelilingi bayi pecah, sehingga air ketuban keluar (normal air ketuban adalah cairan bersih, jernih dan tidak berbau). Ketika ketuban pecah hubungi dokter/bidan dan segeralah ke RS walaupun anda belum merasakan kontraksi karena bisa terjadi resiko infeksi. Selama di perjalanan gunakan pembalut yang dapat menyerap air ketuban anda.

4. Dilatasi Serviks (Pendaran Serviks)

Pendataran servik adalah pemendekan dari canalis cervicalis, yang semula berupa sebuah saluran yang panjangnya 1-2 cm, menjadi suatu lubang saja dengan pinggir yang tipis. Sebetulnya pendataran servik sudah dimulai dalam kehamilan dan servik yang pendek (lebih dari setengahnya telah merata) menupakan tanda dari servik yang matang. Pelebaran leher rahim ini hanya bisa dilihat melalui pemeriksaan dalam oleh tenaga kesehatan baik bidan maupun dokter yang akan membantu persali-

5. Ada Dorongan untuk Meneran, Ada Tekanan pada Anus, Perineum Menonjol dan Vulva Membuka

Peristiwa di atas terjadi karena janin semakin mendesak jalan lahir agar janin bisa segera lahir (keluar)

MENGENAL TANDA-TANDA BAHAYA PERSALINAN

1. Keluar air ketuban sebelum waktunya, keluar dari jalan lahir (ketuban pecah dini)
2. Gerakan janin kurang/tidak ada
3. Demam dan sakit kepala
4. Nyeri hebat di perut
5. Air kencing keruh
6. Kaki bengkak dan nyeri daerah ulu hati

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok bahasan : Cara Merawat Payudara

Sasaran : Ny. “Y”

Waktu : 15 Menit

Hari / tanggal : selasa, 26 April 2016

Penyuluh : Uswatun Hasanah

1. TUJUAN

1) Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga pasien mengetahui tentang cara merawat payudara

2) Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga pasien dapat : menjelaskan tentangcara merawat payudara

II. POKOK BAHASAN

Cara merawat payudara

III. METODE

Ceramah dan Tanya jawab.

IV. MEDIA

Leaflet

V. PENATALAKSANAAN DAN KEGIATAN

Kegiatan	Respon Ibu	Waktu
1. Pendahuluan : • Memberi salam pembuka • Menjelaskan tujuan	• Membalas salam • Mendengarkan • Memberi respon	2 menit
2. Penjelasan : • Cara merawat payudara	• Mendengarkan dengan penuh perhatian	10 menit
3. Penutup : • Tanya jawab • Menyimpulkan hasil penyuluhan • Memberikan salam penutup	• Menanyakan hal yang belum jelas • Aktif bersama menyimpulkan • Membalas salam	3 menit

VI. MATERI

Terlampir

VII. EVALUASI

ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang cara merawat payudara

Lampiran Materi

CARA MERAWAT PAYUDARA

1. Pengertian Perawatan Payudara

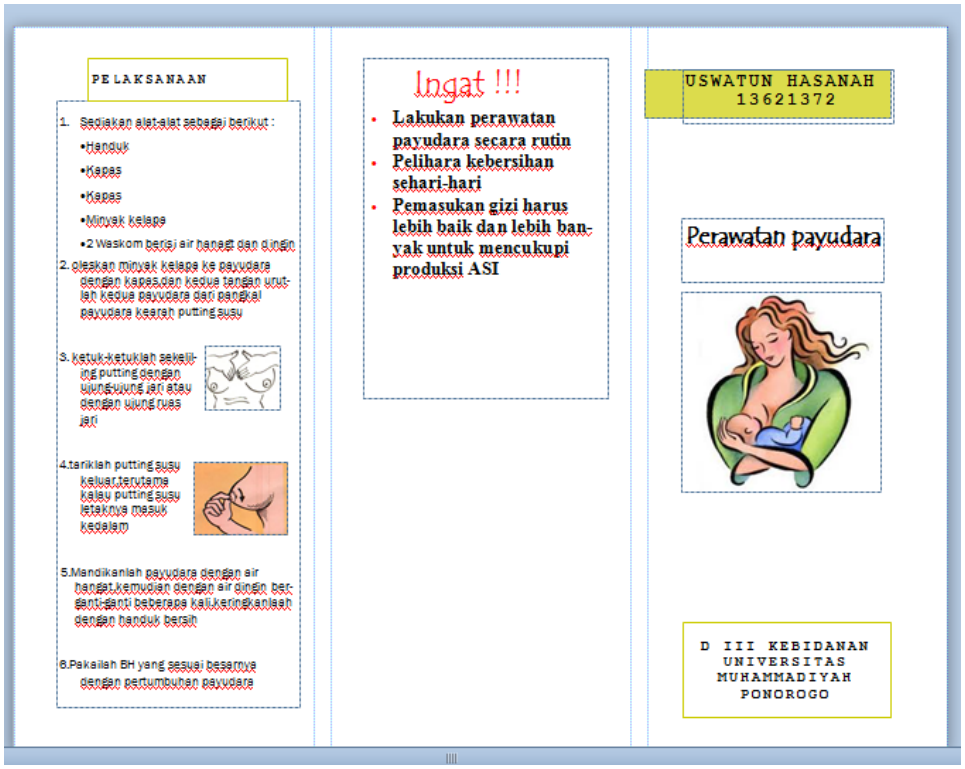
   Perawatan payudara adalah suatu cara merawat payudara agar tetap bersih dan merangsang pengeluaran ASI agar produksi ASI banyak dan lancar.

2. Tujuan Perawatan Payudara
   a. Melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI
   b. Untuk menjaga kebersihan payudara sehingga terhindar dari infeksi
   c. Untuk menonjolkan putting susu
   d. Menjaga buah dada agar tetap bagus dan untuk mengetahui adanya kelainan

3. Manfaat Perawatan Payudara
   a. Memelihara kebersihan payudara
   b. Melenturkan dan menguatkan putting susu
   c. Mengeluarkan putting susu yang tertarik ke dalam
   d. Merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI banyak dan lancar
   e. Dapat mendeteksi kelainan payudara secara dini dan mlakukan upaya untuk mengatasinya.

4. Akibat Tidak Dilakukan Perawatan Payudara
   a. Daerah putting susu dan payudara kotor
   b. Putting susu tidak menonjol
   c. Produksi ASI tidak lancar dan tidak keluar

5. Alat Perawatan Payudara
    a. Minyak kelapa atau baby oil
    b. 2 handuk kecil
    c. Waskom berisi air hangat
    d. waslap
6. Cara Perawatan Payudara
    a. Tempelkan / kompres payudara ibu dengan handuk air hangat 4-5 kali selama ±2 menit
    b. Oleskan baby oil ke telapak tangan, pijat perlahan putting susu keatas dan kebawah
    c. Pijat dengan perlahan kearah atas dan ke bawah dari kanan ke kiri 5-6 kali untuk tiap payudara
    d. Pijat melingkar mengikuti bundaran payudara 5-6 kali untuk stiap payudara
    e. Pijat bentuk melingkar dan spiral kearah areola 3-4 kali untuk setiap payudara
    f. Selesai pengurutan kedua payudara dengan waslap hangat selama 2 menit.
    g. Keringkan payudara dengan handuk kering dan memakai bra



PELAKSANAAN

1. Sediakan alat-alat sebagai berikut :
   - •Handuk
   - •Kapas
   - •Kapas
   - •Minyak kelapa
   - •2 Waskom berisi air hangat dan dingin
2. oleskan minyak kelapa ke payudara dengan kapas,dan kedua tangan urutlah kedua payudara dari pangkal payudara kearah putting susu
3. ketuk-ketuklah sekeliling putting dengan ujung-ujung jari atau dengan ujung ruas jari
4. tariklah putting susu keluar,terutama kalau putting susu letaknya masuk kedalam
5. Mandikanlah payudara dengan air hangat,kemudian dengan air dingin bergant-ganti beberapa kali,keringkanlah dengan handuk bersih
6. Pakailah BH yang sesuai besarnya dengan pertumbuhan payudara

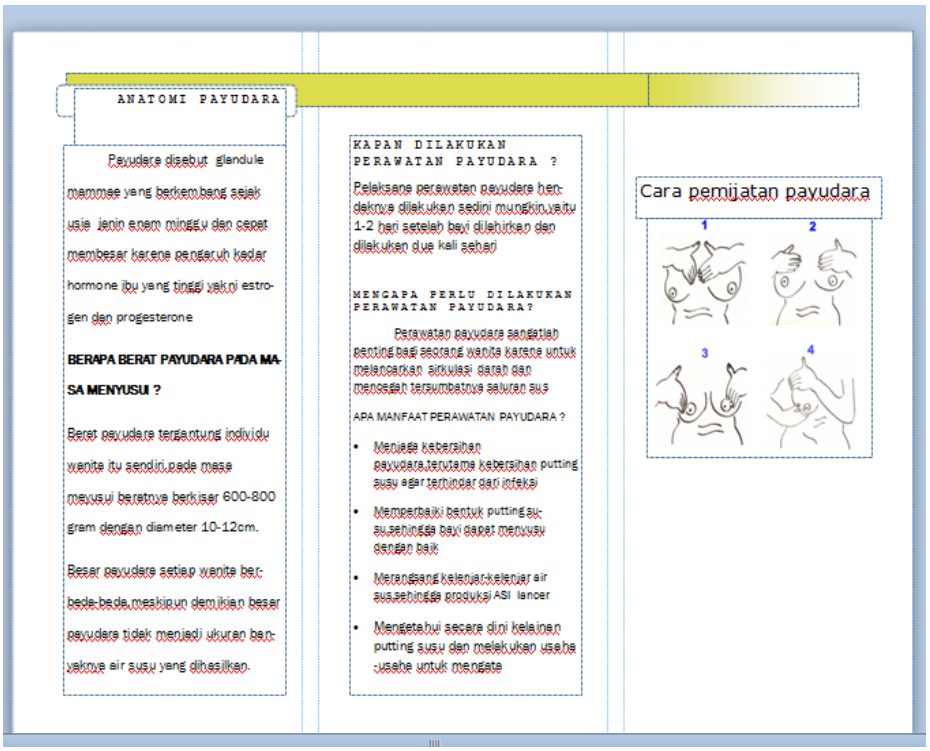
Ingat !!!

- **Lakukan perawatan payudara secara rutin**
- **Pelihara kebersihan sehari-hari**
- **Pemasukan gizi harus lebih baik dan lebih banyak untuk mencukupi produksi ASI**

USWATUN HASANAH
13621372

Perawatan payudara

D III KEBIDANAN
UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
PONOROGO



ANATOMI PAYUDARA

Payudara disebut glandule mammae yang berkembang sejak usia janin enam minggu dan cepat membesar karena pengaruh kadar hormone ibu yang tinggi yakni estrogen dan progesterone

BERAPA BERAT PAYUDARA PADA MASA MENYUSUI ?

Berat payudara tergantung individu wanita itu sendiri,pada masa menyusui beratnya berkisar 600-800 gram dengan diameter 10-12cm.

Besar payudara setiap wanita berbeda-beda,meskipun demikian besar payudara tidak menjadi ukuran banyaknya air susu yang dihasilkan.

KAPAN DILAKUKAN PERAWATAN PAYUDARA ?

Pelaksana perawatan payudara hendaknya dilakukan sedini mungkin,yaitu 1-2 hari setelah bayi dilahirkan dan dilakukan dua kali sehari

MENGAPA PERLU DILAKUKAN PERAWATAN PAYUDARA?

Perawatan payudara sangatlah penting bagi seorang wanita karena untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran sus

APA MANFAAT PERAWATAN PAYUDARA ?

- Menjaga kebersihan payudara,terutama kebersihan putting susu agar terhindar dari infeksi
- Memperbaiki bentuk putting susu,sehingga bayi dapat menyusu dengan baik
- Merangsang kelenjar-kelenjar air sus,sehingga produksi ASI lancar
- Mengetahui secara dini kelainan putting susu dan melakukan usaha-usaha untuk mengatasi

Cara pemijatan payudara

SAP GIZI IBU NIFAS

Nama Mahasiswa : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

Pokok Bahasan : gizi ibu nifas

Sasaran : Ny. “Y”

Tempat : Ny. “Y”

Waktu : 10 menit

A. Tujuan instruksional umum

Setelah diberikan penyuluhan ibu memahami tentang gizi pada ibu nifas

B. Tujuan instruksional khusus

Dengan penyuluhan diharapkan :

1. Ibu mengerti tentang gizi pada ibu nifas
2. Ibu mengerti tentang zat gizi yang diperlukan tubuh

C. Materi

1. Pengertian tentang gizi
2. Manfaat pemenuhan gizi seimbang
3. Kebutuhan gizi pada ibu nifas
4. Makanan yang harus dihindari ibu nifas
5. Contoh menu makanan ibu nifas dalam 1 hari
6. Bagaimana cara mengolah makanan sehat
7. Zat Gizi yang diperlukan oleh tubuh

D. Media

Leaflet nutrisi ibu nifas

E. Metode

1. Ceramah
2. Tanya jawab

F. Kegiatan

Kegiatan	Respon Ibu	Waktu
1. Pendahuluan : • Memberi salam pembuka • Menjelaskan tujuan	• Membalas salam • Mendengarkan • Memberi respon	2 Menit
2. Penjelasan : Gizi pada ibu nifas	• Mendengarkan dengan penuh perhatian	5 menit
3. Penutup : Tanya jawab • Menyimpulkan hasil penyuluhan • Memberikan salam penutup	• Menanyakan hal yang belum jelas • Aktif bersama menyimpulkan • Membalas salam	3 menit

G. Materi

terlampir

H. Evaluasi

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang gizi pada ibu nifas

Lampiran Materi

GIZI PADA IBU NIFAS

1. Pengertian Gizi

Gizi adalah zat yang diperlukan oleh tubuh untuk keperluan metabolismenya.Gizi ibu nifas merupakan zat–zat makanan yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan kesehatan ibu dan bayi pada masa nifas

2. Manfaat pemenuhan gizi seimbang bagi ibu nifas

   a. Menjaga kesehatan
   b. Mempercepat pengembalian alat–alat kandungan seperti sebelum hamil
   c. Untuk aktivitas dan metabolisme
   d. Untuk meningkatkan produksi ASI
   e. Membantu mempercepat penyembuhan luka luka persalinan

3. Kebutuhan gizi pada ibu nifas

   a. Mengkonsumsi makanan tambahan 500 kalori tiap hari
   b. Makan dengan diit seimbang untuk memenuhi karbohidrat, protein, lemak, mineral dan vitamin
   c. Minum ± 8-12 gelas perhari
   d. Mengkonsumsi tablet zat besi selama 40 hari post partum
   e. Mengkonsumsi vitamin A 200.000 intra unit, agar bisa memberikan vitamin A kepada anaknya melalui ASI ibu
   f. Gunakan bahan makanan yang dapat merangsang produksi ASI

4. Makanan yang harus dihindari ibu nifas :

a. Makanan yang mengandung bahan pengawet

b. Makanan yang merangsang seperti cabe, merica, jahe, kopi dan alkohol

c. Bahan makanan yang banyak mengandung gula dan lemak

5. Contoh menu makanan ibu nifas dalam 1 hari

A. Pagi

Nasi	: 2 sendok
Tempe goreng	: 1 potong
Telur ceplok	: 1 butir
tumis kacang panjang	: 1 mangkok
Susu	: 1 gelas

B. Snak pukul 10.00 WIB

1 potong pepaya

1 cangkir teh manis

C. Siang

Nasi	: 2 sendok
Semur daging	: 1 potong
Tahu goreng	: 1 bungkus
Sayur bobor ayam	: 1 mangkok kecil
Buah semangka	: 1 iris sedang

D. Snak pukul 16.00 WIB

1 potong pisang rebus

1 cangkir teh manis

E. Malam

Nasi : 2 sendok

Pepes ikan teri : 1 bungkus

Perkedel goring : 1 buah

Cha kangkung : 1 mangkok kecil

F. Snak pukul 21.00 WIB

Susu : 1 gelas

Wafer : 1 bungkus

6. Cara mengolah makanan yang benar

a. Pilih sayur-sayuran, buah-buahan, daging dan ikan yang segar

b. Cuci tangan sampai bersih sebelum dan sesudah mengolah makanan

c. Cuci bahan makanan sampai bersih baru dipotong potong

d. Masak sayuran jangan terlalu matang

e. Hindari penggunaan zat pewarna, pengawet dan penyedap rasa

f. Jangan memakai minyak yang sudah berkali kali digunakan

g. Perhatikan tanggal kadaluarsa

7. Zat Gizi yang diperlukan oleh tubuh

a. Karbohidrat(sumber tenaga/energi)

Untuk pembakaran tubuh, pembentukan jaringan baru dan untuk menghemat protein. Karbohidrat terkandung dalam : beras, jagung, tepung terigu, dan ubi.

b. Lemak *(sumber tenaga)*

Zat lemak digunakan sebagai energi cadangan. Terkandung dalam: mentega dan keju (hewani) dan kelapa sawit, minyak sayur, dan margarine (nabati).

c. Protein (sumber pembangun)

Digunakan untuk pertumbuhan dan pengganti sel yang rusak atau mati.

Protein dapat diperoleh dari protein hewani dan protein nabati.

d. Mineral, Vitamin, dan Air (sumber pengatur dan pelindung)

Digunakan untuk melindungi tubuh dari serangan penyakit dan pengatur kelancaran metabolisme tubuh.

1) Jenis-jenis Mineral Penting:

a) Zat Kapur

Untuk pembentukan tulang

Sumber : keju, susu, kacang-kacangan dan sayuran hijau.

b) Fosfor

Dibutuhkan untuk pembentukan tulang dan gigi anak

Sumber : susu, keju dan daging.

c) Zat Besi

Tambahan zat besi sangat penting dalam masa menyusui.

d) Yodium

Sangat penting untuk mencegah timbulnya kelemahan mental dan kekerdilan fisik

Sumber : minyak ikan, ikan laut, dan garam beryodium.

e) Kalsium

Untuk pertumbuhan gigi anak.

Sumber : susu dan keju.

2) Jenis-Jenis Vitamin :

a) Vitamin A

Untuk pertumbuhan sel, jaringan, gigi dan tulang

Sumber : kuning telur, hati, mentega, sayuran berwarna hijau dan buah berwarna kuning.

b) Vitamin C

Untuk pembentukan jaringan ikat dan bahan semu jaringan ikat

Sumber : jeruk, melon, brokoli, jambu biji,mangga dan sayuran.

c) Vitamin D

Untuk pertumbuhan, pembentukan tulang dan gigi serta penyerapan kalsium dan fosfor

Sumber : minyak ikan, susu, dan margarine.

d) Vitamin K

Untuk mencegah perdarahan agar proses pembekuan darah normal.

Sumber : kuning telur, hati, brokoli dan bayam.

Kebutuhan gizi pada ibu nifas

a. Mengkonsumsi makanan tambahan 500 kalori tiap hari
b. Makan dengan diit seimbang untuk memenuhi karbohidrat, protein, lemak, mineral dan vitamin
c. Minum ± 8 gelas perhari
d. Mengkonsumsi tablet zat besi selama 40 hari post partum
e. Mengkonsumsi vitamin A 200.000 intra unit, agar bisa memberikan vitamin A kepada anaknya melalui ASI ibu
f. Gunakan bahan makanan yang dapat merangsang produksi ASI

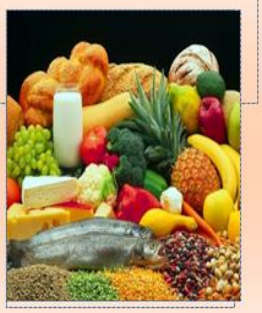
Apa gizi ibu nifas itu ?

Gizi ibu nifas merupakan zat–zat makanan yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan kesehatan ibu dan bayi pada masa nifas.

Apa manfaat pemenuhan gizi seimbang bagi ibu nifas ?

1. Menjaga kesehatan
2. Mempercepat pengembalian alat–alat kandungan seperti sebelum hamil
3. Untuk aktivitas dan metabolisme
4. Untuk meningkatkan produksi ASI
5. Membantu mempercepat penyembuhan luka persalinan

GIZI IBU NIFAS



USWATUN HASANAH
13621372
D3 KEBIDANAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2014

Makanan yang harus dihindari ibu nifas :

a. Makanan yang mengandung bahan pengawet
b. Makanan yang merangsang seperti cabe, merica, jahe, kopi dan alkohol
c. Bahan makanan yang banyak mengandung gula dan lemak

Contoh menu makanan ibu nifas dalam 1 hari

A. Pagi

Nasi	: 2 sendok
Tempe goreng	: 1 potong
Telur ceplok	: 1 butir
tumis kacang panjang	: 1 mangkok
Susu	: 1 gelas

B. Snak pukul 10.00 WIB
1 potong pepaya
1 cangkir teh manis

C. Siang

Nasi	: 2 sendok
Semur daging	: 1 potong
Tahu goreng	: 1 bungkus
Sayur bobor ayam	: 1 mangkok kecil
Buah semangka	: 1 iris sedang

D. Snak pukul 16.00 WIB
1 potong pisang rebus
1 cangkir teh manis

E. Malam

Nasi	: 2 sendok
Pepes ikan teri	: 1 bungkus
Perkedel goreng	: 1 buah
Cha kangkung	: 1 mangkok kecil

F. Snak pukul 21.00 WIB

Susu	: 1 gelas
Wafer	: 1 bungkus

Cara mengolah makanan yang benar

1. Pilih sayur-sayuran, buah-buahan, daging dan ikan yang segar
2. Cuci tangan sampai bersih sebelum dan sesudah mengolah makanan
3. Cuci bahan makanan sampai bersih baru dipotong potong
4. Masak sayuran jangan terlalu matang
5. Hindari penggunaan zat pewarna, pengawet dan penyedap rasa
6. Jangan memakai minyak yang sudah berkali kali digunakan
7. Perhatikan tanggal kadaluarsa

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

Pokok Bahasan : ASI eksklusif

Sasaran : Ny. “Y”

Tempat : Ny. “Y”

Waktu : 10 menit

I. TUJUAN

A. Tujuan Umum

Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif ibu mampu menjelaskan apa yang telah dijelaskan bidan.

B. Tujuan Khusus

1. Ibu dapat menjelaskan pengertian ASI Eksklusif
2. Ibu dapat menjelaskan manfaat ASI eksklusif
3. Ibu mengetahui posisi menyusui yang benar
4. Ibu mengetahui cara untuk memperbanyak produksi ASI

II. POKOK BAHASAN

ASI eksklusif

III. METODE

Ceramah dan Tanya jawab.

IV. MEDIA

Leaflet

V. Kegiatan Penyuluhan

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. menjelaskan pengertian ASI Eksklusif 2. menjelaskan manfaat ASI eksklusif 3. menjelaskan posisi menyusui yang benar 4. menjelaskan cara memperbanyak produksi ASI
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup

VI. MATERI

Terlampir

VII. EVALUASI

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kmbali tentang ASI eksklusif

Lampiran Materi

ASI EKSKLUSIF

A. Pengertian ASI eksklusif

Pemberian air susu ibu dalam 6 bulan pertama kelahiran bayi oleh seorang ibu yang tanpa tambahan apapun baik itu minuman atau pun makanan tambahan lainnya termasuk pemberian air putih sekalipun.

B. Manfaat ASI

1. Bagi bayi yang di susui diantaranya yaitu :
   a) Asi eksklusif memuat kandungan gizi yang sempurna sesuai yang dibutuhkan bayi. Air susu ibu mudah dicerna dan diserap bayi serta melindungi bayi dari timbulnya infeksi karena mengandung zat kekebalan tubuh.
   b) Air susu ibu mengandung banyak zat–zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Jadi hal ini akan membantu dalam proses tumbuh kembang anak yang baik serta sehat pula.
   c) Kontak langsung antara ibu dengan bayi ini akan banyak membantu dalam pembentukan ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi.
2. Manfaat pemberian ASI bagi ibu diantaranya yaitu :
   a) Mencegah perdarahan setelah proses persalinan dan kelahiran. Dengan memberikan Inisiasi Menyusui Dini dari ibu kepada bayinya yang baru lahir maka hal ini yaitu memberikan ASI dan menyusui segera setelah melahirkan akan dapat mendorong terjadinya kontraksi rahim dan mencegah terjadinya perdarahan.

b) Alat Kontrasepsi Alamiah. Hisapan bayi pada payudara ibu merangsang hormon prolaktin. Hormon prolaktin dapat menghambat terjadinya pematangan sel telur sehingga menunda kesuburan.

c) Praktis dan Ekonomis. Selain komposisinya yang sempurna, asi juga sangat praktis dan ekonomis.

C. Posisi Menyusui Yang Benar

1. Bagi sang ibu, duduklah dalam posisi yang senyaman mungkin, melemaskan bahu. Pada waktu memberikan ASI, menyusui ASI ini biasakan pula memakai pakaian yang ringan dan juga mudah untuk dibuka sehingga sang bayi pun akan mudah menyusui.
2. Sang ibu memegang sang bayi dengan posisi yang berhadap-haapan antara dada dengan dada (dada sang ibu dan dada sang bayi).
3. Selanjutnya tips posisi menyusui yang benar adalah jangan sampai sang bayi pada saat menyusui payudara ibu harus memutar kepalanya. Saat mulutnya tertutup, hidung sang bayi harus sejajar dengan puting sang ibu
4. Pada saat mulut sang bayi telah terbuka lebar untuk menyusui, maka bawa mulut sang bayi untuk mendekati payudara ibu, dan setelah itu arahkan puting susu ibu ke bibir atas sang bayi.

D. Cara Untuk Memperbanyak Produksi ASI

1. sering menyusui
2. coba menyusui bergantian
3. Makan makanan sehat dan bergizi. Jangan diet dulu atau terburu-buru ingin menurunkan berat badan saat Anda menyusui. Makan banyak sayur, buah, gandum, susu.

ASI EKSKLUSIF

Nama : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

D III KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2016

Pengertian ASI eksklusif adalah pemberian air susu ibu dalam 6 bulan pertama kelahiran bayi oleh seorang ibu yang tanpa tambahan apapun baik itu minuman ataupun makanan tambahanlainnya termasuk pemberian air putih sekalipun. Pemberian ASI Eksklusif menurut WHO kepada bayi adalah yang terbaik untuk memberikan nutrisi kepada buahhati. ASI merupakan makanan pokok bagi bayi yang sangat dibutuhkan untuk membangun sistem kekebalan tubuh secara alami agar ia dapat terhindar dari berbagai penyakit.

manfaat ASI bagi bayi yang di susui diantaranya yaitu :

1. Asi eksklusif memuat kandungan gizi yang sempurna sesuai yang dibutuhkan bayi. Air susu ibu mudah dicerna dan diserap bayi serta melindungi bayi dari timbulnya infeksi karena mengandung zat kekebalan tubuh.
2. Air susu ibu mengandung banyak zat–zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Jadi hal ini akan membantu dalam proses tumbuh kembang anak yang baik serta sehat pula.
3. Kontak langsung antara ibu dengan bayi ini akan banyak membantu dalampembentukan ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi.

Manfaat pemberian ASI bagi ibu diantaranya yaitu :

1. Mencegah perdarahan setelah proses persalinan dan kelahiran. Dengan memberikan Inisiasi Menyusui Dini dari ibu kepada bayinya yang baru lahir maka hal ini yaitu memberikan ASI dan menyusui segera setelah melahirkan akan dapat mendorong terjadinya kontraksi rahim dan mencegah terjadinya perdarahan.
2. Alat Kontrasepsi Alamiah. Hisapan bayi pada payudara ibu merangsang hormon prolaktin. Hormon prolaktin dapat menghambat terjadinya pematangan sel telur sehingga menunda kesuburan.
3. Praktis dan Ekonomis. Selain komposisinya yang sempurna, asi juga sangat praktis dan ekonomis.

Berikut adalah beberapa posisi menyusui yang benar diantaranya yaitu :

1. Bagi sang ibu, duduklah dalam posisi yang senyaman mungkin, melemaskan bahu. Pada waktu memberikan ASI, menyusui ASI ini biasakan pula memakai pakaian yang ringan dan juga mudah untuk dibuka sehingga sang bayi pun akan mudah menyusui.
2. Sang ibu memegang sang bayi dengan posisi yang berhadap-haapan antara dada dengan dada (dada sang ibu dan dada sang bayi).
3. Selanjutnya tips posisi menyusui yang benar adalah jangan sampai sang bayi pada saat menyusui payudara ibu harus memutar kepalanya. Saat mulutnya tertutup, hidung sang bayi harus sejajar dengan puting sang ibu
4. Pada saat mulut sang bayi telah terbuka lebar untuk menyusui, maka bawa mulut sang bayi untuk mendekati payudara ibu, dan setelah itu arahkan puting susu ibu ke bibir atas sang bayi.

Ada beberapa cara menyusui pada bayi, diantaranya adalah sebagai berikut:

cara untuk memperbanyak produksi ASI:

1. Sering menyusui.

2. Coba menyusui bergantian.

3. Makan makanan sehat dan bergizi. Jangan diet dulu atau terburu-buru ingin menurunkan berat badan saat Anda menyusui. Makan banyak sayur, buah, gandum, susu.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

Pokok Bahasan : Tanda Bahaya Nifas

Sasaran : Ny. “Y”

Tempat : rumah Ny. “Y”

Waktu : 10 menit

1. TUJUAN

a) Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga pasien mengetahui tentang tanda bahaya nifas

b) Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga pasien dapat : menjelaskan tentang tanda bahaya nifas

II. POKOK BAHASAN

Tanda bahaya nifas

III. METODE

Ceramah dan Tanya jawab.

IV. MEDIA

Leaflet

V. PENATALAKSANAAN DAN KEGIATAN

Kegiatan	Respon Ibu	Waktu
1. Pendahuluan : • Memberi salam pembuka • Menjelaskan tujuan	• Membalas salam • Mendengarkan • Memberi respon	2 menit
2. Penjelasan : • Tanda bahaya nifas	• Mendengarkan dengan penuh perhatian	5 menit
3. Penutup : • Tanya jawab • Menyimpulkan hasil penyuluhan • Memberikan salam penutup	• Menanyakan hal yang belum jelas • Aktif bersama menyimpulkan • Membalas salam	3 menit

VI. MATERI

Terlampir

VIII. EVALUASI

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang tanda bahaya pada nifas

Lampiran Materi

TANDA BAHAYA NIFAS

1. INFEKSI MASA NIFAS

Infeksi kala nifas adalah infeksi peradangan pada semua alat genitalia pada masa nifas oleh sebab apapun dengan ketentuan meningkatnya suhu badan melebihi 38 ^{o}C tanpa menghitung hari pertama dan berturut-turut selama dua hari.

Gambaran klinis infeksi umum dapat dalam bentuk :

a. Infeksi Lokal

- Pembengkakan luka episiotomi.
- Terjadi penanahan pada luka episiotomi.
- Perubahan warna lokal.pada jalan lahir
- Pengeluaran *lochia* bercampur nanah.
- Mobilisasi/gerak terbatas karena rasa nyeri.
- Temperatur badan dapat meningkat

b. Infeksi General

- Tampak sakit dan lemah.
- Temperatur meningkat diatas 39 ^{o}C.
- Tekanan darah dapat menurun dan nadi meningkat.
- Pernapasan dapat meningkat dan napas terasa sesak.
- Kesadaran gelisah sampai menurun dan koma.
- Terjadi gangguan *involusi* uterus.
- *Lochia* : berbau, bernanah serta kotor.

PENANGANAN :

a) Menjaga kebersihan seluruh tubuh terutama pada daerah genetalia.
b) Mengganti pembalut setidaknya dua kali sehari.
c) Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah membersihkan daerah genetalianya.
d) Jika ibu mempunyai luka episiotomi, hindari menyentuh daerah vulva.

2. KEADAAN ABNORMAL PADA RAHIM

Beberapa keadaan abnormal pada rahim adalah :

a. *Sub involusi* uteri.

Proses *involusi* rahim tidak berjalan sebagaimana mestinya, sehingga proses pengecilan rahim terhambat.

b. *Pendarahan* masa nifas primer

Adalah pendarahan yang terjadi pada 24 jam pertama.

3. KEADAAN ABNORMAL PADA KAKI

Merupakan salah satu bentuk infeksi *puerpuralis* yang mengenai pembuluh darah vena *femoralis*. Gejala adalah :Terjadi pembengkakan pada tungkai, Berwarna putih, Terasa sangat nyeri, Tampak bendungan pembuluh darah, Temperatur badan dapat meningkat

PENANGANAN :

* Setelah melahirkan, segera meneteki bayi.
* Lakukan mobilisasi dini.

* Segera kunjungi fasilitas kesehatan jika terdapat tanda-tanda keadaan abnormal seperti tersebut diatas untuk segera mendapatkan penanganan lebih lanjut.

4. KEADAAN ABNORMAL PADA PAYUDARA

Beberapa keadaan abnormal yang mungkin terjadi adalah :

a. Bendungan ASI

Disebabkan oleh penyumbatan pada saluran ASI. Keluhan mamae bengkak, keras, dan terasa panas sampai suhu badan meningkat.

b. *Mastitis dan Abses payudara*

c. Infeksi ini menimbulkan demam, nyeri lokal pada *payudara*, pemadatan *payudara* dan terjadi perubahan warna kulit *payudara*.

PENANGANAN :

a. Meneteki lebih sering secara bergantian pada kedua payudara.
b. Mengompres hangat sebelum meneteki untuk bendungan asi, kompres dingin untuk mastitis dan abses mamae.
c. Memeras susu secara manual sebelum meneteki dan basahi puting agar bayi mudah menetek.
d. Menggunakan bebat atau kutang.
e. Ibu tetap meneteki kecuali jika terjadi abses pada payudara.
f. Istirahat cukup.
g. Segera datang ke fasilitas kesehatan untuk mendapat penanganan lebih lanjut.

Tanda Bahaya Bayi Baru Lahir

1. Tidak dapat menyusu
2. Kejang
3. Mengantuk atau tidak sadar
4. Napas cepat (>60 menit)
5. Merintih
6. Retraksi dinding dada
7. Sianosis sentral

5. KEADAAN ABNORMAL PADA PSIKOLOGIS

a. Psikologi Pada Masa Nifas

Pada 0 – 3 hari setelah melahirkan, ibu nifas berada pada puncak kegelisahan setelah melahirkan karena rasa sakit pada saat melahirkan sangat terasa yang berakibat ibu sulit beristirahat. Pada 3 -10 hari setelah melahirkan, *Postnatal blues* biasanya muncul, biasanya disebut dengan *3th day blues*. *Postnatal blues* adalah suatu kondisi dimana ibu memiliki perasaan khawatir yang berlebihan terhadap kondisinya dan kondisi bayinya. Pada 1 – 12 minggu setelah melahirkan, kondisi ibu mulai membaik dan menuju pada tahap normal.

b. Depresi Pada Masa Nifas

Kesedihan dan kemurungan setelah melahirkan, keadaan ini berlangsung antara 3-6 bulan.

PENANGANAN :

- Meningkatkan peran suami dan keluarga untuk menciptakan komunikasi terapeutik.
- Berikan dukungan mental pada ibu.
- Berikan perhatian lebih pada ibu.
- Bila depresi berlanjut segera konsultasi ke psikiater

a. Infeksi ini menimbulkan demam, nyeri lokal pada *payudara*, pemadatan *payudara* dan terjadi perubahan warna kulit *payudara*.

PENANGANAN :

- Meneteki lebih sering secara bergantian pada kedua payudara.
- Mengompres hangat sebelum meneteki untuk bendungan asi, kompres dingin untuk mastitis dan abses mamae.
- Memeras susu secara manual sebelum meneteki dan basahi puting agar bayi mudah menetek.
- Menggunakan bebat atau kutang.
- Ibu tetap meneteki kecuali jika terjadi abses pada payudara.
- Istirahat cukup.
- Segera datang ke fasilitas kesehatan untuk mendapat penanganan lebih lanjut.

Tanda Bahaya Bayi Baru Lahir

1. Tidak dapat menyusu
2. Kejang
3. Mengantuk atau tidak sadar
4. Napas cepat (>60 menit)
5. Merintih
6. Retraksi dinding dada
7. Sianosis sentral

➤ Bila ditemukan tanda bahaya tersebut, rujuk bayi ke fasilitas kesehatan

5. KEADAAN ABNORMAL PADA PSIKOLOGIS

a. Psikologi Pada Masa Nifas

Pada 0 – 3 hari setelah melahirkan, ibu nifas berada pada puncak kegelisahan setelah melahirkan karena rasa sakit pada saat melahirkan sangat terasa yang berakibat ibu sulit beristirahat. Pada 3 -10 hari setelah melahirkan, *Postnatal blues* biasanya muncul, biasanya disebut dengan *3th day blues*. *Postnatal blues* adalah suatu kondisi dimana ibu memiliki perasaan khawatir yang berlebihan terhadap kondisinya dan kondisi bayinya. Pada 1 – 12 minggu setelah melahirkan, kondisi ibu mulai membaik dan menuju pada tahap normal.

b. Depresi Pada Masa Nifas

Kesedihan dan kemurungan setelah melahirkan, keadaan ini berlangsung antara 3-6 bulan.

PENANGANAN :

- Meningkatkan peran suami dan keluarga untuk menciptakan komunikasi terapeutik.
- Berikan dukungan mental pada ibu.
- Berikan perhatian lebih pada ibu.
- Bila depresi berlanjut segera konsultasi ke psikiater

TANDA BAHAYA NIFAS & PENANGANANNYA

Disusun Oleh :

Uswatun Hasanah
13621372

D III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMADIYAH PONOROGO
2016

TANDA BAHAYA NIFAS DAN PENANGANANNYA

1. INFEKSI MASA NIFAS

Infeksi kala nifas adalah infeksi peradangan pada semua alat genitalia pada masa nifas oleh sebab apapun dengan ketentuan meningkatnya suhu badan melebihi 38 °C tanpa menghitung hari pertama dan berturut-turut selama dua hari.

Gambaran klinis infeksi umum dapat dalam bentuk :

1. Infeksi Lokal
   - Pembengkakan luka episiotomi.
   - Terjadi penanahan pada luka episiotomi.
   - Perubahan warna lokal.pada jalan lahir
   - Pengeluaran *lochia* bercampur nanah.
   - Mobilisasi/gerak terbatas karena rasa nyeri.
   - Temperatur badan dapat meningkat
2. Infeksi General
   - Tampak sakit dan lemah.
   - Temperatur meningkat diatas 39 °C.
   - Tekanan darah dapat menurun dan nadi meningkat.
   - Pernapasan dapat meningkat dan napas terasa sesak.
   - Kesadaran gelisah sampai menurun dan koma.
   - Terjadi gangguan *involusi* uterus.
   - *Lochia* : berbau, bernanah serta kotor.

PENANGANAN :

➤ Menjaga kebersihan seluruh tubuh terutama pada daerah genetalia.
➤ Mengganti pembalut setidaknya dua kali sehari.
➤ Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah membersihkan daerah genetalianya.
➤ Jika ibu mempunyai luka episiotomi, hindari menyentuh daerah vulva.

2. KEADAAN ABNORMAL PADA RAHIM

Beberapa keadaan abnormal pada rahim adalah :

a. *Sub involusi* uteri.
   Proses *involusi* rahim tidak berjalan sebagaimana mestinya, sehingga proses pengecilan rahim terhambat.
b. *Pendarahan* masa nifas primer
   Adalah pendarahan yang terjadi pada 24 jam pertama.

3. KEADAAN ABNORMAL PADA KAKI

Flegmasia alba dolens.
Merupakan salah satu bentuk infeksi *puerpuralis* yang mengenai pembuluh darah vena *femoralis*. Gejala adalah :Terjadi pembengkakan pada tungkai, Berwarna putih, Terasa sangat nyeri, Tampak bendungan pembuluh darah, Temperatur badan dapat meningkat.

PENANGANAN :

- Setelah melahirkan, segera meneteki bayi.
- Lakukan mobilisasi dini.
- Segera kunjungi fasilitas kesehatan jika terdapat tanda-tanda keadaan abnormal seperti tersebut diatas untuk segera mendapatkan penanganan lebih lanjut.

4. KEADAAN ABNORMAL PADA PAYUDARA

Beberapa keadaan abnormal yang mungkin terjadi adalah :

a. Bendungan ASI
   Disebabkan oleh penyumbatan pada saluran ASI. Keluhan mamae bengkak, keras, dan terasa panas sampai suhu badan meningkat.
b. Mastitis dan Abses payudara

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Hari / Tanggal : Jumat, 03 Juni 2016

Waktu : 14.15 WIB

Pokok Bahasan : Bayi Baru Lahir

Sasaran : Ibu Nifas

Penyuluh : Uswatun Hasanah

Tempat : Rumah Ny.Y

I. Tujuan intruktional umum

Setelah dilakukan penyuluhan tentang pemberian Perawatan Bayi Baru Lahir diharapkan ibu dapat mengerti dan memahami bagaimana perawatan Bayi Baru Lahir.

II. Tujuan intruktional khusus

Setelah dilakukan penyuluhan tentang Perawatan Bayi Baru Lahir diharapkan ibu dapat:

a. Memberikan Asi Pada Bayi Baru Lahir
b. Memandikan Bayi Dengan Benar
c. Merawat Tali Pusat Bersih, Kering, Terbuka
d. Mengganti Popok
e. Merawat Alat Kelamin
f. Menjemur Bayi
g. Menjaga Bayi Agar Tetap Sehat (Periksa Rutin)
h. Manfaat Perawatan Bayi Baru Lahir Di Rumah

III. Materi

Perawatan bayi sehari – hari

IV. Media

Leaflet

V. Metode

Ceramah dan Tanya jawab

VI. Kegiatan

Kegiatan	Respon Ibu	Waktu
1. Pendahuluan : • Memberi salam pembuka • Menjelaskan tujuan	• Membalas salam • Mendengarkan • Memberi respon	2 menit
2. Penjelasan : • Perwatan bayi shari – hari	• Mendengarkan dengan penuh perhatian	5 menit
3. Penutup : • Tanya jawab • Menyimpulkan hasil penyuluhan • Memberikan salam	• Menanyakan hal yang belum jelas • Aktif bersama	3 menit

penutup	menyimpulkan • Membalas salam	

VII. MATERI

Terlampir

VIII. EVALUASI

ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang perawatan bayi sehari – hari

Lampiran Materi

PERAWATAN BAYI BARU LAHIR DI RUMAH

1. PEMBERIAN ASI PADA BAYI BARU LAHIR
   a. Pada keadaan normal, bayi menyusu sebanyak 8 kali per hari. Jika bayi telah tidur selama 2-3 jam, bangunkan bayi untuk diteteki.
   b. Untuk meningkatkan produksi ASI, ibu harus meneteki sesuai kebutuhan bayi, pagi, siang, sore dan malam sampai bayi puas, meneteki dengan payudara kiri sampai kosong dilanjutkan kanan bergantian.
   c. Ibu nifas harus merawat payudara dengan cara membersihkannya sebelum dan sesudah menyusui. Ibu dapat membersihkan payudara dengan membasuhkan kapas yang dicelupkan air hangat.
   d. Ibu menyusui eksklusif yaitu ibu hanya memberikan ASI saja (kecuali obat, vitamin dan ASI peras) sampai bayi berumur 6 bulan.
   e. Ibu yang menyusui eksklusif memberikan banyak keuntungan, antara lain : ASI mudah dicerna dan diserap bayi, ASI melindungi bayi dari penyakit, menyusui membantu menunda kehamilan, menyusui mempercepat pemulihan rahim.
2. MEMANDIKAN BAYI DENGAN BENAR

   Di daerah yang panas, bayi dimandikan setiap pagi dan sore hari, tetapi di daerah pegunungan cukup sehari, misalnya sore hari saja. Waktu memandikan bayi harus sebelum makan, dan sebaiknya antara pukul 09.00 sampai 10.00 pagi, dan sore antara pukul 15.00 sampai 16.00.

   Persiapan memandikan bayi :

a. Tempat memandikan lebih baik di dalam kamar bayi
b. Sebelum memandikan ibu dianjurkan mencuci tagan dengan sabun sampai bersih
c. Sediakan barang – barang yang di butuhkan yaitu handuk, dua buah waslap, popok, bau , sabun, air hangat, bedak, dan lain- lain

Cara memandikan bayi :

a. Diatas meja dilapisi kain karetdan dilapisi handuk bersih
b. Letakkan bayi diatasnya
c. Basahkan waslap, lalu peras airnya
d. Gosok beberapa kali secara perlahan muka bayi dimulai dari dahi, mata, telinga, hidung dan mulut, kemudian gosok rambut bayi
e. Mencuci muka tidak boleh memakai sabun karena air sabun jika masuk ke mata maka akan perih
f. Setelah muka dan kepala bayi dicuci, keringkan dengan handuk yang dipakai sebagai alas tadi
g. Basahi waslap yang ke dua dan beri sabun
h. Sabuni leher, ketiak, badan, sela paha dan sela pantat bayi
i. Setelah seluruh tubuh rata disabuni, kemudian memasukkan bayi ke dalam ember yang berisi air hangat
j. Peganglah leher bayi dengan tangan kiri di antara ibu jari dan jari telunjuk, jari tengh dimasukkan di sela ketiak, jari lain di letakkan di punggung bayi
k. Tangan kanan meniram – nyiram badan bayi sambil di gosok perlahan dengan waslap

l. Kemudian tangan kanan berada disela– sela paha sambil memegang pantat bayi, lalu di angkat

m. Setelah selesai mandi bayi di letakkan kembali diatas handuk.

n. Keringkanlah badan bayi dengan handuk

3. MERAWAT TALI PUSAT BERSIH, KERING, TERBUKA

a. Selalu mencuci tangan sebelum melakukan perawatan tali pusat

b. Biarkan tali pusat terbuka dan selalu dalam keadaan kering

c. Saat mandi bersihkan tali pusat

d. Setelah selesai keringkan dengan handuk lembut atau cukup diangin – anginkan

e. Saat ini tidak dianjurkan lagi membungkus dengan kassa steril yang di basahi dengn

alcohol 70 %

f. Setelah tali pusar lepas, oleskan pangkalnya dengan betadine dengan menggunakan cotton bud

g. Bila tali pusat basah, berbau atau dinding perut disekitarnya kemerahan harus segera

h. dibawa ke petugas kesehatan, poskesdes, puskesmas atau fasilitas kesehatan yang lain.

Kebiasaan yang merugikan bayi :

a. Membubuhi tali pusat dengan ramuan dapat menyebabkan infeksi

b. Bayi boleh keluar rumah sebelum umur 40 hari untuk mendapatkan pelayanan kesehatan, dengan tetap menjaga kehangatan dan hindarkan dari orang sakit.

c. Ibu tidak perlu khawatir dengan imunisasi, imunisasi mungkin menyebabkan demam tetapi tidak berbahaya dan bisa diatasi dengan pemberian obat penurun panas.

d. Jangan mengobati sendiri jika bayi sakit.

4. MENGGANTI POPOK

Pada umumnya setiap kali bayi kencing atau buang air besar popoknya harus diganti.Tetapi penggantian popok tidak boleh mengganggu ketenangan bayi. Cara mengganti popok pada malam hari agar bayi dapat tidur tenang :

a. Tutuplah daerah kemaluan dan pantat bayi dengan kertas toilet kira-kira setebal 1 cm

b. Beri popok atau celana sehingga kencing yang keluar dapat langsung diserap oleh kertas toilet sehingga tidak mengganggu tidur bayi

c. Setiap kali mengganti popok pantat bayi harus dicuci dengan air hangat

d. Keringkan dengan kain bersih

5. MERAWAT ALAT KELAMIN

a. Perhatikan kebersihan pada lipatan paha

b. Jaga agar tetap kering dan jangan menggunakan bedak

c. Cara membersihkan kelamin perempuan adalah dari depan (vagina) kemudian ke belakang (anus)

d. Cara membersihkan alat kelamin laki – laki adalah dengan membersihan ujung penis kemudian buah zakar

e. Jangan dipijat

6. MENJEMUR BAYI

Sinar matahari dan udara segar sangat penting untuk pertumbuhan dan pemeliharaan kesehatan. Bayi sejak berumur beberapa hari sebaiknya setiap pagi dibawa keluar untuk mendapatkan sinar matahari dan hawa sejuk.

a. Jemurlah bayi pada pagi antara pukul 07.00 – 08.00 selama 15-30 menit dengan posisi terlentang dan tengkurap
b. Jemur saat sebelum mandi
c. Bukalah baju bayi dan pakaikan popok yang minim
d. Hindarkan mata dari sinar matahari lngung
e. ganti posisi setiap 15 menit

7. MENJAGA BAYI AGAR TETAP SEHAT (PERIKSA RUTIN)

Pemeriksaan kesehatan bayi pada 1 minggu pertama :

a. Kematian bayi banyak terjadi pada minggu pertama atau hari-hari pertama setelah lahir.
b. Bayi Baru Lahir gampang sakit dan gejala sakit pada Bayi Baru Lahir sulit dikenali. Apabila bayi sakit, penyakitnya cepat menjadi berat dan serius bahkan bisa meninggal
c. Pentingnya pemeriksaan bayi pada minggu pertama yaitu untuk mengetahui sedini mungkin bila bayi tidak sehat, atau ada kelainan bawaan.
d. Ibu dan Ayah yang memeriksakan bayinya ke petugas kesehatan mendapatkan pengetahuan cara merawat bayi baru lahir, menyusui yang benar, menghindari terjadinya infeksi serta pemantauan berat badan bayi.

Pemeriksaan bayi pada hari ke 8 – 28 :

a. Pemeriksaan bayi baru lahir perlu dilakukan untuk memantau kesehatan bayi, sehingga dapat segera diketahui bila ada tanda atau gejala bayi sakit.
b. Pemeriksaan untuk mengetahui cara menyusui dan perawatan bayi yang benar dan kecukupan pemberian ASI.
c. Pelayanan kesehatan yang diberikan yaitu pemeriksaan fisik, penimbangan berat badan, pengukuran lingkar kepala, nasehat pemberian ASI dan informasi tentang tanda-tanda bahaya bayi sakit.

8. MANFAAT PERAWATAN BAYI BARU LAHIR DI RUMAH

a. Meningkatkan kemandirian orangtua terhadap perawatan bayinya
b. Meningkatkan kualitas hidup bayi
c. Mengurangi angka kematian bayi baru lahir
d. Meminimalkan biaya perawatan
e. Meningkatkan hubungan orang tua dan bayi

3. MENGGANTI POPOK

Sebaiknya setiap kali bayi buang air kecil atau buang air besar popok harus diganti. Jangan gunakan bedak ketika bayi selesai BAK atau BAB tetapi bersihkan dengan tissue basah atau air hangat

BAGAIMANA MERAWAT BAYI SEHARI-HARI ITU????

1. MEMANDIKAN BAYI DENGAN BENAR

Memandikan bayi sebaiknya 2x dalam sehari. Waktu memandikan bayi sebaiknya antara pukul 09.00 sampai 10.00 pagi, dan sore antara pukul 15.00 sampai 16.00.

2. MERAWAT TALI PUSAT BERSIH, KERING, TERBUKA

Selalu mencuci tangan sebelum melakukan perawatan tali pusat, biarkan tali pusat terbuka dan selalu dalam keadaan kering ,Saat mandi bersihkan tali pusat, tidak dianjurkan lagi membungkus dengan kassa steril yang di basahi dengan alcohol 70 % .

PERAWATAN BAYI SEHARI-HARI

OLEH:

Uswatun Hasanah

13621372

PRODI D3 KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

4. MERAWAT ALAT KELAMIN

Perhatikan kebersihan pada lipatan paha, Jaga agar tetap kering dan jangan menggunakan bedak , Cara membersihkan kelamin perempuan adalah dari depan (vagina) kemudian ke belakang (anus) , Cara membersihkan alat kelamin laki - laki adalah dengan membersihan ujung penis kemudian buah zakar, jangan dipijat

5. MENJAGA BAYI AGAR TETAP SEHAT

Selalu pantau kesehatan bayi untuk terhindar dari penyakit, jaga kebersihan dan kesehatan bayi, jika ada tanda bahaya pada bayi segera periksakan ke tenaga kesehatan.

MANFAAT PERAWATAN BAYI BARU LAHIR DI RUMAH

1. Meningkatkan kemandirian orangtua terhadap perawatan bayinya
2. Meningkatkan kualitas hidup bayi
3. Mengurangi angka kematian bayi baru lahir
4. Meminimalkan biaya perawatan
5. Meningkatkan hubungan orang tua dan bayi

SAP CARA MENYUSUI YANG BENAR

Nama Mahasiswa : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

Pokok Bahasan : Cara Menyusui yang Benar

Sasaran : Ny. “Y”

Tempat : rumah Ny. “Y”

Waktu : 10 menit

A. Tujuan instruksional umum

Setelah diberikan penyuluhan ibu memahami tentang cara menyusui yang benar

B. Tujuan instruksional khusus

Dengan penyuluhan diharapkan :

1. Ibu mengerti tentang tujuan menyusui yang benar
2. Ibu mengerti tentang langkah – langkah menyusui yang benar

C. Materi

Cara mnyusui yang benar

D. Media

Leaflet cara menyusui yang benar

E. Metode

Ceramah dan Tanya jawab

F. Kegiatan

Kegiatan	Respon Ibu	Waktu
1. Pendahuluan : • Memberi salam pembuka • Menjelaskan tujuan	• Membalas salam • Mendengarkan • Memberi respon	2 menit
2. Penjelasan : • Cara menyusui yang benar	• Mendengarkan dengan penuh perhatian	5 menit
3. Penutup : • Tanya jawab • Menyimpulkan hasil penyuluhan • Memberikan salam penutup	• Menanyakan hal yang belum jelas • Aktif bersama menyimpulkan • Membalas salam	3 menit

G. Evaluasi

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang cara menyusui yang benar.

Lampiran Materi

CARA MENYUSUI YANG BENAR

A. Pengertian Cara Menyusui

Cara pemberian ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar.

B. Tujuan Menyusui

1) Agar putting susu tidak lecet dan nyeri
2) Agar ASI bisa keluar secara maksimal
3) Agar produksi ASI bisa lancar dan optimal
4) Agar bayi merasa nyaman dan tenang saat menyusu.

C. Macam-Macam Posisi Menyusui

1) Posisi duduk
2) Posisi berdiri
3) Posisi berbaring

D. Langkah Langkah Menyusui Yang Benar

1) Mencuci tangan sebelum menyusui

2) Ibu duduk atau berbaring dengan santai (bila duduk sebaiknya ibu menggunakan kursi yang rendah supaya kaki ibu tidak menggantung

3) Sebelum menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan di putting dan sekitar areola payudara (cara ini bermanfaat sebagai desinfektan)

4) Letakkan bayi dengan satu lengan, kepala bayi berada dalam lengkung siku ibu dan bokong bayi berada pada lengan bawah ibu.

5) Tempelkan perut bayi ke perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi di belakang badan ibu dan yang satu di depan, kepala bayi menghadap ke payudara.

6) Memposisikan bayi dengan telinga dan lengan pada garis lurus.

7) Ibu memegang payudara dengan ibu jari diatas dan jari lain menopang dibawah serta jangan menekan putting susu dan areolanya

8) Lakukan rangsangan untuk membuka mulut bayi dengan cara menyentuh pipi bayi dengan putting susu atau menyentuh sudut mulut bayi

9) Setelah bayi membuka mulut segera dekatkan kepala bayi ke payudara ibu dan segera masukkan putting susu serta sebagian besar areola ke mulut bayi.

10) Setelah bayi mulai menghisap ibu tidak perlu memegang atau menyangga payudara lagi

11) Perhatikan bayi saat menyusu, ketika bayi sudah mendapat asupan ASI yang cukup, untuk melepas isapan bayi jari kelingking dimasukkan kemulut bayi melalui sudut mulutatau dagu bayi di tekan ke bawah.

12) Setelah selesai menyusui oleskan sedikit ASI ke putting susu dan areola dan biarkan kering dengan sendirinya.

13) Kemudian sendawakan bayi dengan cara gendong nayi dengan tegak dan bersandar pada bahu ibu kemudian ounggung bayi di tepuk perlahan lahan sampai bayi bersendawa, bila tidak bersendawa tunggu 10-15 menit atau bayi ditengkurapkan di pangkuan

CARA MENYUSUI YANG BENAR

USWATUN HASANAH

13621372

D III KEBIDANAN

FAKULTAS IL MU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2016

A. PENGERTIAN CARA MENYUSUI

Cara pemberian ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar.

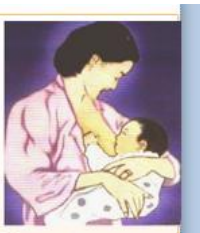
B. TUJUAN MENYUSUI

- Agar putting susu tidak lecet dan nyeri
- Agar ASI bisa keluar secara maksimal
- Agar produksi ASI bisa lancar dan optimal
- Agar bayi merasa nyaman dan tenang saat menyusu.

C. MACAM-MACAM POSISI MENYUSUI

1. Posisi duduk

2. Posisi berdiri



3. Posisi berbaring

D. LANGKAH LANGKAH MENYUSUI YANG BENAR

- Mencuci tangan sebelum menyusui
- Ibu duduk atau berbaring dengan santai (bila duduk sebaiknya ibu menggunakan kursi yang rendah supaya kaki ibu tidak menggantung

- Sebelum menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan di putting dan sekitar areola payudara (cara ini bermanfaat sebagai desinfektan)
- Letakkan bayi dengan satu lengan, kepala bayi berada dalam lengkung siku ibu dan bokong bayi berada pada lengan bawah ibu.
- Tempelkan perut bayi ke perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi di belakang badan ibu dan yang satu di depan, kepala bayi menghadap ke payudara.
- Memposisikan bayi dengan telinga dan lengan pada garis lurus.
- Ibu memegang payudara dengan ibu jari diatas dan jari lain menopang dibawah serta jangan menekan putting susu dan areolanya
- Lakukan rangsangan untuk membuka mulut bayi dengan cara menyentuh pipi bayi dengan putting susu atau menyentuh sudut mulut bayi
- Setelah bayi membuka mulut segera dekatkan kepala bayi ke payudara ibu dan segera masukkan putting susu serta sebagian besar areola ke mulut bayi.
- Setelah bayi mulai menghisap ibu tidak perlu memegang atau menyangga payudara lagi
- Perhatikan bayi saat menyusu, ketika bayi sudah mendapat asupan ASI yang cukup, untuk melepas isapan bayi jari kelingking dimasukkan kemulut bayi melalui sudut mulutatau dagu bayi di tekan ke bawah.

- Setelah selesai menyusui oleskan sedikit ASI ke putting susu dan areola dan biarkan kering dengan sendirinya.
- Kemudian sendawakan bayi dengan cara gendong nayi dengan tegak dan bersandar pada bahu ibu kemudian ounggung bayi di tepuk perlahan lahan sampai bayi bersendawa, bila tidak bersendawa tunggu 10-15 menit atau bayi ditengkurapkan di pangkuan

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

Pokok Bahasan : keluarga berencana

Sasaran : Ibu nifas

Tempat : rumah Ny.Y

Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang KB (Keluarga Berencana) selama 10 menit, Ibu mampu menjelaskan penjelasan di berikan.

B. Tujuan Khusus

1. Ibu dapat menjelaskan pengertian dan klasifikasi KB
2. Ibu dapat menjelasan tujuan KB
4. Ibu dapat menjelaskan siapa saja yang boleh dan tidak boleh menggunakan KB

C. Materi

1. Pengertian dan klasifikasi KB
2. tujuan KB
3. siapa saja yang boleh dan tidak boleh menggunakan KB

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab

2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian dan klasifikasi KB 2. Menjelaskan tujuan KB 3. Menjelaskan siapa saja yang boleh dan tidak boleh menggunakan KB
3..	Penutup		1.Tanya jawab 2. Penutup

E. Materi

Terlampir

F. Evaluasi

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang keluarga berencana

Lampiran Materi

KELUARGA BERENCANA

A. Pengertian

Keluarga berencana adalah suatu usaha untuk merencanakan kehamilan dalam rangka menuju norma keluarga kecil bahagia dan sejahtera

B. Tujuan

Untuk mewujudkan norma kecil bahagia da sejahtera (NKKBS) melalui pengendalian kelahiran serta untuk mengendalikan pertumbuhan penduduk.

C. Macam-macam alat kontrasepsi, keuntungan dan kelemahannya

1. **Pil KB**

   adalah tablet berisi zat untuk mencegah terlepasnya sel telur wanita dari indung telur.

   macamnya ada 2 yaitu 21 tablet dan 28 tablet

   Keuntungan:

- Bila diminum secara teratur akan mencegah kehamilan secara pasti

   Kelemahan:

- Bila lupa minum dapat terjadi kehamilan
- Terjadi bercak darah diluar haid
- Bertambah gemuk
- Pusing-pusing
- Muntah-muntah

2. **Susuk KB/Implant/Alat kontrasepsi bawah kulit (AKBK)**

adalah enam kapsul kecil yang berisi hormon, dipasang dibawah kulit, lengan atas bagian dalam, dipakai selama 5 tahun.

Keuntungan:

- Mencegah kehamilan secara pasti
- Praktis

Kelemahan:

- Bisa tidak haid
- Mengeluarkan bercak darah
- Perdarahan diluar haid
- Mual dan muntah
- Timbul jerawat
- Kepala Pusing
- Berat badan meningkat

3. **Suntik KB**

Adalah suntikan untuk mencegah lepasnya sel telur dari indung telur

Ada 2 macam yaitu depo provera yang disuntikkan tiap 3 bulan dan noristerat disuntikan tiap 2 bulan selama 4 kali selanjutnya setiap 3 bulan sekali

Keuntungan:

- Praktis, efektif, aman, cocok untuk ibu yang sedang menyusui (tidak mempengaruhi produksi ASI)

Kelemahan:

- Terlambat haid
- Tidak mendapatkan haid
- Bercak darah diluar haid
- Keputihan
- Timbul jerawat
- Perubahan berat badan

Tidak boleh diberikan pada:

- Ibu yang tersangka hamil
- Menderita penyakit jantung
- Menderita penyakit tekanan darah tinggi
- Menderita kencing manis

a. Suntik KB 3 bulan

Yaitu kb suntik dalam jangka 3 bulan pemakaian yang mengandung hormon pregesteron

Tidak boleh diberikan pada

- Ibu yang tersangka hamil
- Menderita penyakit jantung
- Menderita penyakit tekanan darah tinggi
- Menderita kencing manis

Boleh di berikan pada

1.Usia reproduksi

2.Menghendaki kontrasepsi jangkapanjang dan memiliki evektifitas tinggi

3.Setelah melahirkan sedang menyusui

4.Setelah abortus atau keguguran

5.perokok

6.Tekanan darah kurangdari180/110mmHg

b. Suntik 1 bulan

di berikan setiap 30 hari sekali untuk mencegah kehamilan.

Yang tidak boleh menggunakan:

- Ibu yang tersangka hamil
- Menderita penyakit jantung
- Menderita penyakit tekanan darah tinggi
- Menderita kencing manis
- Ibu yang sedang menyusui bayi kurang dari 6 bulan.

Yang boleh menggunakan:

1.Usia reproduksi

2.Menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan memiliki evektifitas tinggi

4.Setelah abortus atau keguguran

5.perokok

6.Tekanan darah kurang dari180/110mmHg

4. Spiral / IUD (intra uterine devis)/ AKDR (alat kontrasepsi dalam rahim)

Adalah alat yang ditempatkan dalam rahim atau uterus wanita, terbuat dari plastik dan ada yang mengadung tembaga dan diberi benang pada ujungnya dipasang pada saat tidak hamil atau sedang haid

Pemeriksaan ulang dilakukan 1 minggu setelah pemasangan dan setiap 1 bulan selama 3 kali.

Keuntungan:

- Praktis, ekonomis, aman, mudah dikontrol

Kelemahan:

- Nyeri, mulas beberapa saat setelah pemasangan
- Bercak perdarahan atau keputihan

5. **Kondom**

   adalah alat kontrasepsi yang terbuat dari karet plastik atau latek

   Keuntungan:

- Dapat dipakai sendiri, mudah didapat, praktis

Kelemahan:

- Kemungkinan bocor, sobek dan alergi

6. **Steril / MOP (Medis operasi pria) dan MOW (Medis operasi wanita)**

   adalah cara dengan cara melakukan operasi baik pada wanita maupun pria.

   Keuntungan:

- Tidak terjadi kehamilan secara pasti

Kelemahan:

- Tidak bisa punya anak lagi
- Tidak cocok untuk pasutri yang ingin punya anak lagi.

KOMUNIKASI, INFORMASI, DAN EDUKASI DALAM PELAYANAN KELUARGA BERENCANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
Oleh :
USWATUN HASANAH
13621372
D III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
Apa sih KB itu?
KB adalah suatu program untuk mengatur jarak kelahiran anak menuju keluarga kecil yang bahagia dan sejahtera.
Mengapa harus ber-KB???.....
Mencegah kematian ibu dan anak.
Mengatur perkawinan.
Mengatur kehamilan.
Meningkatkan kesejahteraan keluarga.
Siapa saja yang harus ber-KB.....
Ibu dengan penyakit kronis.
Ibu usia < 20 tahun atau > 30 tahun dengan > 3 orang anak.
Ibu yang sudah pernah melahirkan > 5 kali.
Ibu dengan riwayat penyakit persalinan.
Ibu dengan sosial ekonomi yang kurang memadai.
Dimana saja keluarga dapat memperoleh pelayanan KB ?
Dokter dan bidan praktek swasta.
Lembaga masyarakat: Posyandu, kelompok akseptor.
Lembaga kesehatan: puskesmas, klinik swasta dll.

AYO IKUT KB
APA SAJA METODE KB ITU.....
1. KB metode sederhana
Pantang berkala
Senggama terputus
Spermisida
Diafragma
Kondom pria - kondom wanita
2.KB metode efektif
Hormonal
Pil KB
Suntik KB
Susuk KB
Alat Kontrasepsi dalam Rahim (AKDR)/ IUD
Apakah yang harus diperhatikan dalam keluarga akseptor kb...?
Semua alat kontrasepsi memiliki keuntungan dan kerugian.
Putuskanlah untuk ber - KB bila telah mendapatkan kesepakatan dengan pasangan masing - masing (suami/istri).
Konsultasikan kepada tenaga kesehatan (dokter/bidan) mengenai alat/ metode kontrasepsi yang tepat.
Kontrol secara teratur dan ikuti petunjuk yang diberikan.
DENGAN BER-KB KELUARGA KECIL BAHAGIA DAN SEJAHTERA.....

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok bahasan : KB suntik 3 bulan

Sasaran : Ny. “Y”

Waktu : 15 Menit

Tempat : BPM Siti Saudah, S.ST

Penyuluh : Uswatun Hasanah

I. TUJUAN

1) Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga pasien mengetahui tentang KB suntik 3 bulan

2) Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga pasien dapat :

a) Menjelaskan apa yang dimaksud dengan KB suntik 3 bulan

b) Menjelaskan apa saja cara kerja dari KB suntik 3 bulan

c) Menjelaskan apa saja efektivitas dari KB suntik 3 bulan

d) Menjelaskan apa saja keuntungan dari KB suntik 3 bulan

e) Menjelaskan apa saja efek samping dari KB suntik 3 bulan

f) menjelaskan siapa saja yang boleh dan tidak boleh menggunakan KB suntik 3 bulan

II. POKOK BAHASAN

KB suntik 3 bulan

III. METODE

Ceramah dan Tanya jawab.

IV. MEDIA

Leaflet

V. PENATALAKSANAAN DAN KEGIATAN

Kegiatan	Respon Ibu Hamil	Waktu
1. Pendahuluan : • Memberi salam pembuka • Menjelaskan tujuan	• Membalas salam • Mendengarkan • Memberi respon	2 Menit
2. Penjelasan : Penyampaian materi tentang KB suntik 3 bulan	• Mendengarkan dengan penuh perhatian	10 menit
3. Penutup : • Tanya jawab • Menyimpulkan hasil penyuluhan • Memberikan salam penutup	• Menanyakan hal yang belum jelas • Aktif bersama menyimpulkan • Membalas	3 menit

	salam	

VI. MATERI

Terlampir

VII. EVALUASI

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang KB suntik 3 bulan

Lampiran Materi

KB SUNTIK 3 BULAN

1. PENGERTIAN

   Yaitu KBsuntik dalam jangka 3 bulan pemakaian yang mengandung hormon pregesteron

2. CARA KERJA

   a. Mencegah ovulasi

   b. Mengentalkan lendir servik

   c. Menjadikan selaput lendir rahim tipis

   d. Menghambat pengangkat gamet oleh tuba

3. EFEKTIVITAS

   Kontrasepsi suntik progestin memiliki efektifitas yang sangat tinggti dengan 0,3 kehamilan per 100 perempuan per tahun,asal penyuntikan dilakukan sesuai jadwal dan secara teratur

4. KEUNTUNGAN

   a. Sangat efektiv

   b. Pencegahan kehamilan jangka panjang

   c. Tidak berpengaruh terhadapASI

   d. Mencegah beberapa penyebab penyakit radang panggul

   e. Menurunkan krisis anemia bulat sabit

5. INDIKASI

   a. Hamil atau dicurigai hamil

   b. Perdarahan pervagina yang belum tau penyebabnya

   c. Tidak dapat menerima terjadinya gangguan haid

d. Menderita kangker payudara

e. Diabetes melitus

6. KONTRAINDIKASI

a. Usia reproduksi

b. Menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan memiliki evektifitas tinggi

c. Setelah melahirkan dan tidak menyusui

d. Setelah abortus atau keguguran

e. Perokok

f. Tekanandarah <180/110mmHg

7. EFEK SAMPING

a. Siklus haid tidak teratur

b. Perdarahan yang banyak atau sedikit

c. Tidak haid sama sekali

d. Sangat bergantungan

e. Permasalahan berat badan

f. Terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian

EFEKTIVITAS

Kontrasepsi suntik progestin memiliki efektifitas yang sangat tinggti dengan 0,3 kehamilan per 100 perempuan per tahun,asal penyuntikan dilakukan sesuai jadwal dan secara teratur

KEUNTUNGAN

1.Sangat efektiv
2.Pencegahan kehamilan jangka panjang
3.Tidak berpengaruh terhadap ASI
4.Mencegah beberapa penyebab penyakit radang panggul
5.Menurunkan krisis anemia bulat sabit

APA ITU KB SUNTIK 3 BULAN?????.....

yaitu kb suntik dalam jangka 3 bulan pemakaian yang mengandung hormon pregesteron

Contohnya:Triklofem,depopregestin

Cara kerja

1.Mencegah ovulasi
2.Mengentalkan lendir servik
3.Menjadikan selaput lendir rahim tipis
4.Menghambat pengangkat gamet oleh tuba

KB SUNTIK 3 BULAN

OLEH:

Uswatun Hasanah

PRODI D3 KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

YANG TIDAK BOLEH MENGGUNAKAN KONTRASEPSI SUNTIK PROGESTIN?????

1.Hamil atau dicurigai hamil
2.Perdarahan pervagina yang belum tau penyebabnya
3.Tidak dapat menerima terjadinya gangguan haid
4.Menderita kangker payudara
5.Diabetes melitus

Yang dapat menggunakan kontrasepsi suntikan

1.Usia reproduksi
2.Menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan memiliki evektifitas tinggi
3.Setelah melahirkan dan tidak menyusui
4.Setelah abortus atau keguguran
5.Perokok
6.Tekanan darah < 180/110mmHg

EFEK SAMPING

1.Siklus haid tidak teratur
2.Perdarahan yang banyak atau sedikit
3.Tidak haid sama sekali
4.Sangat bergantungan
5.Permasalahan berat badan
6.Terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Uswatun Hasanah

NIM : 13621372

Pokok Bahasan : Imunisasi

Sasaran : Ny. “Y”

Tempat : Ny. “Y”

Waktu : 10 menit

I. TUJUAN

a. Tujuan Umum

Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang imunisasi ibu mampu menjelaskan apa yang telah dijelaskan bidan.

b. Tujuan Khusus

1. Ibu dapat menjelaskan pengertian imunisasi
2. Ibu dapat menjelaskan manfaat imunisasi
3. Ibu mengetahui macam – macam imunisasi

II. POKOK BAHASAN

Imunisasi

III. METODE

Ceramah dan Tanya jawab.

IV. MEDIA

Leaflet

W. Kegiatan Penyuluhan

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan
1.	Pembukaan	2 menit	4. Mengucap ssalam 5. Perkenalan 6. Menjelaskan maksud dan tujuan
2.	Penyampaian materi	5 menit	5. menjelaskan pengertian imunisasi 6. menjelaskan manfaat imunisasi 7. menjelaskan macam – macam imunisasi
3.	Penutup	3 menit	3. Tanya jawab 4. Penutup

VI. MATERI

Terlampir

VII. EVALUASI

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kmbali tentang imunisasi

Lampiran Materi

IMUNISASI

1. Pengertian

   Imunisasi adalah suatu usaha untuk memberikan kekebalan secara aktif pada bayi atau anak terhadap penyakit tertentu dengan memasukkan vaksin

2. Manfaat

   a) Daya tahan atau kekebalan tunbuh anak meningkat

   b) Pencegahan timbulnya beberapa penyakit pad anak antara lain:

      (1) Penyakit TBC Paru

      (2) Penyakit Difteri

      (3) Penyakit Tetanus

      (4) Penyakit Polio

      (5) Penyakit Campak

      (6) Penyakit Hepatitis B

3. Jenis-Jenis Vaksin Yang Diberikan Saat Imunisasi Antara Lain

   1) Vaksin Dipteri

   2) Vaksin Tetanus

   3) Vaksin Pertusis

   4) Vaksin Polio

   5) Vaksin Campak

   6) Vaksin BCG

   7) vaksin Hepatitis B

4. Efek Samping dari Vaksinasi

a) DPT

Ringan : bengkak atau nyeri pada daerah suntikan

Berat : menangis heabat lebih dari 4 jam, kejang, syok

b) Campak

Kemerahan pada daerah suntikan, panas, borok

c) BCG

(1) Muncul ruas kemerahan pada bagian yangdisuntikan

(2) Borok

d) Hepatitis B

(1)Syok Anafilaksis

(2) Polio

(3) Diare

5. Tempat Imunisasi Dapat Dilakukan

a) Rumah Sakit

b) Puskesmas

c) Posyandu

d) BKIA/Rumah Bersalin

e) Praktek Dokter Swasta (terutama dokter spesialis anak)

Jenis-Jenis Vaksin Yang Diberikan Saat Imunisasi Antara Lain

1. Vaksin Dipteri
2. Vaksin Tetanus
3. Vaksin Pertusis
4. Vaksin Polio
5. Vaksin Campak
6. Vaksin BCG
7. vaksin Hepatitis B

DI MANA IMUNISASI DAPAT DI-PEROLEH?

- Rumah Sakit
- Puskesmas
- Posyandu
- BKIA/Rumah Bersalin
- Praktek Dokter Swasta (terutama dokter spesialis anak)

MENCEGAH LEBIH BAIK DARI PADA MENGOBATI

IMUNISASI

Uswatun Hasanah

PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

Apa Itu Imunisasi?

Imunisasi adalah suatu usaha untuk memberikan kekebalan secara aktif pada bayi atau anak terhadap penyakit tertentu dengan memasukkan vaksin

Manfaat Atau Tujuan Diberikan Imunisasi Pada Anak

Daya tahan atau kekebalan tunbuh anak meningkat

Pencegahan timbulnya beberapa penyakit pad anak antara lain:

- Penyakit TBC Paru
- Penyakit Difteri
- Penyakit Tetanus
- Penyakit Polio
- Penyakit Campak
- Penyakit Hepatitis B

Semua orang perlu mendapatkan imunisasi terutama bayi dan anak. Sebaiknya imunisasi diberikan secepatnya atau sedini mengkin (sesuai jadwal imunisasi). Imunisasi harus diberikan pada saat anak atau bayi dalam keadaan sehat tetapi penyakit seperti

Efek samping Dari Vaksinasi

DPT

- Ringan : bengkak atau nyeri pada daerah suntikan
- Berat : menangis heabat lebih dari 4 jam, kejang, syok

Campak

Kemerahan pada daerah suntikan, panas, borok

BCG

- Muncul ruas kemerahan pada bagian yang disuntikan
- borok

Hepatitis B

- Syok Anafilaksis
- Polio
- Diare.

KARTU BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : USWATUN HASANAH

NIM : 13621372

KELAS : 3A

PEMBIMBING : VISI PRIMA TWIN P, S.ST.M.KES

PEMBIMBING I

NO	HARI/ TANGGAL	SARAN	TTD
1.	Senin 21 Des 2015	Revisi Bab I Latar belakang, sasaran, tempat waktu	
2.	Rabu 23 Des 2015	Revisi Bab I Latar Belakang.	
3.	Senin 28 Des 2015	Revisi Bab I Latar belakang.	
4.	Selasa 5 Jan 2016	Revisi Bab I Latar Belakang Revisi Bab II Lengkapi teori	
5.	Selasa 12 Jan 2016	ACC siap ujian	

KARTU BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : USWATUN HASANAH

NIM : 13621372

KELAS : 3A

PEMBIMBING : RONA RIASMA O,M.KEB

PEMBIMBING II

NO	HARI/ TANGGAL	SARAN	TTD
1	23/12 15	Revisi bab. (Ruang lingkup, Data 2, masalah apa saja 7 & kualitas urutan sesuai Konsep, solusi)	
2	25/12 15	lanjutkan bab 2.	
3	04/01 16	Revisi bab 2 (lengkapi dokumentasi)	
4	06/01 16	perbaiki Format penulisan ACC	

KARTU BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : USWATUN HASANAH

NIM : 13621372

KELAS : 3A

PEMBIMBING : VISI PRIMA TWIN P, S.ST.M.KES

PEMBIMBING I

NO	HARI/ TANGGAL	SARAN	TTD
1	05-04-2016	Revisi SOAPIE dan SAP + leaflet	
	11-04-2016	Fokus kunjungan ANC ;	
	31/5 2016	Fokus kunjungan ke 2 nifas & BBL.	
	10/6 2016	Fokus kunjungan nifas ke 3. penkes posisi menyusui yg benar.	
	28/6 2016 -	Fokus kunjungan nifas ke 4. pemberian konseling KB.	
	29/7 2016	Bab 3	

KARTU BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : USWATUN HASANAH

NIM : 13621372

KELAS : 3A

PEMBIMBING : VISI PRIMA TWIN P, S.ST.M.KES

PEMBIMBING I

NO	HARI/ TANGGAL	SARAN	TTD
	30/7 2016	Konsul keseluruhan	
		ACC siap sidang	

KARTU BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : USWATUN HASANAH

NIM : 13621372

KELAS : 3A

PEMBIMBING : Hj. Siti Faridah, S.ST, M.Kes

PEMBIMBING II

NO	HARI/ TANGGAL	SARAN	TTD
1	16-4-16	Rwj. Ane.	
	4-5,6	Rwj Ane + SOAP	
	31-5-16	Rwj BAB III Ane & Ine	
	21-6-2016	Rw BAB III	
	29-7-2016	Rwj BAB IV & V	
	1-8-2016	ACC UJAN LTA	