

Lampiran 1

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada :

Yth. Calon Responden

Di tempat

Dengan hormat,

Saya sebagai mahasiswa Prodi D. III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, bermaksud melakukan “Asuhan Kebidanan pada Masa Hamil, Bersalin, Nifas, Bayi Baru Lahir dan Keluarga Berencana ”. Asuhan Kebidanan ini dilaksanakan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Prodi D. III 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 untuk pengembangan Ilmu kebidanan dan tidak digunakan untuk maksud lain.

Atas perhatian dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Ponorogo, 20 Desember 2015

Peneliti

ERWIN MARTINA

NIM.13621315

Lampiran 2

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam pengambilan data atau sebagai responden pada Asuhan Kebidanan yang dilakukan oleh mahasiswa Prodi D. III Kebidanan fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

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

Peneliti : Erwin Martina

NIM : 13621315

Saya percaya yang saya informasikan dijamin kerahasiaannya.

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

Ponorogo, 20 Desember 2015

Responden

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 : 1968 /III.6/PN/ 2015
 Lamp. : -
 Hal : Permohonan Data Awal Penelitian

25 November 2015

Kepada :
 Yth. BPM Desi Prihatini Amd.Keb
 Kabupaten Ponorogo

Di-
 Ponorogo

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 (LTA)* lingkup kebidanan.

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

Nama : Nita Kurniasari
 NIM : 13621384
 Lokasi Penelitian : BPM Desi Prihatini
 Waktu Penelitian : -
 Judul Penelitian/Riset : Asuhan Kebidanan pada Masa Hamil Sampai Masa Nifas

Demikian, atas bantuan 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 PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam pengambilan data atau sebagai responden pada Asuhan Kebidanan yang dilakukan oleh mahasiswa Prodi D. III Kebidanan fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Judul penelitian : Asuhan Kebidanan pada Masa Hamil sampai Masa Nifas

Peneliti : Erwin Martina

NIM : 13621315

Saya percaya yang saya informasikan dijamin kerahasiaannya.

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

Ponorogo,

Responden



Ida Susanti

Lampiran 5

SURAT PERJANJIAN

IMPLEMENTASI LTA BERBASIS CONTINUITY OF CARE


NAMA : Erwin Martina
 ALAMAT : Ds. Pager, kec. Buncal, Kab. Ponorogo
 TEMPAT TANGGAL LAHIR : Po, 7 November 1992
 NIM : 13621315
 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. Menanati seluruh peraturan yang berlaku di lahan praktik
3. Menyelesaikan LTA kegiatan sebagai bentuk tanggung jawab ke fakultas
4. Membuat dan menyampaikan *Informed Consent* kepada pasien 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


SUCIP TO

Ponorogo, Maret 2016
Hormat saya,



Mengetahui,
DEKAN



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

Lampiran 6



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 Unruh Ponorogo

Kepada :

Yth. Bidan Praktek Mandiri

Di-

Ponorogo

Asalamu'alaikum w. w.

Dalam rangka implemtasi Laporan Tugas Akhir (LTA) Continuity Of Care mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, kami memberikan kesempatan bagi 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.

Deri ikian, atas perhatian dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wasalamu 'alaikum w. w.



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

Lampiran 7

SKRINING/DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI OLEH PKK DAN PETUGAS KESEHATAN							
Nama :		Alamat :					
Umur Ibu :		Kec / Kab :					
Pendidikan :		Pekerjaan :					
Hamil Ke		Haid Terakhir Tgl :					
Periksa I		Perkiraan Persalinan Tgl : bl					
Umur Kehamilan : bln		Di :					
KEL F.R.	NO.	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	IV Tribulan			
				I	II	III.1	III.2
		Skor Awal Ibu Hamil	2				
	1	Tertalu muda, hamil < 16 Th	4				
	2	a. Tertalu lambat hamil, I, kawin > 4 Th	4				
		b. Tertalu tua, hamil 1 > 35 Th	4				
	3	Tertalu cepat hamil lagi (< 2 Th)	4				
	4	Tertalu lama hamil lagi (> 10 Th)	4				
	5	Tertalu banyak anak, 4/lebih	4				
	6	Tertalu tua, umur > 35 Th	4				
	7	Tertalu pendek < 145 cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah melahirkan dengan					
		a. Tarikan lang/vakum	4				
		b. Uri dirogoh	4				
		c. Diberi infus/Transfusi	4				
	10	Pernah Operasi Sesar	8				
	11	Penyakit pada ibu hamil					
		a. Kurang darah	4				
		b. Malaria	4				
		c. TBC Paru	4				
		d. Payah jantung	4				
		e. kencing Manis (Diabetes)	4				
		f. Penyakit Menular Seksual	4				
	12	Bengkak pada muka/lingkai dan tekanan darah tinggi	4				
	13	Hamil kembar 2 atau lebih	4				
	14	Hamil kembar air (hydramion)	4				
	15	Bayi mati dalam kandungan	4				
	16	Kehamilan lebih bulan	4				
	17	Letak sungsang	8				
	18	Letak lintang	8				
	19	Pendarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Pre-eklampsia Berat/Kojang-kojang	8				
		JUMLAH SKOR					

PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN ~ RUJUKAN TERENCANA								
KEHAMILAN			PERSALINAN DENGAN RISIKO					
JML. SKOR	KEL. RISIKO	PERAWATAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN		
						RDB	RDR	RTW
2	KPR	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			
Persalinan : Melahirkan tanggal :/...../.....			
RUJUK DARI :	1. Sendiri	RUJUK KE :	1. Bidan
	2. Dukun		2. Puskesmas
	3. Bidan		3. Rumah Sakit
	4. Puskesmas		
RUJUKAN DARI :	1. Rujukan Dini Berencana (RDB/)	2. Rujukan Tepat Waktu (RTW)	
	2. Rujukan Dalam Rahim	3. Rujukan Terlambat (RTI)	
Gawat Obstetrik :	Gawat Darurat Obstetrik :		
Kel. Faktor Risiko I & II	Kel. Faktor Risiko II		
1.	1. Pendarahan antepartum		
2.	2. Eklamsia		
3.	3. Komplikasi Obstetrik		
4.	4. Pendarahan postpartum		
5.	5. Uri Tertinggal		
6.	6. Persalinan Lama		
7.	6. Panas Tinggi		
TEMPAT :	PENOLONG :	MACAM PERSALINAN :	
1. Rumah Ibu	1. Dukun	1. Normal	
2. Rumah Bidan	2. Bidan	2. Tindakan Pervaginam	
3. Polindes	3. Dokter	3. Operasi Sesar	
4. Puskesmas	4. Lain-lain		
5. Rumah Sakit			
6. Perjalanan			
PASCA PERSALINAN :	TEMPAT PERSALINAN :		
IBU :	1. Rumah Ibu		
1. Hidup	2. Rumah bidan		
2. Mati, dengan penyebab	3. Polindes		
a. Pendarahan	b. Pre-eklampsia/Eklamsia	4. Puskesmas	
c. Partus lama	d. Infeksi	5. Rumah Sakit	
e. Lain-2	6. Perjalanan		
BAYI :	7. Lain-2		
1. Berat lahir : gram, Laki-2/Perempuan			
2. Lahir hidup : Appar Skor			
3. Lahir mati, penyebab			
4. Mati kemudian, umur hr, penyebab			
5. Kelainan bawaan : tidak ada/ada			
KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (42 Hari Pasca Salin)	1. Sehat 2. Sakit 3. Mati, penyebab		
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

SEMUA IBU HAMIL MEMPUNYAI RISIKO

- Kehamilan Risiko Rendah (KRR)
Ibu Hamil Tanpa Masalah

Semua Persalinan : KRR, KRT dan KRST dapat terjadi komplikasi

KEC. / PUSKESMAS : /

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

Kel. FR. I ada Potensi Risiko / Potensi Gawat

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

<p>1. Terdapat tanda hamil pertama umur 16 Th. Atau kurang</p>  <p>PRIMI MUDA Skor : 4</p>	<p>2a. Terdapat jumlah hamil sudah sama 4 atau lebih</p>  <p>PRIMI TUA Skor : 4</p>	<p>2b. Terdapat jumlah hamil pertama umur 35 Th ke atas</p>  <p>PRIMI TUA Skor : 4</p>	<p>3. Terdapat gejala pertama bayi, sebelum 2 Th</p>  <p>ANAK TERCECIL <2 TH Skor : 4</p>
<p>4. Terdapat jumlah pertama bayi, sebelum 10 Th. Lebih</p>  <p>PRIMI TUA SEKUNDER Skor : 4</p>	<p>5. Terdapat banyak pertama anak 4 atau lebih</p>  <p>GRANDE MULTI Skor : 4</p>	<p>6. Terdapat usia, hamil umur 35 Th atau lebih</p>  <p>UMUR 35 TH ATAU LEBIH Skor : 4</p>	<p>7. Terdapat penyakit kronis yang pernah melahirkan normal, tetapi tidak terdapat</p>  <p>TINGGI BADAN 145 CM ATAU KURANG Skor : 4</p>
<p>8. Pernah dengan kehamilan Hamil ke II yang / Gagal 2 kali / lebih / atau lebih</p>  <p>RIMANAI OSESERTIK JELEN Skor : 4</p>	<p>8a. Pernah melahirkan dengan Terhenti / Bang / Abortus</p>  <p>Skor : 4</p>	<p>9a. Pernah melahirkan - Uti / Infeksi / Uti / Menstruasi / Perdarahan / per / di / lain</p>  <p>Skor : 4</p>	<p>10. Pernah melahirkan dengan berat badan operasi sama / atau lebih / atau lebih</p>  <p>BEKAS OPERASI SESAR Skor : 4</p>

<p>11a. ANEMIA</p>  <p>Skor : 4</p>	<p>11b. MALARIA</p>  <p>Skor : 4</p>	<p>11c. TUBERKULOSA PARU</p>  <p>Skor : 4</p>	<p>12. KEKACAUAN KEAMILAN PRE-EKLAMPSIA</p>  <p>Skor : 4</p>
<p>13. HAMIL KEMBAR</p>  <p>Skor : 4</p>	<p>14. HYDROMION / KEMBAR AIR</p>  <p>Skor : 4</p>	<p>15. JAINI MATI DALAM KANDUNGAN</p>  <p>Skor : 4</p>	<p>16. HAMIL LEBIH BULAN (POST DATES/ROTUNDS)</p>  <p>Skor : 4</p>
<p>17. LETAK SINGSANG</p>  <p>Skor : 8</p>	<p>18. LETAK LINTANG</p>  <p>Skor : 8</p>	<p>19. PERDARAHAN</p>  <p>Skor : 8</p>	<p>20. EKLAMPSIA</p>  <p>Skor : 8</p>

PUSAT
SAFE MOTHERHOOD
RSUD DR. SOETOMO /
KF UNAIR SURABAYA

Lampiran 8

Ny. Ida Susanti / 28 tahun
 Tn. Anatik Tri Efendi / 31 tahun
 Biji 03/67, Biji, Patorejo

LEMBAR OBSERVASI**A. MASUK KAMAR BERSALIN ANAMNESE**

Tanggal : 13 Mei 2016 Jam : 20.30 WIB
 His Mulai tgl. : 13 Mei 2016 Jam : 00.00
 Darah : +
 Lendir : +
 Ketuban pecah (belum) Jam :

B. KEADAAN UMUM

Keluaran lain :

Tensi : 120/70 mmHg
 Suhu / Nadi : 36,8°C / 80x/menit
 Oedema : -
 Lain-lain :

C. PEMERIKSAAN OBSTETRI

1. Palpasi : TPU 31 cm
 (+) 140x/menit
 2. Djj :

3. His 10" : 2 x, lama 15 detik
 4. VT. Tgl. : 13 Mei 2016 Jam : 20.30 WIB
 5. Hasil : VT Ø 1 cm longgar
 6. Pemeriksa : Siti Saetah, S.S.T

OBSERVASI KALA I (Fase Laten Ø < 4 cm)

Tanggal	Jam	His dlm 10"		Djj	Tensi	Suhu	Nadi	VT.	Keterangan
		Durasi kali	Lamanya						
13-5-2016	21.00	2	15	139					
	22.00	2	15	136					
	23.00	2	20	140					
	00.00	2	20	136	130/90	36,6	84	Ø 2 cm	Ketuban Ø letkep
	01.00	3	20	145					
	02.00	3	20	133					
	03.00	3	20	136					
	04.00	3	20	132	120/80	36,5	82	Ø 2 cm	Ketuban Ø letkep
	05.00	2	15	130					
	06.00	2	15	132					
	07.00	2	15	136					
	08.00	2	15	132	120/80	36,7	82	Ø 2 cm	Ketuban Ø letkep
	09.00	2	20	136					
10.00	2	20	134						
11.00	2	20	136						
12.00	2	20	134	130/90	36,5	82	Ø 2 cm longgar	Ketuban Ø letkep	
13.00	2	20	134	120/80				Dirujuk ke rumah sakit karena bertanda bayi besar (3300 - 3400 Gram)	

Lampiran 9

SATUAN ACARA PENYULUHAN

NUTRISI IBU HAMIL

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Nutrisi Ibu Hamil
Sub Pokok Bahasan : Nutrisi Ibu Hamil
Hari, Tanggal : Sabtu, 2 April 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang nutrisi ibu hamil.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

Pengertian gizi

- a. Manfaat gizi bagi ibu hamil
- b. Diit seimbang dan menu makan ibu hamil

III. Materi

Nutrisi Ibu Hamil (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab

2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup	1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang nutrisi ibu

Ponorogo 2 April 2016










Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina

<p>buah-buahan : mangga, pisang, jeruk</p>  <p>Vitamin dan suplemen (zat besi dan asam folat)</p> <p>Fungsi : zat besi : untuk penambah darah</p> <p>Fungsi : asam folat : untuk kecerdasan anak</p> 	<p>Teknik pemberian makanan pada ibu hamil yang mengalami masalah kehamilan yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> Makan sedikit dan sering Sajikan makanan dalam keadaan hangat dan menarik <p>Contoh menu makanan</p> <table border="0"> <tr> <td>- Pagi</td> <td>- Siang</td> </tr> <tr> <td>Nasi</td> <td>Nasi</td> </tr> <tr> <td>Sayur bayam</td> <td>Sayur kangkung</td> </tr> <tr> <td>Tempe</td> <td>Ikan bandeng</td> </tr> <tr> <td>Buah pepaya</td> <td>Buah jeruk</td> </tr> <tr> <td>Susu</td> <td>Teh hangat</td> </tr> </table> <p>- Cemilan</p> <p>Bubur kacang hijau</p> <p>- Malam</p> <p>Nasi</p> <p>Sayur lodeh</p> <p>Ayam goreng</p> <p>Buah apel</p> 	- Pagi	- Siang	Nasi	Nasi	Sayur bayam	Sayur kangkung	Tempe	Ikan bandeng	Buah pepaya	Buah jeruk	Susu	Teh hangat	<h2 style="text-align: center;">GIZI IBU HAMIL</h2>  <p style="text-align: center;">DISUSUN OLEH : Erwin Martina 13621315</p> <p style="text-align: center;">DIII KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO 2016</p>
- Pagi	- Siang													
Nasi	Nasi													
Sayur bayam	Sayur kangkung													
Tempe	Ikan bandeng													
Buah pepaya	Buah jeruk													
Susu	Teh hangat													
<h3 style="text-align: center;">GIZI IBU HAMIL</h3> <p>Pengertian gizi</p> <p>Adalah suatu zat yang terdapat di dalam makanan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk pertumbuhan</p> <p>Manfaat gizi ibu hamil</p> <ol style="list-style-type: none"> Memenuhi kebutuhan ibu dan janin Menunjang tumbuh kembang janin Mencegah terjadinya anemia, malnutrisi, pada kehamilan 	<p>Diit seimbang ibu hamil</p> <ol style="list-style-type: none"> Makanan yang mengandung karbohidrat dan fungsinya makan yang mengandung karbohidrat antara lain : nasi, jagung, ketela Fungsinya : sumber energi  <ol style="list-style-type: none"> Makanan yang mengandung lemak dan fungsinya makan yang mengandung lemak antara lain : daging Fungsinya : sebagai sumber tenaga 	<ol style="list-style-type: none"> Makanan yang mengandung protein dan fungsinya makanan yang mengandung protein antara lain : susu, telur, ikan Fungsinya : Sebagai sumber pembangunan.  <ol style="list-style-type: none"> Sayur-sayuran dan buah-buahan dan fungsinya sayur-sayuran : Bayam 												

SATUAN ACARA PENYULUHAN
SENAM HAMIL

Nama Mahasiswa : Erwin Martina

NIM : 13621315

Semester : VI

Pokok Bahasan : Senam Hamil

Sub Pokok Bahasan : Senam Hamil

Hari, Tanggal : Sabtu, 15 April 2016

Waktu : 10 menit

Sasaran : Ny. I

Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang senam hamil.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

- a. Pengertian senam hamil
- b. Tujuan senam hamil
- c. Manfaat senam hamil
- d. Langkah-langkah senam hamil

III. Materi

Senam Hamil (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang senam hamil.

Ponorogo 15 April 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina

tubuh, posisi ke dua kaki ditekuk, lalu tarik nafas sambil mengangkat kaki hingga 90 derajat lalu hembuskan nafas sambil mengembalikan posisi kaki seperti semula.



- g. Tetap dalam posisi berbaring dan kaki tertekuk, kemudian sambil menarik nafas, angkat pantat dan tahan beberapa lama kemudian hembuskan nafas sambil menurunkan pantat.



- h. Setelah itu ambil posisi terlentang, lalu tegakkan seluruh otot tubuh, genggam tangan, tarik telapak kaki hingga lurus.

pejamkan mata, kemudian relaksan otot-otot tersebut dengan membuka telapak tangan dan mata serta kaki hingga posisi normal.



- i. Untuk relaksasi, ambil posisi berbaring miring ke kiri, kaki kanan di depan, lalu tangan kiri di belakang dan tangan kanan berada di depan muka.



Senam Hamil



disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315

DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

Senam Hamil

1. Pengertian

Suatu bentuk latihan guna memperkuat dan mempertahankan elastisitas dinding perut dan otot-otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan.

2. Tujuan senam hamil

- Tujuan umum**
Melalui latihan senam hamil yang teratur dapat menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam mekanisme persalinan, mempertinggi kesehatan fisik dan psikis.
- Tujuan khusus**
Memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut, otot-otot dasar panggul, dan melemaskan persendian yang berhubungan dengan persalinan.

3. Manfaat Senam Hamil

- Dapat mengurangi rasa lesu
- Dapat mengurangi stress
- Menekan resiko obesitas saat hamil
- Sebagai persiapan persalinan

4. Langkah-Langkah Senam Hamil

- Ambil posisi berdiri di atas matras, kedua tangan di samping badan. Kemudian angkat kedua tangan ke atas kepala sambil menarik nafas dari hidung. Kemudian buang nafas lewat mulut sambil menurunkan kedua tangan.



- Ambil posisi duduk di atas matras, kedua kaki diluruskan. Berat badan bertumpu pada kedua tangan, kemudian sambil tarik nafas dorong dan tarik telapak kaki secara bergantian.



- Masih tetap dalam posisi yang sama, gerakan kedua telapak kaki

secara bersamaan, ke arah depan dan belakang secara bergantian.



- Tetap dalam posisi yang sama, buka kaki selebar paha, kemudian tarik telapak kaki ke arah luar secara bersamaan, kemudian tarik ke dalam secara bersamaan pula.



- Ambil posisi duduk bersila, kemudian putar kepala, empat hitungan pertama tarik nafas dan empat hitungan kemudian buang nafas.



- Lalu ambil posisi berbaring, letakkan ke dua tangan di samping

SATUAN ACARA PENYULUHAN
TANDA BAHAYA KEHAMILAN

Nama Mahasiswa : Erwin Martina

NIM : 1362131

Semester : IV

Pokok Bahasan : Tanda Bahaya Kehamilan

Sub Pokok Bahasan : 10 Tanda Bahaya Kehamilan

Hari, tanggal : Jumat, 25 April 2016

Waktu : 10 menit

Sasaran : Ny. I

Tempat : BPM Siti Saudah

I. Tujuan Intruktional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang tanda bahaya pada kehamilan.

II. Tujuan Intruktional Khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

- a. Pengertian kehamilan
- b. Tanda bahaya pada kehamilan

III. Materi

Tanda Bahaya Kehamilan (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab

2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Bertanya 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang tanda bahaya kehamilan.

Ponorogo 25 April 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina

7. Bengkak pada tangan/wajah, pusing dan dapat diikuti kejang.

Keadaan ini sering menyebabkan kematian ibu. Bila ditemukan 1 atau lebih gejala tersebut, ibu harus segera meminta pertolongan kepada bidan untuk dibawa ke Rumah Sakit.

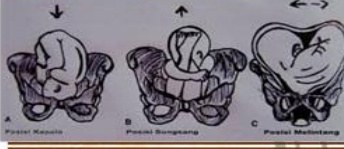


• bengkak
• bengkak pada wajah, tangan, kaki


8. Penurunan gerakan janin. Jika terjadi kurang dari 10 gerakan dalam 12 jam pada kehamilan minggu ke-26 atau lebih, artinya kondisi janin tidak normal.

9. Nyeri abdomen yang hebat. Komplikasi yang dapat timbul antara lain: kehamilan ektopik, pre-eklamsia, premature, solusio plasenta, abortus, ruptur uteri imminens.

10. Kelainan letak janin. Jika menjelang persalinan terlihat bagian tubuh bayi di jalan lahir misal tangan, kaki atau tali pusat, maka ibu perlu segera dibawa ke Rumah Sakit.



**Tanda Ba
Kehamilan VII III**



Erwin Martina
13621315
DIII Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah
Ponorego
2016

Kehamilan??
adalah suatu kondisi seorang wanita memiliki janin yang tengah tumbuh dalam tubuhnya.

10 Tanda Bahaya Kehamilan

1. Demam tinggi. Suhu tubuh lebih dari 38°C. Dapat menjadi gejala adanya infeksi dalam kehamilan.



2. Mual dan muntah berlebihan.
A. keadaan umum ibu menjadi buruk
B. Dapat membahayakan janin

3. Perdarahan Pervaginam. Terjadi pada kehamilan dengan usia dibawah 22 minggu. Perdarahan pervaginam dapat berupa abortus, kehamilan mola dan kehamilan ektopik.

4. selaput kelopak mata pucat (anemia)

Komplikasi anemia dalam kehamilan memberikan pengaruh langsung terhadap janin. Dapat menyebabkan kelainan congenital, abortus/keguguran.



5. Penglihatan kabur. Gangguan penglihatan seperti pandangan ganda, kabur, buram atau ada titik mata yang terasa silau jika memandang sesuatu.

6. Air ketuban keluar sebelum waktunya. Janin dan ibu akan mudah terinfeksi. Hal ini berbahaya bagi ibu dan janin, ibu perlu segera mendapat pertolongan bidan terdekat untuk kemudian dibawa ke R.S.



SATUAN ACARA PENYULUHAN
PERSIAPAN PERSALINAN

Nama Mahasiswa : Erwin Martina

NIM : 13621315

Semester : IV

Pokok Bahasan : Persiapan Persalinan

Sub Pokok Bahasan : Persiapan Persalinan

Hari, tanggal : Selasa 3 Mei 2016

Waktu : 10 menit

Sasaran : Ny. I

Tempat : BPM Siti Saudah

I. Tujuan intruksional umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang persiapan persalinan.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

- a. Pengertian persalinan siaga
- b. Hal yang harus dipersiapkan saat persalinan
- c. Tanda-tanda persalinan

III. Materi

Persiapan persalinan (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Bertanya 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang persiapan persalinan.

Ponorogo 3 Mei 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina

tindakan operatif, maka persiapan dana yang lumayan besar harus segera disiapkan. Untuk mengetahui apakah nanti akan dilakukan sesar, pasangan selalu berkonsultasi dengan dokter. Bila diperkirakan lahir dengan sesar, pasangan tentu sudah menyiapkan dananya sejak jauh hari.



5. Mempersiapkan barang—barang yang diperlukan untuk persalinan dalam 1 tas dan letakkan di tempat yang mudah di jangkau dan jangan lupa memberitahu pasangan ibu tentang tas tersebut. Yang harus dipersiapkan seperti berikut ini:

- a. Jarit
- b. Pembalut khusus bersalin
- c. Handuk, waslap, sisir dan alat mandi (sabun, sampo, dan sikat gigi)
- d. Pakaian terbuka depan, BH, dan celana dalam
- e. Perlengkapan bayi, seperti popok, baju bayi, topi, selimut, bedong, kaos tangan dan kaki, bedak, minyak telon
- f. Tas



Kehamilan dan persalinan adalah proses yang normal, tetapi tidak menutup kemungkinan akan timbul berbagai masalah. Oleh karena itu, dibutuhkan pemantauan kesejahteraan janin, persiapan persalinan dengan di temani orang-orang terdekat seperti bidan dan terutama keluarga yang harus turut serta.

Persiapan persalinan

disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315
DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016



Persiapan persalinan

Agar persalinan ibu berjalan lancar dan tidak lagi perlu khawatir terhadap apa dan bagaimana persiapan selama persalinan berjalan, tidak ada salahnya jika jauh-jauh hari ibu mempersiapkan kebutuhan persalinan tersebut. Berikut beberapa hal yang wajib untuk ibu siapkan:

1. Membuat rencana persalinan, meliputi:
 - a. Tempat persalinan (rumah sakit, BPM, Puskesmas)
 - b. Memilih tenaga kesehatan terlatih (dokter, bidan, perawat)
 - c. Bagaimana cara mencari donor darah



2. Membuat rencana pembuat keputusan jika terjadi kegawatdaruratan
 - a. Siapa pembuat keputusan utama dalam keluarga (suami, ibu kandung)
 - b. Siapa yang akan membuat keputusan jika pembuat keputusan utama tidak ada saat terjadi kegawatdaruratan (ibu mertua, saudara)



3. Mempersiapkan transportasi jika terjadi kegawatdaruratan
 - a. Mobil pribadi
 - b. Motor
 - c. Mobil tetangga
 - d. Becak
 - e. Ambulans



4. Persiapan dana
Persalinan normal umumnya membutuhkan biaya yang relatif ringan. Namun, bila persalinan diperkirakan harus dilakukan dengan

SATUAN ACARA PENYULUHAN
TANDA-TANDA PESALINAN

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Tanda-Tanda Persalinan
Sub Pokok Bahasan : Tanda-Tanda Persalinan
Hari, Tanggal : Kamis, 16 Juni 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang tanda-tanda persalinan.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

1. Pengertian tanda-tanda persalinan
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi persalinan
3. Tanda-tanda persalinan

III. Materi

Tanda-Tanda Persalinan (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang tanda-tanda persalinan.

Ponorogo 16 Juni 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina

bayi selamakehamilan. Ketika saat melahirkan tiba, kantung ketuban pecah dan airnya keluar melalui vagina.



d. Lendir bercampur darah
Pengeluaran lendir bercampur darah, terjadi karena sumbatan yang tebal pada mulut rahim terlepas sehingga menyebabkan keluarnya lendir yang berwarna kemerahan karena bercampur darah.

e. Kontraksi yang teratur

Kontraksi yang 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, serta nyeri tidak hilang atau berkurang dengan istirahat atau elusan.



Tanda-Tanda Persalinan



disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315

DIIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

Tanda-Tanda Persalinan

1. Pengertian

Persalinan atau kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kelahiran janin cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi kepala yang berlangsung 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun janin.

2. Factor-faktor yang mempengaruhi persalinan

- Power**
Power adalah kekuatan atau tenaga yang mendorong janin keluar.
- Passage**
Passage atau jalan lahir dibagi menjadi 2 yaitu:
 - > Bagian keras: tulang panggul
 - > Bagian lunak: otot-otot

c. Passenger

Passenger atau janin bergerak sepanjang jalan lahir merupakan akibat interaksi beberapa factor yakni kepala janin, presentasi, letak, dan posisi janin. Karena plasenta harus melewati jalan lahir, maka dia dianggap sebagai bagian dari passenger yang menyertai janin. Namun plasenta jarang menghambat proses persalinan normal.

3. Tanda-Tanda Persalinan

- Sakit pada panggul dan tulang belakang
Rasa sakit ini disebabkan oleh pergeseran dan pergerakan janin yang mulai menekan tulang panggul.



b. Keluarnya flek

Saat otot rahim mengerut, ukuran rahim akan mengecil, sehingga kepala janin mendorong ke arah jalan lahir. Bersamaan dengan itu, mulut rahim sedikit demi sedikit mulai membuka. Pada awal pembukaan mulut rahim, sumbat lendir itu terbuka dan lendir yang berwarna merah keluar melalui vagina.

c. Ketuban pecah

Pecahnya ketuban juga tanda umum menjelang persalinan. Air ketuban adalah cairan amniotik yang mengelilingi

SATUAN ACARA PENYULUHAN
GIZI PADA IBU NIFAS

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Gizi pada Ibu Nifas
Sub Pokok Bahasan : Gizi pada Ibu Nifas
Hari, Tanggal : Selasa, 3 Mei 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang gizi pada ibu nifas.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

4. Pengertian gizi ibu nifas
5. Fungsi gizi pada ibu nifas
6. Manfaat gizi pada ibu nifas
7. Macam-macam zat gizi, manfaat dan jenis masing-masing makanan
8. Akibat kekurangan gizi pada ibu nifas
9. Contoh menu makan ibu nifas dalam 1 hari

III. Materi

Gizi pada Ibu Nifas (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab

2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang gizi pada ibu nifas.

Ponorogo 3 Mei 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina



5. Akibat kekurangan gizi pada ibu nifas
 - a. Produksi ASI berkurang.
 - b. Anemia.
 - c. Proses pengembalian rahim dapat terganggu.
 - d. Dapat terjadi infeksi.
6. Contoh menu makan ibu nifas dalam 1 hari
 - a. Pagi
 - Nasi: 1 piring sedang
 - Tempe goreng: 1 potong
 - Telur ceplok: 1 butir
 - Tumis kacang dan wortel: 1 mangkuk kecil
 - Susu: 1 gelas
 - Snack pukul 10.00 WIB
 - 1 potong pepaya dan 1 cangkir teh manis.
 - b. Siang
 - Nasi: 1 piring sedang
 - Semur daging: 1 potong daging
 - Tahu goreng: 2 potong

Buah semangka: 1 iris
 ➢ Snack pukul 16.00 WIB
 1 potong pisang rebus dan 1 cangkir teh manis.

- c. Malam
 - Nasi: 1 piring sedang
 - Pepes ikan teri: 1 bungkus
 - Perkedel goreng: 1 buah
 - Ca kangkung-tauge: 1 mangkuk kecil
 - Snack pukul 21.00 WIB
 - Susu: 1 gelas
 - Wafer: 1 bungkus



Gizi pada ibu nifas



disusun oleh:
 ERWIN MARTINA
 13621315

DIII KEBIDANAN
 FAKULTAS ILMU KESEHATAN
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
 PONOROGO
 2016

Gizi ibu nifas

1. Pengertian

Gizi ibu nifas adalah zat-zat makanan yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan kesehatan ibu dan bayi pada masa nifas.
2. Fungsi gizi ibu nifas
 - a. Sebagai sumber tenaga
 - b. Pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh
3. Manfaat gizi pada ibu nifas
 - a. Mempercepat pengembalian alat-alat kandungan seperti sebelum hamil
 - b. Untuk meningkatkan produksi ASI
 - c. Membantu mempercepat penyembuhan luka-luka persalinan
4. Macam-macam zat gizi, manfaat dan jenis masing-masing makanan
 - a. Karbohidrat

Fungsi sebagai sumber tenaga.
 Sumber: nasi, jagung, gandum, roti, sagu, dan ketela.



- b. Protein

Fungsi sebagai pengganti sel-sel yang rusak dan sebagai pembangun tubuh.
 Sumber: protein nabati (tahu, tempe dan kacang-kacangan) dan protein hewani (telur, udang, hati ayam, ikan laut).



- c. Vitamin
 - ✓ Vitamin A fungsinya memperbaiki jaringan mata yang rusak, memelihara jaringan mata.
 Contoh: wortel, pepaya dan tomat
 - ✓ Vitamin B fungsinya memelihara nafsu makan dan memelihara fungsi saraf.
 Contoh: hati, susu, keju.
 - ✓ Vitamin C fungsinya pembentukan sel jaringan

tubuh dan memperkuat pembuluh darah.
 Contoh: kiwi, jeruk, jambu biji.

- ✓ Vitamin D fungsinya mengatur pengerasan tulang.
 Contoh: mentega, minyak ikan, telur.
- ✓ Vitamin E fungsinya berpengaruh dalam kesuburan wanita.
 Contoh: kecambah, kacang tanah, kedelai.
- ✓ Vitamin K fungsinya mempengaruhi proses pembekuan darah.
 Contoh: hati, sayuran berwarna hijau, keju.



- d. Mineral
 - Air fungsinya mengatur panas tubuh.

SATUAN ACARA PENYULUHAN
CARA MENYUSUI YANG BENAR

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Cara Menyusui yang Benar
Sub Pokok Bahasan : Cara Menyusui yang Benar
Hari, Tanggal : Selasa, 24 Mei 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang cara menyusui yang benar.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

1. Pengertian cara menyusui yang benar
2. Fungsi menyusui yang benar
3. Tanda bayi menyusu dengan benar
4. Akibat tidak menyusui dengan benar
5. Tanda bayi mendapat ASI dalam jumlah cukup
6. Langkah-langkah menyusu yang benar

III. Materi

Cara Menyusui yang Benar (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

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

Ponorogo 24 Mei 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina



- Mengajari ibu merangsang membuka mulut bayi, menyentuh pipi puting susu/ menyentuh sudut mulut bayi



- Setelah bayi membuka mulut masukkan puting susu dan sebagian besar areola ke mulut bayi
- Mengajari ibu cara melepas isapan bayi dengan jari kelingking dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut/ dagu bayi ditekan ke bawah.



- Menyendawakan bayi dengan cara bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggung ditepek perlahan-lahan sampai bersemdawa.



Cara Menyusui yang Benar



disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315

DIISI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

Cara Menyusui yang Benar

a) Pengertian

Cara menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi yang benar.

b) Fungsi menyusui yang benar

- Puting susu tidak lecet
- Perlekatan menyusui pada bayi kuat
- Bayi menjadi tenang
- Tidak terjadi gumoh



c) Tanda bayi menyusui dengan benar

- ❖ Bayi tampak tenang
- ❖ Mulut bayi terbuka lebar
- ❖ Bayi nampak menghisap kuat dengan irama perlahan
- ❖ Puting susu tidak terasa nyeri

- ❖ Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus



d) Akibat tidak menyusui dengan benar

- Puting susu menjadi lecet
- ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI
- Bayi enggan menyusui

e) Tanda bayi mendapat ASI dalam jumlah cukup

- Puting dan payudara tidak luka/ nyeri
- Setelah beberapa hari menyusui, bayi akan buang air kecil 6-8 kali sehari dan buang air besar 2 kali sehari

f) Langkah-langkah menyusui yang benar

- Mencuci tangan sebelum menyusui
- Ibu duduk atau berbaring dengan santai
- Sebelum menyusui ASI dikeluarkan sedikit, kemudian dioleskan pada puting dan sekitar areola (cara ini mempunyai manfaat sebagai desinfektan dan menjaga kelembaban puting susu)
- Meletakkan bayi pada satu lengan, kepala bayi berada pada lengkung siku ibu dan bokong bayi berada pada lengan bawah ibu.
- Menempelkan perut bayi pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi di belakang badan ibu
- Memposisikan bayi dengan telinga dan lengan pada garis lurus
- Ibu memegang payudara dengan ibu jari di atas dan jari lain menopang di bawah

SATUAN ACARA PENYULUHAN
TANDA BAHAYA IBU NIFAS

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Tanda Bahaya Ibu Nifas
Sub Pokok Bahasan : Tanda Bahaya Ibu Nifas
Hari, Tanggal : Senin, 30 Mei 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Siti Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang tanda bahaya ibu nifas.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

1. Pengertian masa nifas
2. Pengertian tanda-tanda bahaya masa nifas
3. Tujuan asuhan masa nifas
4. Tujuan penyuluhan tanda-tanda bahaya masa nifas
5. Tanda-tanda bahaya masa nifas

III. Materi

Tanda Bahaya Ibu Nifas (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang Tanda Bahaya Ibu Nifas

Ponorogo 30 Mei 2016

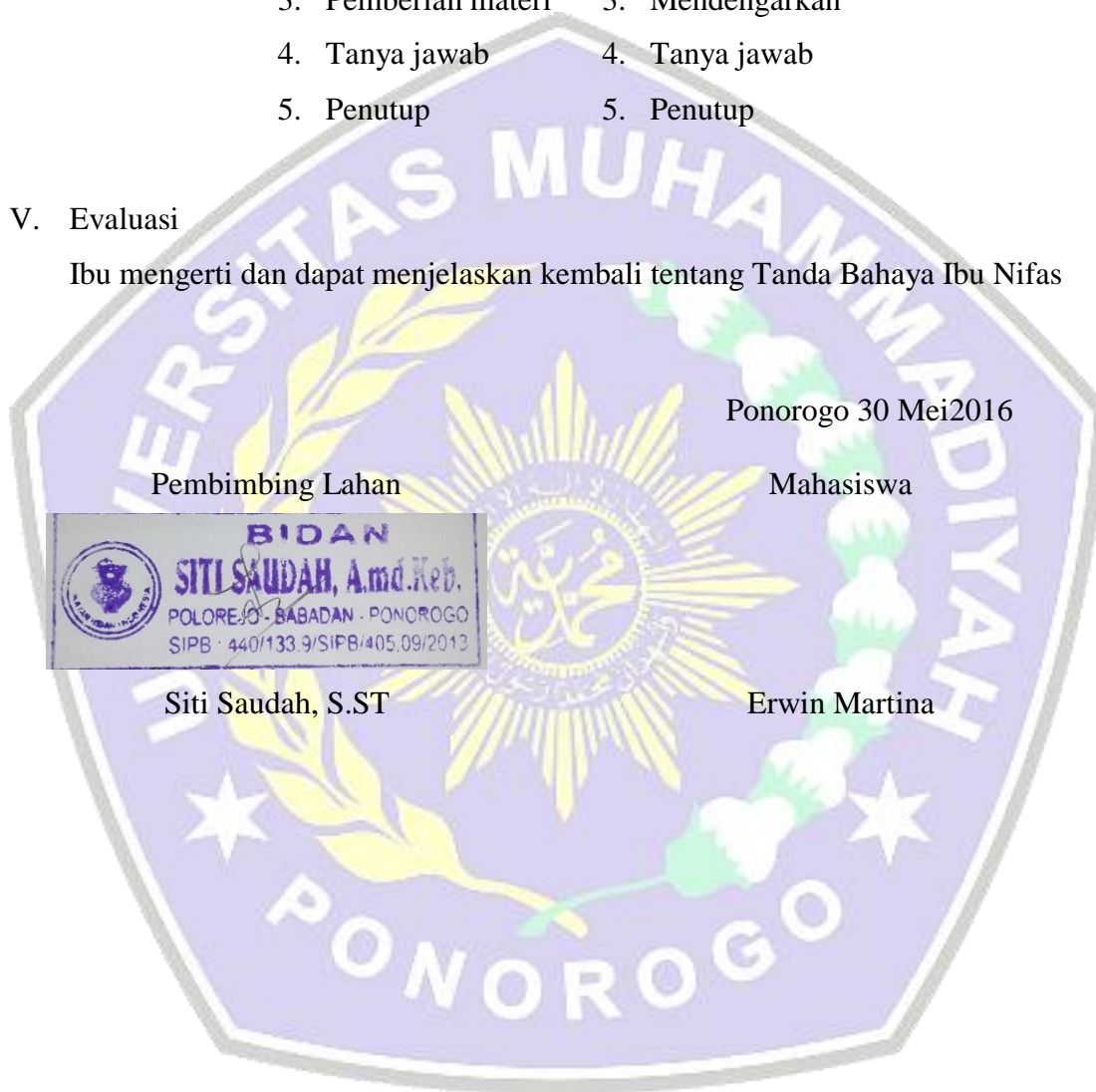
Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina



- d. Pembengkakan di wajah atau ekstremitas
Gejala-gejala ini merupakan tanda-tanda terjadinya kejang post partum bila disertai dengan tekanan darah tinggi.



- e. Demam
Apabila terjadi peningkatan melebihi 38°C berturut-turut selama 2 hari kemungkinan terjadi infeksi. Infeksi nifas adalah keadaan yang mencakup semua peradangan alat-alat genitalia dalam masa nifas.
- Penanganannya adalah tirah baring, kompres, datang ke tenaga kesehatan.
- f. Payudara berubah merah, panas dan terasa sakit
Disebabkan oleh payudara yang tidak disusui secara adekuat, puting susu yang lecet, dan BH yang terlalu ketat.



- g. Kehilangan nafsu makan dalam waktu yang lama
Kelelahan yang amat berat setelah persalinan dapat mengganggu nafsu makan, sehingga ibu tidak ingin makan. Hendaknya setelah melahirkan ibu minum yang manis untuk mengembalikan tenaga.



- h. Merasa sedih atau tidak mampu mengasuh sendiri bayinya dan dirinya sendiri
Penyebabnya adalah kekewaan emosional bercampur rasa takut, rasa nyeri pada awal masa nifas, kelelahan akibat kurang tidur, kecemasan akan kemampuan untuk merawat bayinya dan ketakutan akan menjadi tidak menarik lagi. Untuk masalah ini ibu diberi motivasi untuk menerima kenyataan dan selalu mendapat dukungan dari keluarga.

TANDA BAHAYA IBU NIFAS



disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315

DIIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

Tanda Bahaya Ibu Nifas

1. Pengertian masa nifas

Masa nifas adalah masa dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat kandungan kembali seperti semula sebelum hamil yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari.

2. Pengertian tanda-tanda bahaya masa nifas

Suatu tanda yang abnormal yang mengindikasikan adanya bahaya atau komplikasi yang dapat terjadi selama masa nifas.

3. Tujuan asuhan masa nifas

- Menjaga kesehatan ibu dan bayinya, baik fisik maupun psikologinya.
- Mendeteksi masalah, mengobati atau merujuk bila terjadi komplikasi pada ibu maupun bayinya.
- Memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan kesehatan diri, nutrisi, keluarga berencana, menyusui, pemberian imunisasi kepada bayinya dan perawatan bayi yang sehat.
- Memberikan perawatan KB.
- Meningkatkan kelancaran ASI.

4. Tujuan penyuluhan tanda-tanda bahaya masa nifas

- Ibu mengetahui tanda-tanda bahaya pada masa nifas.
- Ibu mengetahui hal yang harus dilakukan bila menemukan salah satu tanda bahaya.

5. Tanda-tanda bahaya masa nifas

- Perdarahan post partum adalah perdarahan lebih dari 500 ml dalam masa 24 jam setelah anak lahir.
Faktor penyebab perdarahan post partum antara lain:
 - Jarak persalinan pendek kurang dari 2 tahun
 - Persalinan dengan tindakan, pertolongan persalinan oleh dukun
 - Adanya sisa plasenta, robekan jalan lahir



- Lochea yang berbau busuk (bau dari vagina)
Lochea adalah cairan yang dikeluarkan uterus melalui vagina dalam masa nifas, jumlah lebih banyak dari pengeluaran darah

dan lendir waktu menstruasi serta berbau anyir (cairan ini berasal dari bekas melekatnya plasenta). Bila lochea bernanah dan berbau busuk disertai nyeri perut bagian bawah kemungkinan diagnosisnya metritis. Metritis adalah infeksi uterus setelah persalinan. Bila pengobatan terlambat bisa mengakibatkan syok.

Macam-macam lochea

Lochea	Waktu	Warna
Rubra	1-3 hari	Merah kehitaman
Sanguinolenta	3-7 hari	Merah kekuningan
Serosa	8-14 hari	Kekuningan/kecoklatan
Alba	>14 hari	Putih



- Pusing dan lemas berlebihan
Dimana keadaan ini disebabkan oleh tekanan darah rendah, kurangnya istirahat, dan kurangnya nutrisi, sehingga ibu kelihatan pucat.



SATUAN ACARA PENYULUHAN
ALAT KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan
Sub Pokok Bahasan : Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan
Hari, Tanggal : Kamis, 16 Juni 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang alat kontrasepsi suntik 3 bulan.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

1. Pengertian alat kontrasepsi suntik 3 bulan
2. Mekanisme kerja alat kontrasepsi suntik 3 bulan
3. Efektivitas alat kontrasepsi suntik 3 bulan
4. Waktu pemberian alat kontrasepsi suntik 3 bulan
5. Efek samping dan penanganan alat kontrasepsi suntik 3 bulan
6. Keuntungan alat kontrasepsi suntik 3 bulan
7. Kerugian alat kontrasepsi suntik 3 bulan
8. Yang diperbolehkan untuk menggunakan alat kontrasepsi suntik 3 bulan
9. Yang tidak diperbolehkan untuk menggunakan alat kontrasepsi suntik 3 bulan

III. Materi

Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang alat kontrasepsi suntik 3 bulan.

Ponorogo 16 Juni 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina

Alat kontrasepsi Suntik 3 Bulan

1. Pengertian

Kontrasepsi yang diberikan setiap 3 bulan dengan cara suntik intramuscular (di daerah bokong).



2. Mekanisme kerja

- Mengentalkan lendir pada jalan lahir, sehingga sperma tidak dapat menembus ke rahim.
- Mengganggu pergerakan saluran sel telur, sehingga sel telur tidak bisa mencapai rahim.
- Mencegah sel telur untuk menempel ke dinding rahim.

3. Efektivitas

Efektivitasnya sangat tinggi, cara pemberiannya sederhana, cukup aman. Angka kegagalannya 0-0,8 kehamilan per 100 perempuan.

4. Waktu pemberian

- Setelah melahirkan, dapat diberikan pada hari ke 3-5 atau 6-8 minggu dan dipastikan ibu tidak hamil atau belum melakukan hubungan seksual.
- Pasca keguguran, dapat diberikan setelah kuretase atau 30 hari pasca abortus dan dipastikan ibu tidak hamil.



5. Efek samping dan penanganan

- Depresi
Minum vitamin B6 50 mg 1x1 tablet
- Perubahan berat badan

Diet dan olahraga teratur

- Pusing
Minum paracetamol 3x1 sehari setelah makan
- Gangguan haid
 - ✓ Jika tidak haid minum pil kb hari ke 1-2 masing-masing 3 tablet selanjutnya hari ke 4 1x1 sehari selama 4-5 hari.
 - ✓ Jika perdarahan minum lynolar 2x1 sehari sampai perdarahan berhenti.

Keadaan yang Tidak Normal



6. Keuntungan kb Suntik 3 Bulan

- Sangat efektif
- Tidak mempengaruhi hubungan suami istri
- Tidak memiliki pengaruh terhadap ASI

- Ibu tidak perlu menyimpan obat suntik
- Mencegah kejadian kanker jinek pada payudara

7. Kerugian kb suntik 3 bulan

- Sering ditemukan gangguan haid, seperti siklus haid memendek atau memanjang, perdarahan banyak atau sedikit, perdarahan tidak teratur atau perdarahan bercak.
- Terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian.
- Ibu bergantung pada tempat pelayanan kesehatan karena harus kembali suntik.

8. yang diperbolehkan untuk menggunakan kb suntik 3 bulan

- Usia reproduksi
- Telah memiliki anak
- Ingin menggunakan kontrasepsi dengan efektivitas yang tinggi
- Wanita menyusui
- Post abortus
- Sering lupa menggunakan pil

9. Yang tidak diperbolehkan untuk menggunakan kb suntik 3 bulan

- Hamil atau diduga hamil
- Perdarahan pervaginam yang tidak diketahui penyebabnya
- Penyakit hati
- Penyakit diabetes mellitus
- Menderita kanker payudara



Alat kontrasepsi Suntik 3 Bulan



disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315

DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

SATUAN ACARA PENYULUHAN
PERAWATAN TALI PUSAT PADA BAYI

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Perawatan Tali Pusat pada Bayi
Sub Pokok Bahasan : Perawatan Tali Pusat pada Bayi
Hari, Tanggal : Rabu, 18 Mei 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang perawatan tali pusat pada bayi.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

1. Pengertian tali pusat
2. Perawatan tali pusat
3. Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya infeksi tali pusat pada bayi
4. Tanda gejala infeksi tali pusat
5. Cara Pencegahan
6. Cara Penanganan
7. Langkah-langkah perawatan tali pusat

III. Materi

Perawatan Tali Pusat pada Bayi (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
-------	------------	-------------------	-------

10 menit	1. Salam	1. Menjawab salam	Leaflet
	2. Perkenalan	2. Mendengarkan	
	3. Pemberian materi	3. Mendengarkan	
	4. Tanya jawab	4. Tanya jawab	
	5. Penutup	5. Penutup	

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang perawatan tali pusat pada bayi.

Ponorogo 18 Mei 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina

E. Pencegahan

Dalam keadaan normal, tali pusat akan lepas dengan sendirinya dalam waktu lima sampai tujuh hari. Tapi dalam beberapa kasus bisa sampai dua minggu bahkan lebih lama. Selama belum pupus, tali pusat harus dirawat dengan baik. Agar tali pusat tidak infeksi, basah, bermanah, dan berbau. Bersihkan tali pusat bayi dengan sabun saat memandikan bayi. Keringkan dengan handuk lembut. Tidak perlu di olesi dengan alkohol 70% atau betadine, karena yodium yang dikandung betadine dapat masuk ke peredaran darah bayi dan menyebabkan gangguan pertumbuhan kelenjar gondok. Biarkan terbuka hingga kering, dapat dibungkus dengan kasa steril. Jangan mengolesi tali pusat dengan ramuan atau menaburi bedak, karena dapat menjadi media yang baik bagi tumbuhnya kuman, termasuk kuman tetanus.

F. Penanganan

Jika tali pusat bayi terinfeksi oleh *Staphylococcus aureus*, sebagai pengobatan lokal dapat diberikan salep gentamicin.

G. Langkah-langkah perawatan tali pusat

1. Ketika mengganti popok atau diaper, pastikan memasangnya di bagian bawah perut bayi (di bawah tali pusat),

ini untuk menjaga agar tali pusat tidak terkena air kencing atau kotoran bayi.

2. Gunakan pakaian yang agak longgar untuk sirkulasi udara di sekitar tali pusat, sampai tali pusat puput.
3. Bersihkan tali pusat setiap hari secara teratur dengan mengeringkan tali pusat dengan kasa steril.
4. Jangan pernah meletakkan ramuan atau bubuk apa pun kebagian pangkal tali pusat bayi. Ketika tali pusat sudah puput, biarkan area pusat sembuh dalam beberapa hari. Tidak perlu menggunakan plester untuk menutupinya, tapi biarkan kering secara alamiah untuk mencegah infeksi.



Perawatan tali pusat pada bayi



disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315

DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

PERAWATAN TALIPUSAT PADA BAYI

A. Pengertian Tali Pusat

Tali pusat atau umbilical cord adalah saluran kehidupan bagi janin selama dalam kandungan, karena melalui tali pusat inilah semua kebutuhan untuk hidup janin di penuhi.



B. Perawatan Tali Pusat

Perawatan tali pusat merupakan suatu tindakan yang sangat sederhana yaitu dengan membersihkan daerah sekitar tali pusat agar selalu bersih dan kering dan selalu mencuci tangan dengan air bersih serta menggunakan sabun sebelum merawat tali pusat

C. Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya infeksi tali pusat pada bayi

1. Faktor kuman
Staphylococcus aureus ada dimana-mana dan didapat pada masa awal kehidupan hampir semua bayi, saat lahir atau selama masa perawatan. Biasanya *Staphylococcus aureus* sering dijumpai pada kulit, saluran pernafasan, dan saluran cerna terkolonisasi. Untuk pencegahan terjadinya infeksi tali pusat sebaiknya tali pusat tetap dijaga kebersihannya, upayakan tali pusat agar tetap kering dan bersih, pada saat memandikan di minggu pertama sebaiknya jangan merendam bayi langsung ke dalam air mandinya karena akan menyebabkan basahnyatali pusat dan memperlambat proses pengeringan tali pusat.
2. Faktor maternal
Ibu yang berstatus sosio-ekonomi rendah mungkin nutrisinya buruk dan tempat tinggalnya padat dan tidak higienis.
3. Faktor Neonatal
Prematuritas (berat badan bayi kurang dari 1500 gram), merupakan faktor resiko terjadinya infeksi. Kerentanan neonatus terhadap infeksi dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kulit dan selaput lendir yang tipis dan mudah rusak, kemampuan immunitas masih rendah.
4. Faktor tradisi
Sebagian masyarakat misalnya dengan memberikan berbagai ramuan-ramuan atau

serbuk-serbuk yang dipercaya bisa membantu mempercepat kering dan lepasnya potongan tali pusat, seperti inilah yang seharusnya tidak boleh dilakukan karena justru dengan diberikannya berbagai ramuan tersebut kemungkinan terjangkitnya tetanus lebih besar biasanya penyakit tetanus neonatorum ini cepat menyerang bayi.

D. Tanda gejala infeksi tali pusat

Tanda-tanda yang perlu dicurigai oleh orang tua adalah apabila timbul bau menyengat dan terdapat cairan berwarna merah darah atau bisa juga berbentuk nanah di sisa tali pusat bayi. Hal tersebut menandakan sisa tali pusat mengalami infeksi, laka bawa bayi ke klinik atau rumah sakit, karena apabila infeksi telah merambat ke perut bayi, akan menimbulkan gangguan serius pada bayi.



SATUAN ACARA PENYULUHAN
ALAT ASI EKSKLUSIF

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Alat ASI eksklusif
Sub Pokok Bahasan : Alat ASI eksklusif
Hari, Tanggal : Kamis, 24 Mei 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang alat ASI eksklusif.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

1. Pengertian alat ASI eksklusif
2. Mekanisme kerja alat ASI eksklusif
3. Efektivitas alat ASI eksklusif
4. Waktu pemberian alat ASI eksklusif
5. Efek samping dan penanganan alat ASI eksklusif
6. Keuntungan alat ASI eksklusif
7. Kerugian alat ASI eksklusif
8. Yang diperbolehkan untuk menggunakan alat ASI eksklusif
9. Yang tidak diperbolehkan untuk menggunakan alat ASI eksklusif

III. Materi

ASI eksklusif (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
-------	------------	-------------------	-------

10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup 	Leaflet
----------	--	---	---------

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang ASI eksklusif.

Ponorogo 24 Mei 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina

ASI Eksklusif

1. Pengertian

Pemberian ASI saja tanpa tambahan makanan lain pada bayi berumur 0-6 bulan.

2. Jenis-jenis air susu ibu

- Kolostrum adalah cairan kental berwarna kekuning-kuningan yang dihasilkan pada hari pertama sampai hari ke-3. Kolostrum bias dikatakan sebagai "imunisasi" pertama yang diterima bayi karena banyak mengandung protein untuk daya tubuh yang berfungsi sebagai pembunuh kuman dalam jumlah tinggi.
- Susu transisi adalah air susu ibu yang diproduksi setelah kolostrum antara hari ke-4 sampai dengan hari ke-10. Warna susu lebih putih dari kolostrum.
- Susu matur adalah susu yang keluar setelah hari ke-10. Berwarna putih kental.



3. Manfaat ASI Eksklusif

a. Untuk bayi

- ✓ Makanan terbaik bagi bayi yang mudah dicerna dan diserap.
- ✓ ASI menyempurnakan pertumbuhan bayi sehingga bayi sehat dan cerdas.
- ✓ ASI memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit.
- ✓ ASI selalu tersedia dalam suhu yang tepat untuk bayi.
- ✓ Komposisi dan volume ASI cukup pertumbuhan dan perkembangan bayi sampai dengan 6 bulan.
- ✓ Bayi yang menyusu jarang mengalami diare dan tidak akan mengalami sembelit.
- ✓ System pencernaan bayi sampai dengan 6 bulan belum sempurna untuk

mencerna makanan selain ASI.



b. Untuk ibu

- Mengurangi perdarahan setelah melahirkan dan mempercepat kembalinya rahim ke bentuk semula.
- Menjadikan hubungan ibu dan bayi semakin dekat.
- Dapat menunda kehamilan, dengan menyusu secara eksklusif dapat menunda haid dan kehamilan, sehingga dapat digunakan sebagai alat kontrasepsi alamiah/ Metode Amenorea Laktasi (MAL).
- Mengurangi resiko kanker payudara dan ovarium.
- Pemulihan kesehatan ibu lebih cepat.



4. Cara untuk memperbanyak produksi ASI

- Menyusui secara eksklusif, hanya ASI tidak ada makanan tambahan lainnya.
- Menyusui kapanpun bayi meminta (on-demand), sesering yang bayi mau, pagi, siang dan malam.
- Apabila selalu tidur dan tidak mau menyusui maka sebaiknya bayi dibangunkan dan dirangsang untuk menyusui setiap 2-3 jam sekali setiap harinya.
- Menyusui bergantian, supaya tidak terjadi bendungan ASI pada payudara sebelah.
- Tiak menggunakan botol/ empeng.
- Mengeluarkan ASI dengan memomp atau memerah dengan tangan, disaat tidak bersama anak.

- Ciptakan kontak kulit dengan bayi, misalnya dengan membelai dan mengajaknya berkomunikasi.
- Menyusui sambil berbaring diranjang akan membantu ibu lebih relaks dan membuat bayi menyusui lebih lama.
- Jangan tidur telungkep, karena bisa menekan payudara ibu dan menurunkan produksi ASI.
- Banyak minum air putih
- Banyak istirahat untuk menghemat tenaga dan menghindari stress.
- Makan dan minum yang bergizi, seperti sayur (daun katuk, bayam dan lain-lain), buah, nasi, susu, daging, ikan laut, telur.



Asi Eksklusif



disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315

DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

SATUAN ACARA PENYULUHAN
PERAWATAN BAYI

Nama Mahasiswa : Erwin Martina
NIM : 13621315
Semester : VI

Pokok Bahasan : Perawatan Bayi
Sub Pokok Bahasan : Perawatan Bayi
Hari, Tanggal : Minggu, 29 Mei 2016
Waktu : 10 menit
Sasaran : Ny. I
Tempat : BPM Saudah, Amd. Keb.

I. Tujuan Intruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat mengerti tentang perawatan bayi.

II. Tujuan intruksional khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 10 menit, diharapkan ibu dapat memahami tentang:

1. Pengertian perawatan bayi
2. Tujuan perawatan bayi
3. Macam-macam perawatan bagi bayi

III. Materi

Perawatan Bayi (leaflet terlampir)

IV. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode: ceramah, tanya jawab
2. Langkah-langkah

Waktu	Penyuluhan	Kegiatan Audience	Media
10 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Pemberian materi 4. Tanya jawab 5. Penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Mendengarkan 4. Tanya jawab 5. Penutup 	Leaflet

V. Evaluasi

Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang Perawatan Bayi.

Ponorogo 29 Mei 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Siti Saudah, S.ST

Erwin Martina



kasar. Membersihkan kotoran mata dengan menggunakan kapas steril yang dibasahi air matang, satu kapas satu mata.



- e. Merawat kuku.
Kuku si kecil bisa dipotong oleh ibu bila sudah terlihat panjang. Aktivitas ini bisa dilakukan dengan suami saat bayi tidur. Setelah dipotong, kuku dikikir agar tidak tajam. Untuk menghindari goresan kuku, pakaikan sarung tangan.



- f. Pakaian bayi.
Pakaian bayi harus disesuaikan dengan cuaca. Gunakan bahan

berkualitas yang alami, seperti bahan yang terbuat dari 100% cotton agar keringat yang muncul dapat terserap dengan baik.



- g. Mengganti popok.
Apabila cara membersihkannya kurang benar, kulit bayi akan menjadi lecet. Gantilah popok bayi setiap kali basah. Bersihkan terlebih dahulu daerah yang terkena kencing dengan air bersih dan keringkan dengan handuk kering/ tissue.



Perawatan pada Bayi



disusun oleh:
ERWIN MARTINA
13621315

DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

Perawatan pada Bayi

1. Pengertian
Suatu tindakan merawat dan memelihara kesehatan bayi dalam bidang preventif dan kuratif.
2. Tujuan perawatan pada bayi
 - a. Memelihara perasaan aman dan nyaman bayi
 - b. Menurunkan angka mortalitas dan morbiditas
 - c. Bayi dapat tumbuh dan berkembang secara normal
3. Macam-macam perawatan bagi bayi, sebagai berikut;
 - a. Bayi baru lahir tidak perlu memakai gurita.
Penggunaan gurita pada bayi justru akan menekan bagian perut bayi dan membuat bayi kesulitan untuk bernafas, seandainya ibu ingin tetap mengenakan gurita sebaiknya ikatan harus longgar.



- b. Perawatan bayi dengan bedong.
Bayi baru lahir memang membutuhkan kehangatan, namun bukan dengan membungkusnya rapat-rapat dengan bedong. Bila ingin memberikan kehangatan, sebaiknya lipatan kain jangan terlalu ketat, karena bayi tidak bisa bernafas dengan leluasa. Perhatikan pada bayi yang panas tidak boleh dibedong, karena akan meningkatkan suhu tubuhnya.



- c. Penggunaan bedak bayi.
Bayi baru lahir sebaiknya tidak perlu diberi bedak tabur seluruh tubuh setelah mandi. Resiko terhirup serbuk halus dari bedak taburan masuk paru-paru dan mengganggu pernapasan bayi. Jaga kebersihan saat bayi mandi dengan menyabunnya terutama daerah ketiak dan lipatan-lipatan. Perawatan bayi usia BAK dan BAB dengan menabur bedak dipantat/ alat kelamin, justru akan menumpuk kotoran dan menyebabkan lecet/ iritasi. Setiap bayi BAK dan BAB cukup bersihkan dengan kapas/ tissue yang dibasahi air hangat dan dikeringkan dengan handuk bersih.











- d. Merawat mata bayi.
Jaga kebersihan dengan baik, pastikan jari kuku ibu tidak panjang, tidak tajam dan tidak

Lampiran 10

KARTU BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : ERWIN MARTINA
 NIM : 13621315
 KELAS : 3A
 PEMBIMBING : Visi Prima Twin P. S.ST, M.Kes.

PEMBIMBING I

NO	HARI/TANGGAL	SARAN	TTD
1.	28 April 2016	Membuat leaflet & SIP persiapan persalinan dan ikuti Auc selanjutnya	
2.	18 Mei 2016	perencanaan kunjungan ipas.	
3.	19 Mei 2016	evaluasi kunjungan	
4.	20 Mei 2016	evaluasi hasil kunjungan pnc ke 2.	
5.	10 Juni 2016	evaluasi kunjungan ke 3 fokus kunjungan ke 4. KB.	
	1 Agt 2016	Konsul hasil	
	2 Agt 2016	Konsul keseluruhan	
		Acc trap ipas	

KARTU BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : ERWIN MARTINA
 NIM : 13621315
 KELAS : 3A
 PEMBIMBING : Suharti, M. Kes

PEMBIMBING II

NO	HARI/TANGGAL	SARAN	TTD
1	Kamis, 31-3-2016	meny. dan pembahasan	
2	Senin, 25-4-2016	penyusunan bab 1, 2, 3, 4, 5 dan pembahasan	
3	Senin, 20-5-2016	penyusunan bab 1, 2, 3, 4, 5 dan pembahasan	
4	Rabu, 8-6-2016	penyusunan dan pembahasan bab 1, 2, 3, 4, 5	
5	Senin, 1-8-2016	revisi bab 3, lanjutan bab 4, 5 dan pembahasan	
6	Selasa, 2-8-2016	dan pembahasan	

