

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, neonatus, 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, 28 Desember 2015

Peneliti

RIZKY DWI C.

NIM.13621386

*Lampiran 2***INFORM CONCENT**

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.

Nama : *Ny. Etik Iskundarti*

Umur : *22 tahun*

Alamat : *Doyong, Ngampel, Balong, Ponorogo*

Saya percaya yang saya informasikan dijamin kerahasiaannya.

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

Ponorogo, 22 Maret 2016

Responden



Etik
(Etik Iskundarti)

Lampiran 3

SURAT PERMOHONAN DATA AWAL PENELITIAN

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 : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 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***SURAT REKOMENDASI PENELITIAN****REKOMENDASI PENELITIAN**

Berdasarkan Rekomendasi Nomor: 1968/III.6/PN/2015. Tanggal 25 November 2015 dari BPM Desi Prihatini, dengan ini kepada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo menyatakan bahwa telah melakukan pengambilan data awal di BPM Desi Prihatini Desa Beton Kecamatan Siman Kabupaten Ponorogo. Adapun mahasiswa tersebut:

Nama : Rizky Dwi Cahyaningrum

NIM : 13621386

Judul : Asuhan kebidanan pada masa Hamil sampai Masa Nifas

Daerah: BPM Desi Prihatini, Desa Beton, Kecamatan Siman, Kabupaten Ponorogo.

Demikian surat ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana semestinya.

Ponorogo, 1 Desember 2015

Bidan Desa



(Desi Prihatini, Amd. Keb)

Lampiran 5

SURAT PERMOHONAN BIDAN

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 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.

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wasalamu 'alaikum w. w.



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

SURAT PERJANJIAN

IMPLEMENTASI LTA BERBASIS CONTINUITY OF CARE

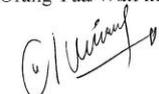
NAMA : RIZKY DWI CAHYANINGRUM
 ALAMAT : Jl. IR. H JUANDA 160 TONATAN PONOROGO
 TEMPAT TANGGAL LAHIR : NGAWI, 23 DESEMBER 1994
 NIM : 13621386
 TINGKAT : III (TIGA)

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


(IFAH DWIP)

Ponorogo, 4 Maret 2016
Hormat saya,


(RIZKY DWI C.)

Mengetahui,
DEKAN



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

Lampiran 6

KSPR

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

Nama : Alamat :
 Umur Ibu : Kac / Kab :
 Pendidikan : Pekerjaan :
 Hamil Ke Haid Terakhir Tgl : Perkiraan Persalinan Tgl : bl
 Periksa I
 Umur Kehamilan : bln Di :

KEL F.R.	II NO.	III Masalah/Faktor Risiko	IV SKOR	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	Pemah gagal kehamilan	4			
	9	Pemah melahirkan dengan				
		a. Tarikan tangkai/kum	4			
		b. Uri drogoh	4			
		c. Diberi infus/Transfusi	4			
	10	Pemah Operasi Sesar	8			
	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 (hydramion)	4			
	15	Bayi mati dalam kandungan	4			
	16	Kehamilan lebih bulan	4			
	17	Latak sunggang	8			
	18	Latak botang	8			
	19	Pendarahan diben kandungan ini	8			
	20	Pre-eklampsia Berat/Kayang-kayang	8			
JUMLAH SKOR						

PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN ~ RUJUKAN TERENCANA

JML SKOR	KEHAMILAN		PERSALINAN DENGAN RISIKO					
	KEL. RISIKO	PERA-WATAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN		
						RDB	RDR	RTW
2	KPR	BIDAN	TDK 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.	3. Pendarahan postpartum
5.	4. Uri Tertinggal
6.	5. 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/Eklampsia	4. Puskesmas
c. Partus lama d. Infeksi e. Lain-2	5. Rumah Sakit
BAYI :	6. Perjalanan
1. Berat lahir : gram, Laki-2/Perempuan	7. Lain-2
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

CATATAN PERSALINAN

1. Tanggal 12-9-2016
2. Nama Bidan Luli Siswadi
3. Tempat persalinan
Rumah Ibu Puskesmas
Polindes Rumah Sakit
Klinik Swasta Lainnya: BPM
4. Alamat tempat persalinan Ngampel, Babong
5. Catatan : rujuk kala : I / II / III / IV
6. Alasan merujuk :
7. Tempat rujukan :
8. Pendamping pada saat merujuk :
bidan teman
suami dukun
keluarga tidak ada

KALA I

9. Partograf melewati garis waspada : Y/T
10. Masalah lain, sebutkan :
11. Penatalaksanaan masalah tersebut :
12. Hasilnya :

KALA II

13. Episiotomi :
Ya/Indikasi Tidak
14. Pendamping pada saat persalinan :
suami dukun
keluarga tidak ada
teman
15. Gawat janin :
Ya, tindakan yang dilakukan :
a.
b.
c. Tidak
16. Distosia bahu
Ya, tindakan yang dilakukan
a.
b.
c. Tidak
17. Masalah lain, sebutkan :
18. Penatalaksanaan masalah tersebut :
19. Hasilnya :

KALA III

20. Lama kala III : 20 menit
21. Pemberian Oksitosin 10 U IM ?
Ya, waktu : 1 menit sesudah persalinan
Tidak, alasan :
22. Pemberian ulang Oksitosin (2x)?
Ya, alasan :
23. Penegangan tali pusat terkendali ?
Ya
Tidak, alasan :

PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

Jam Ke	Waktu	Tekanan darah	Nadi	Temperatur	Tinggi fundus uteri	Kontraksi uterus	Kandung kemih	Pendarahan
1	14.30	120/80	84	36,8	2 jari bawah pusat	baik	kosong	100 cc
	14.45	120/80	82	36,9	2 jari bawah pusat	baik	kosong	50 cc
	15.00	120/80	80	36,1	2 jari bawah pusat	baik	kosong	20 cc
2	15.15	120/80	80	36,6	2 jari bawah pusat	baik	kosong	20 cc
	15.45	100/70	80	36,8	2 jari bawah pusat	baik	kosong	10 cc
	16.15	100/70	80	36,8	2 jari bawah pusat	baik	kosong	10 cc

Masalah Kala V :
Penatalaksanaan yang dilakukan untuk masalah tersebut :
Bagaimana hasilnya ?

24. Masase fundus uteri :
Ya
Tidak, alasan :
25. Plansenta lahir lengkap (intact) Ya / Tidak
Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan :
a.
b.
26. Plasenta tidak lahir > 30 menit : Ya / Tidak
Ya, tindakan
a.
b.
c.
27. Laserasi :
Ya dimana Mulut vagina kulit perineum
Tidak otot perineum
28. Jika laserasi perineum derajat 1/2/3/4
Tindakan :
Penjahitan, dengan / tanpa anestesi
Tidak dijahit, alasan :
29. Atonia uteri :
Ya, tindakan :
a.
b.
c. Tidak
30. Jumlah pendarahan : 100 ml
31. Masalah lain, sebutkan :
32. Penatalaksanaan masalah tersebut :
33. Hasilnya :

BAYI BARU LAHIR :

34. Berat badan 3000 gram
35. Panjang 42 cm
36. Jenis kelamin OP
37. Penilaian bayi baru lahir baik ada penyulit
38. Bayi lahir :
Normal tindakan :
mengeringkan
menghangatkan
rangsangan taktil
bungkus bayi dan tempatkan disisi ibu
tindakan pencegahan infeksi mata
- Asfiksia ringan/pucat/biru/lemas, tindakan :
mengeringkan menghangatkan
rangsangan taktil lain - lain, sebutkan :
bebaskan jalan napas
bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
- Cacat bawaan, sebutkan :
- Hipotermia, tindakan :
a.
b.
c.
39. Pemberian ASI
Ya, waktu : segera jam setelah bayi lahir
Tidak, alasan :
40. Masalah lain, sebutkan :
- Hasilnya :

PENAPISAN

Nama : Ny. E

Tanggal : 12 April 2016

Jam :

No.	KRITERIA	YA	TIDAK
1	Riwayat Bedah Sesar		✓
2	Pendarahan Pervaginaan		✓
3	Persalinan kurang bulan (< 37 mgg)		✓
4	Ketuban pecah dengan meconium yang kental		✓
5	Ketuban pecah lama (> 24 jam)		✓
6	Ketuban pecah pada persalinan kurang bulan (< 37 mgg)		✓
7	Ikterus		✓
8	Anemia berat		✓
9	Tanda / Gejala Infeksi		✓
10	Pre - eklamsia / hipertensi dalam kehamilan		✓
11	Tinggi fundus 40 cm atau lebih		✓
12	Gawat Janin		✓
13	Primi para dalam fase aktif, kepala masih 5 / 5		✓
14	Presentasi bukan belakang kepala		✓
15	Presentasi Ganda (Majemuk)		✓
16	Kehamilan ganda atau gemelli		✓
17	Tali pusat menumbung		✓
18	Syok		✓

Bidan Jagu,

(.....)

Lampiran 8



58 LANGKAH APN



I. TANDA DAN GEJALA K-II

1. } ▶ Dor-ran
▶ Tek-nus
▶ Per-jol
▶ Vul-ka

II. SIAP ALAT

2. Cek alat } ▶ Oksi
▶ Sput

SIAP DIRI

3. Celemek
4. Cuci tangan
5. Sarung tangan
6. Oksi (½ Kocher)

III. PASTIKAN ◊ LENGKAP

- 7 Bersih
8. P.D
9. Celup
10. DJJ

IV. SIAP IBU & KELUARGA

11. Ibu
12. Bapak/Keluarga

PIMPIN

13. } ▶ His ⊕ } ▶ Pimpin Puji
▶ His ⊖ } ▶ Istirahat Minum DJJ

14. Posisi yang nyaman :

- Jalan
- Jongkok
- Berdiri

V. SIAP TOLONG

15. Handuk
16. Bokong
17. Buka
18. Sarung

VI. TOLONG

KEPALA : 19. Lindungi } ▶ 20. Check
▶ 21. Tunggu

BAHU : 22. Bipariteal } ▶ 23. Sangga
BADAN : 24 Susur

VII. PENANGANAN BBL

25. Nilai, letak } 2
26. Kering
27. Cek Fundus
28. Beritahu } 3
29. Suntik Oksi
30. Jepit } 2
31. Potong - ikat
32. Kontak kulit } 2
33. Tutup

VIII. M.A.K. III

PTT :

34. Pindah
35. Posisi
36. Regangkan Plasenta
37. Tarik
38. Putar } ▶
39. Masase

IX. PENDARAHAN ?

40. Plasenta
41. Robekan

X. PASCA TINDAKAN 17

42. Kontraksi
43. Biarkan bayi di atas perut ibu } 4
44. Timbang, tetes mata, vit. K
45. Imunisasi HB

EVAL

46. Kontraksi
47. Ajar
48. Darah
49. Nadi
50. Nilai nafas & suhu

BERSIH / AMAN

51. Alat
52. Buang
53. Ibu
54. Nyaman
55. Dekontaminasi
56. Celup
57. Cuci

PARTO

58. Catat

Sumber : Buku Acuan Asuhan Persalinan Normal Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2008

Lampiran 9

INFORM CONSENT KB

PERSETUJUAN PELAYANAN KELUARGA BERENCANA
(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ny. Etik Iskundarti Umur : 22 th
Alamat : Doyong, Ngampel, Balong, Ponorogo

Adalah bertindak sebagai diri saya/Orang tua/Suami/Keluarga dari penderita :

Nama : Ny. Jumini Umur : 48 th
Alamat : Doyong, Ngampel, Balong, Ponorogo

Setelah mendapat penjelasan dan pengertian tentang tindakan medis yang akan dilakukan berkaitan dengan **KELUARGA BERENCANA** dan segala resiko yang bisa terjadi, maka kami menyerahkan sepenuhnya dengan ikhlas untuk dilakukan tindakan :

Suntik KB, Pemasangan /Pelepasan IUD, Pemasangan /Pelepasan Implan

Pernyataan ini kami buat dengan penuh kesadaran atas resiko tindakan medis yang akan diberikan. Bila dikemudian hari terjadi resiko yang berhubungan dengan tindakan tersebut maka kami tidak akan menuntut sesuai hukum yang berlaku.

Demikian pernyataan ini kami buat, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Ponorogo, 4 Juni 2016
Pukul : 16.00 WIB

Yang memberi penjelasan,

Mahasiswa,



(RIZKY DWI CAHYANINGRUM)
NIM. 13621386

Penderita,



(Etik Iskundarti)

Keluarga/Saksi



(Jumini)

Lampiran 10

SOP IMPLAN

No.	Langkah-langkah
1.	Alat: <ul style="list-style-type: none"> – Duk steril berlubang – Sarung tangan steril – Implan set (kapsul implan, bisturi, trokart dan pendorong) – Pinset – Klem penjepit – Cucing – Spuit 5 cc – Kassa steril – Plester – Perban – Pola implan dan alat tulis – Betadine – Lidocain 2% – Aquades – Bengkok – Larutan klorin 0,5% – Pengalas – Tempat sampah medis dan non medis – Bak instrumen
Konseling Awal	
2.	Sapa klien, perkenalkan diri, dan tanyakan tujuan kedatangannya
3.	Beri informasi tentang KB (informasi umum tentang KB, jenis kontrasepsi, dan keuntungan serta kerugian masing-masing alat kontrasepsi)
4.	Tanyakan tujuan KB
5.	Bantu klien memilih KB yang tepat
6.	Jelaskan efek samping sampai benar-benar dimengerti pasien
7.	Periksa rekam medis, dan lakukan pemeriksaan lanjutan jika ada indikasi
8.	Menganjurkan klien untuk mencuci lengan sebersih mungkin dengan sabun dan air, serta membilas dan mengeringkannya
9.	Bantu klien naik ke meja periksa
Persiapan	
10.	Tanyakan adanya reaksi alergi obat anastesi
11.	Pastikan lengan sudah bersih, tidak ada sisa sabun yang menempel
12.	Atur posisi klien dan pasang pengalas
13.	Tentukan pemasangan implan pada bagian dalam lengan atas 8 cm di atas lipatan siku (epicondylus medialis)
14.	Gambar pola untuk pemasangan implan
15.	Pastikan peralatan steril sudah tersedia
16.	Buka peralatan steril dari kemasannya, patahkan lidocain dan aquades

17.	Buka kemasan implan dari bungkusnya dan masukkan ke dalam bak instrumen
Pemasangan Implan	
18.	Cuci tangan dengan air mengalir dan sabun, keringkan
19.	Pakai sarung tangan steril 1
20.	Siapkan alat
21.	Pakai sarung tangan satunya lagi
22.	Usap antiseptik ke daerah pemasangan secara melingkar ke luar sampai diameter 10-15 cm
23.	Pasang kain penutup/duk berlubang steril
24.	Suntikkan lidocain pada daerah insisi
25.	Uji anastesi sebelum melakukan insisi dengan skalpel
26.	Buat insisi dangkal 2 mm dengan skalpel hingga lapisan subdermal
27.	Masukkan trokart dan pendorong pada tempat insisi 45° kemudian masukkan trokart sejajar permukaan kulit
28.	Keluarkan trokart dan pendorong perlahan-lahan sambil menahan ujung kapsul di bawah kulit
29.	Raba kapsul di bawah kulit untuk memastikan pemasangan implan sudah benar
30.	Raba ujung implan untuk memastikan berada jauh dari luka insisi
Tindakan Pasca Pemasangan	
31.	Tekan kasa pada tempat insisi untuk mengurangi perdarahan
32.	Dekatkan ujung insisi dan tutup dengan kasa berplester
33.	Balut luka dengan perban untuk mencegah perdarahan atau memar pada kulit
34.	Beri petunjuk klien cara merawat luka dan jelaskan bila ada nanah atau perdarahan atau kapsul keluar dari luka insisi harus segera kembali ke klinik
35.	Masukkan alat ke dalam larutan klorin 0,5%, rendam 10 menit
36.	Buang alat habis pakai pada tempat sampah
37.	Celupkan tangan ke dalam larutan klorin dan lepaskan sarung tangan secara terbalik
38.	Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir, keringkan
Konseling Pasca Pemasangan	
39.	Lengkapi rekam medik dan gambar pola pemasangan implan
40.	Jelaskan kembali efek samping implan
41.	Beritahu jadwal kontrol
42.	Ingatkan efektifitas implan 3 tahun
43.	Ingatkan klien dapat datang setiap saat untuk pemeriksaan atau ingin mencabut implan
44.	Minta klien mengulangi penjelasan
45.	Lakukan observasi selama 5 menit sebelum klien pulang

Lampiran 11

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 22 Maret 2016
 Pokok Bahasan : Anemia pada Ibu Hamil
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 22 Maret 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu hamil dapat mengetahui anemia pada ibu hamil.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian anemia.
2. Tingkat anemia.
3. Penyebab anemia.
4. Tanda dan gejala anemia
5. Bahaya dan cara mencegah anemia

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap ssalam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian anemia. 2. Menjelasakan tingkatan anemia. 3. Menjelaskan Penyebab anemia. 4. Menjelaskan tanda dan	Leaflet

			gejala anemia. 5. Menjelaskan bahaya dan cara mencegah anemia.	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan:

1. Pengertian anemia.
2. Tingkat anemia.
3. Penyebab anemia.
4. Tanda dan gejala anemia.
5. Bahaya dan cara mencegah anemia.

Mengetahui,

Ponorogo, 22 Maret 2016

Pembimbing Lahan

 YUNI SISWATI, S.ST
 (Yuni Siswati, S.ST)

Mahasiswa



(Rizky Dwi C.)

*Materi***Anemia Pada Ibu Hamil****A. Pengertian**

Anemia adalah suatu kelainan dimana kadar zat Hemoglobine (jumlah butir-butir darah merah), Sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital (seperti: jantung, otak, ginjal) pada ibu dan janin menjadi kurang. Selama kehamilan, dikatakan anemia adalah jika konsentrasi hemoglobin kurang dari 11,5 g/dl.

Tingkat Anemia

- a. Anemia ringan : Hb 9-10 gram/dl
- b. Anemia sedang : Hb 8 gram/dl
- c. Anemia berat : Hb < 8 gram/dl

B. Tanda dan Gejala

1. Pucat pada mata
2. Kekuningan pada mata
3. Cepat lelah, sering pusing dan sakit
4. Kepala
5. Terjadi sariawan, peradangan gusi, peradangan pada lidah dan peradangan pada sudut mulut.
6. Tekanan darah turun
7. Pemeriksaan Hemoglobin < 11,5 g/dl

C. Penyebab

1. Kebutuhan zat besi dan asam folat yang meningkat untuk memenuhi kebutuhan darah ibu dan janinnya.
2. Penyakit tertentu : Penyakit ginjal, jantung, pencernaan, diabetes mellitus (kencing manis)
3. Asupan gizi kurang
4. Terlalu sering melahirkan
5. Cara mengolah makanan yang kurang tepat
6. Kebiasaan makan atau pantangan terhadap makanan tertentu seperti ikan, sayuran dan buah-buahan.

7. Kebiasaan minum kopi, teh bersamaan dengan makan
8. Kebiasaan minum obat penenang dan alkohol

D. Bahaya Anemia

1. Membahayakan jiwa ibu, terutama waktu melahirkan (pendarahan).
2. Resiko syok (kegagalan peredaran darah yang ditandai dengan penurunan tekanan darah) waktu persalinan
3. Keguguran, lahir prematur
Mengganggu pertumbuhan bayi dalam kandungan, kemungkinan bayi dilahirkan dengan Bayi Berat Badan Lahir Rendah.

E. Cara Pencegahan

1. Identifikasi penyebab anemia pada ibu hamil
2. Pastikan tanda dan gejala anemia yang terjadi pada ibu hamil
3. Makan makanan yang banyak mengandung zat besi, asam folat.
4. Konsumsi vitamin C yang lebih banyak
5. Hindari atau kurangi minum kopi dan teh
6. Hindari penggunaan alkohol dan obat-obatan/zat penenang
7. Atur jarak kehamilan dan batasi kehamilan, dengan menjadi peserta Keluarga Berencana.
8. Hindari aktivitas yang berat dan istirahat yang cukup
9. Timbang berat badan setiap minggu
10. Ukur tekanan darah
11. Minumlah 1 tablet pil tambah darah setiap hari bagi ibu hamil, paling sedikit 90 tablet selama hamil.
12. Periksa Hemoglobin darah pada tempat pelayanan kesehatan

F. Makanan yang Dikonsumsi

1. Daging
2. Susu
3. Ikan
4. Sayuran yang hijau
5. Kacang hijau
6. Buah-buahan

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 22 Maret 2016
 Pokok Bahasan : Keputihan/Fluor Albus
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 22 Maret 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu hamil dapat mengetahui keputihan fisiologis dan patologis.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian keputihan.
2. Jenis dan Ciri Keputihan Fisiologis dan Patologis.
3. Penyebab Keputihan Patologis.
4. Cara Pencegahan keputihan.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian Keputihan 2. Menjelaskan Jenis dan Ciri Keputihan Fisiologis dan Patologis 3. Menjelaskan Penyebab Keputihan Patologis 4. Menjelaskan Cara Pencegahan keputihan	Leaflet

3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	
----	---------	------------	------------------------------	--

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian keputihan.
2. Jenis dan Ciri Keputihan Fisiologis dan Patologis.
3. Penyebab Keputihan Patologis.
4. Cara Pencegahan keputihan.

Mengetahui,

Ponorogo, 22 Maret 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



(Yuni Siswati, S.ST)



(Rizky Dwi C.)



*Materi***KEPUTIHAN****A. Pengertian**

Keputihan (flour albus) adalah cairan yang berlebihan yang keluar dari vagina. Keputihan bisa bersifat fisiologis (dalam keadaan normal) namun bisa juga bersifat patologis (karena penyakit).

B. Jenis dan Ciri

1. Keputihan Fisiologis (Normal)
 - a. Berwarna jernih
 - b. Tidak berbau
 - c. Tidak terasa gatal atau panas pada daerah vagina
2. Keputihan Patologis (Tidak normal/penyakit)
 - a. Warna tidak jernih, biasanya keruh seperti susu, kekuningan bahkan sampai kehijauan
 - b. Berbau
 - c. Terasa gatal atau panas pada daerah vagina

C. Penyebab

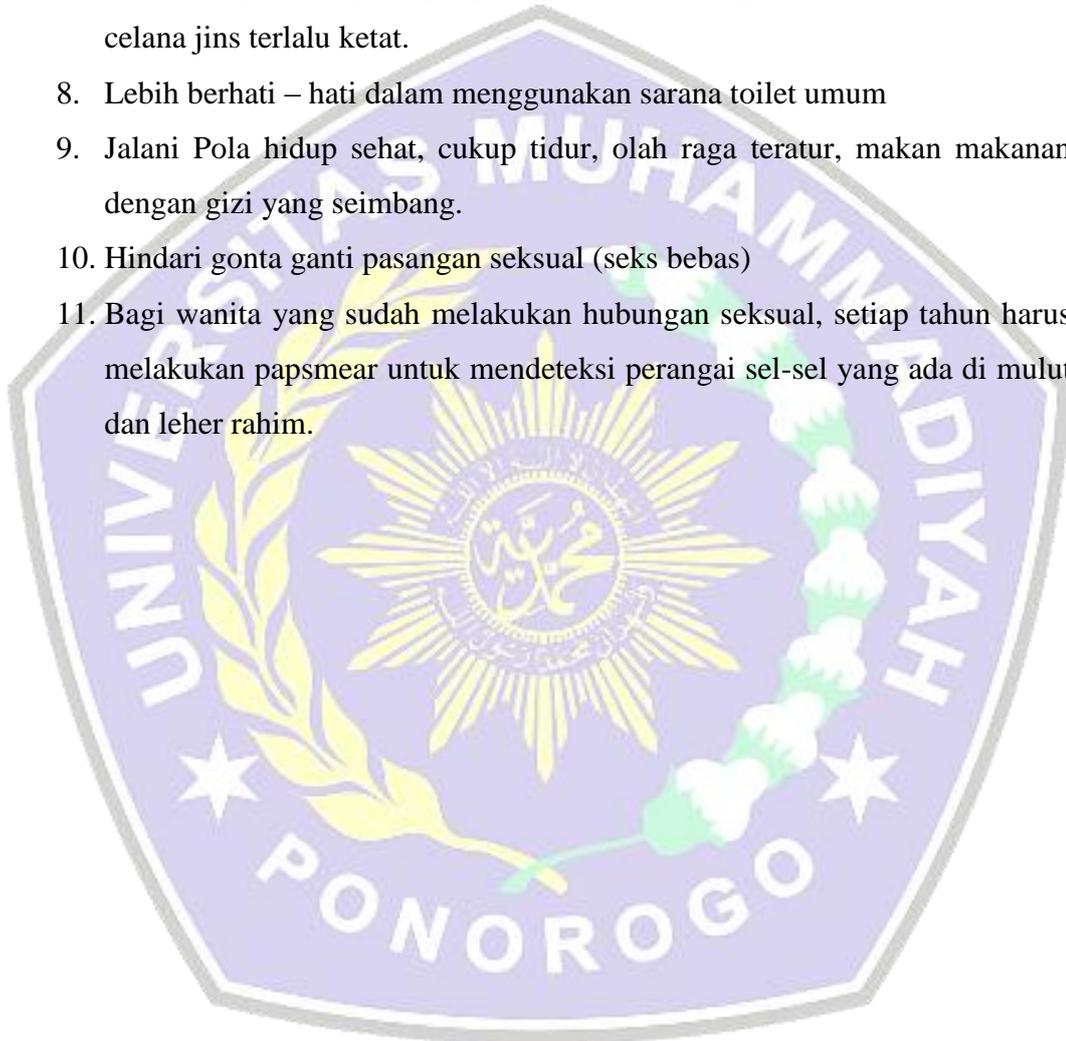
Banyak hal yang membuat wanita rawan terkena keputihan. Keputihan pada ibu hamil biasanya wajar. Keputihan pada ibu hamil disebabkan karena pengaruh hormon esterogen.

Sedangkan penyebab keputihan patologis ini dikarenakan kuman. Flora normal di dalam vagina membantu menjaga keasaman pH vagina, pada keadaan yang optimal, pH vagina seharusnya antara 3,5-5,5. flora normal ini bisa terganggu. Misalnya karena pemakaian antiseptik untuk daerah vagina bagian dalam. Ketidakseimbangan ini dapat mengakibatkan tumbuhnya jamur dan kuman-kuman yang lain.

D. Cara Pencegahan

1. Menjaga kebersihan daerah vagina
2. Menggunting atau membersihkan bulu vagina (pubis) yang terlampau tebal, karena bisa dijadikan tempat sembunyi kuman.
3. Membilas vagina dengan cara yang benar (depan-belakang, ke arah anus)

4. Jangan suka tukar-tukaran celana dalam menggunakan celana dalam bersama dengan teman wanita lainnya
5. Jangan menggunakan handuk bersamaan (suka tukar-tukaran handuk)
6. Hindari terlalu sering memakai bedak talk di sekitar vagina, tisu harum, atau tisu toilet. Ini akan membuat vagina kerap teriritasi.
7. Hindari suasana vagina lembab berkepanjangan karena pemakaian celana dalam yang basah, jarang diganti, tidak menyerap keringat, atau memakai celana jins terlalu ketat.
8. Lebih berhati – hati dalam menggunakan sarana toilet umum
9. Jalani Pola hidup sehat, cukup tidur, olah raga teratur, makan makanan dengan gizi yang seimbang.
10. Hindari gonta ganti pasangan seksual (seks bebas)
11. Bagi wanita yang sudah melakukan hubungan seksual, setiap tahun harus melakukan papsmear untuk mendeteksi perangai sel-sel yang ada di mulut dan leher rahim.



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 29 Maret 2016
 Pokok Bahasan : Perawatan Payudara Ibu Hamil
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 29 Maret 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu hamil dapat mengetahui pentingnya perawatan payudara selama hamil.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Perawatan payudara.
2. Manfaat perawatan payudara pada ibu hamil.
3. Cara merawat payudara.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan 	
2.	Penyampaian materi	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan pengertian perawatan payudara 2. Menjelaskan manfaat perawatan payudara pada ibu hamil 3. Menjelaskan cara perawatan payudara 	Leaflet

3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	
----	---------	---------	------------------------------	--

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian perawatan payudara.
2. Manfaat perawatan payudara.
3. Cara perawatan payudara.

Mengetahui,

Ponorogo, 29 Maret 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



(Yuni Siswati, S.ST)

(Rizky Dwi C.)



*Materi***PERAWATAN PAYUDARA IBU HAMIL****A. Pengertian**

Perawatan payudara saat hamil adalah merawat sedini mungkin payudara ibu pada saat kehamilan untuk mempersiapkan payudara sebagai penghasil ASI serta kebersihannya dan tehnik perawatannya.

B. Manfaat

1. Menjaga kebersihan terutama puting susu, sebagai jalur keluarnya ASI
2. Memperkuat puting susu bayi mudah untuk menyusui
3. Merangsang kelenjar-kelenjar air susu yang ada didalam payudara sehingga produksi ASI lebih banyak dan lancar
4. Mendeteksi apabila ada kelainan pada payudara secara dini dan melakukan pengobatan secepatnya
5. Mempersiapkan mental calon ibu untuk menyusui bayinya

C. Cara

1. Basahi kapas dengan minyak kelapa.
2. Usapkan kapas tersebut ke Puting susu sampai areola mammae (daerah sekitar puting yang berwarna lebih gelap) selama 2-3 menit. Gerakan ini bertujuan untuk memperlunak kotoran atau kerak yang menempel pada puting susu sehingga lebih mudah untuk dibersihkan. Jangan membersihkan puting susu dengan alkohol atau cairan pembersih yang lain karena dapat menyebabkan puting susu lecet dan iritasi.
3. Lakukan pembersihan Kedua puting susu dan sekitarnya dengan menggunakan handuk kering dan bersih.
4. Pakailah Bra yang longgar namun mampu menopang payudara, dan jangan memakai BH yang ketat dan menekan payudara karena dapat mempengaruhi produksi ASI.
5. Apabila usia kehamilan sudah mencapai 9 bulan, maka perawatan harus lebih hati-hati. Karena dapat memicu kelahiran prematur.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 29 Maret 2016
 Pokok Bahasan : Tanda-tanda Persalinan dan Tanda Bahaya Persalinan
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 29 Maret 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu hamil mampu menjelaskan macam-macam persiapan persalinan.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian persalinan
2. Tanda-tanda persalinan
3. Persiapan yang di bawa
4. Tanda bahaya persalinan

C. Materi

Terlampir

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian persalinan 2. Menjelaskan tanda-tanda persalinan 3. Menjelaskan persiapan yang harus dibawa 4. Menjelaskan tanda bahaya	Leaflet

			persalinan	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. pengertian persalinan
2. tanda-tanda persalinan
3. persiapan yang di bawa
4. tanda bahaya persalinan

Mengetahui,

Ponorogo, 29 Maret 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



(Yuni Siswati, S.ST)

(Rizky Dwi C.)



Materi

TANDA-TANDA PERSALINAN

A. Pengertian

Persalinan adalah Peristiwa lahirnya bayi dari dalam rahim ibu.

B. Tanda Persalinan

1. Lendir campur darah

Yang perlu dilakukan : Jika terjadi perdarahan hebat segera periksa.

2. Air ketuban pecah

Yang perlu dilakukan : segera hubungi bidan/dokter/rujuk ke puskesmas walau belum merasakan kontraksi karena ini bisa menjadi resiko infeksi, gunakan pembalut selama dipergalanan untuk menyerap air ketuban.

3. Kontraksi yang teratur

Yang harus dilakukan : Jika kontraksi sudah ada setiap 5 menit sekali atau sangat sakit segera bawa ke dokter/bidan /puskesmas terdekat.

C. Tanda Bahaya Persalinan

Pastikan ibu mengetahui tanda bahaya persalinan, seperti:

1. Perdarahan dari jalan lahir
2. Tali pusat atau tangan bayi keluar dari jalan lahir
3. Ibu tidak kuat mengejan
4. Mengalami kejang
5. Ibu gelisah atau mengalami kesakitan yang hebat
6. Air ketuban keruh dan berbau

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 7 April 2016
 Pokok Bahasan : Persiapan Persalinan
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 7 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu hamil dapat mengetahui persiapan persalinan.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian persiapan persalinan.
2. Persiapan ibu dan keluarga.
3. Yang dibawa saat persalinan.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian persiapan persalinan. 2. Menjelaskan persiapan ibu dan keluarga. 3. Menjelaskan yang dibawa ibu saat persalinan.	Leaflet
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian persiapan persalinan.
2. Persiapan ibu dan keluarga.
3. Yang dibawa saat persalinan.

Mengetahui,

Ponorogo, 7 April 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



Yuni Siswati, S.ST



(Rizky Dwi C.)



*Materi***PERSIAPAN PERSALINAN****A. Pengertian**

Persiapan persalinan yaitu rencana tindakan yang dibuat oleh ibu, anggota keluarga dan bidan untuk menghadapi persalinan dan mengantisipasi kemungkinan-kemungkinan terburuk yang akan terjadi ketika menghadapi persalinan

B. Persiapan Ibu dan Keluarga**Persiapan Ibu**

1. Telah mengikuti Kelas Ibu Hamil (Ante Natal Care/ANC) setidaknya 4 kali selama kehamilan (1x trimester I, 1x trimester 2, & 2x tri-mester 3)
2. Melakukan perawatan² yang dilanjutkan selama kehamilan: gizi, perawatan payudara, senam hamil, dll.
3. Siap Mental. Yakin persalinan akan berhasil & menyenangkan
4. Mengerti tanda-tanda persalinan dan segera datang ke pelayanan kesehatan yang sudah direncanakan

Persiapan Keluarga

1. Bersama Ibu merencanakan tempat persalinan (Bidan praktek, Dokter Praktek, Puskesmas, atau Rumah Sakit)
2. Mempersiapkan transportasi bila sewaktu-waktu tanda persalinan muncul (Becak, Mobil, Ambulan,, dll)
3. Bersama Ibu mempersiapkan barang yang di-bawa ketika persalinan
4. Mempersiapkan pendamping persalinan (Suami, Ayah, Ibu)
5. Mempersiapkan Materi. Kebutuhan uang yang dibutuhkan. Bisa melalui Jampersal atau tabun-gan pribadi.
6. Mempersiapkan donor darah bila sewaktu-waktu terjadi perdarahan yang banyak kepada ibu

C. Yang Harus Dibawa

1. Buku KIA

Sebaiknya selain buku ini harus dijaga (tidak boleh hilang), ibu hamil & keluarga juga membaca buku KIA ini. Dalam persalinan, Buku KIA digunakan sebagai salah satu sumber untuk menentukan cara persalinan.

2. Jarit 2 buah, Baju berkancing depan 2 buah

Ibu memakai jarit untuk bersalin dan selepas persalinan. Baju atas adalah baju berkancing yang berba-han dasar kaos (agar tidak panas, dan mudah untuk dilepas serta gampang untuk menyusui).

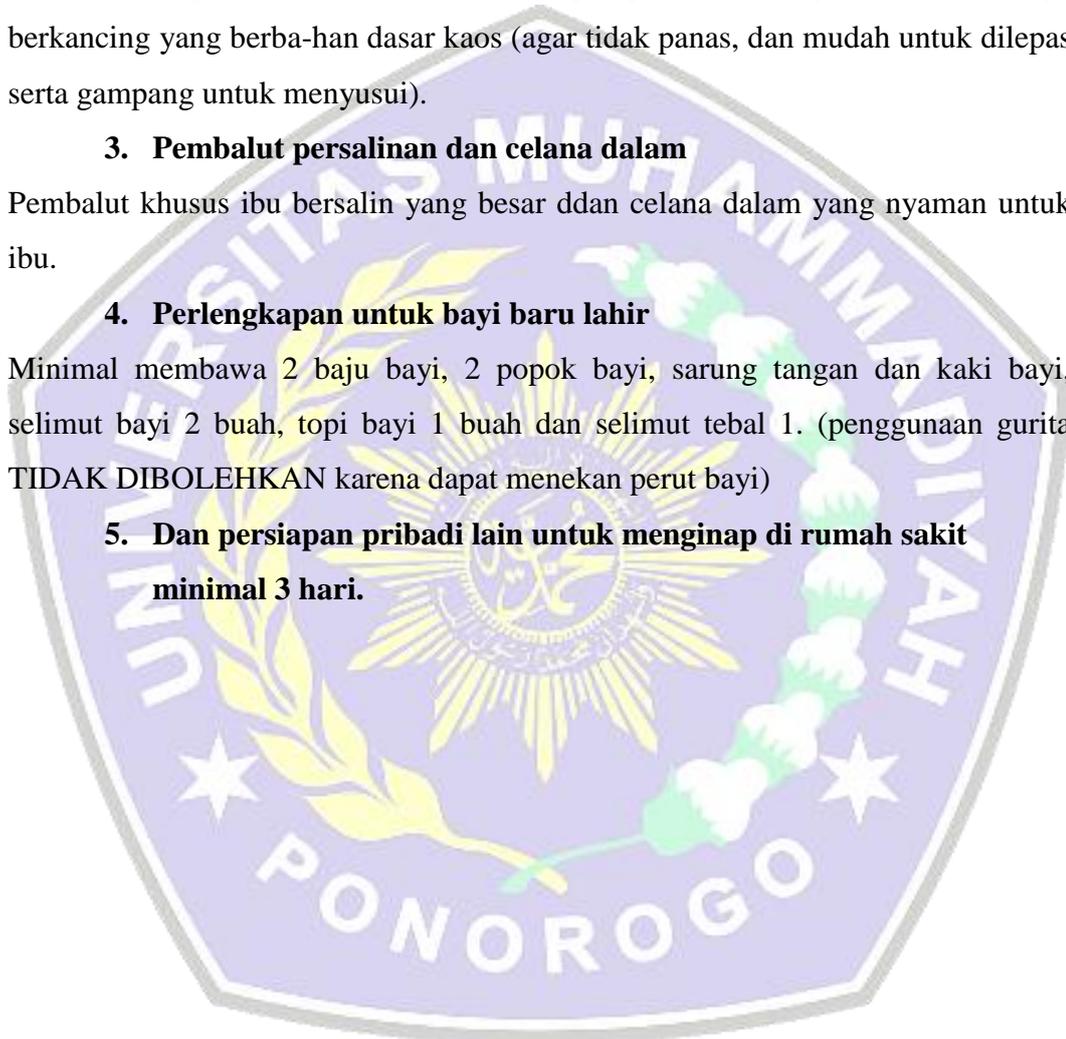
3. Pembalut persalinan dan celana dalam

Pembalut khusus ibu bersalin yang besar ddan celana dalam yang nyaman untuk ibu.

4. Perlengkapan untuk bayi baru lahir

Minimal membawa 2 baju bayi, 2 popok bayi, sarung tangan dan kaki bayi, selimut bayi 2 buah, topi bayi 1 buah dan selimut tebal 1. (penggunaan gurita TIDAK DIBOLEHKAN karena dapat menekan perut bayi)

5. Dan persiapan pribadi lain untuk menginap di rumah sakit minimal 3 hari.



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 13 April 2016
 Pokok Bahasan : Perawatan Luka Perineum
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 13 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang perawatan luka perineum.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian perineum dan perawatan luka perineum.
2. Tujuan perawatan luka perineum.
3. Waktu perawatan luka perineum.
4. Alat dan bahan perawatan luka perineum.
5. Cara perawatan luka perineum.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian perineum dan perawatan luka perineum. 2. Menjelaskan tujuan perawatan luka perineum. 3. Menjelaskan waktu perawatan	Leaflet

			luka perineum. 4. Menjelaskan alat dan bahan perawatan luka perineum. 5. Menjelaskan cara perawatan luka perineum.	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian perineum dan perawatan luka perineum.
2. Tujuan perawatan luka perineum.
3. Waktu perawatan luka perineum.
4. Alat dan bahan perawatan luka perineum.
5. Cara perawatan luka perineum.

Mengetahui,

Ponorogo, 13 April 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa


 (Yuni Siswati, S.ST)



(Rizky Dwi C.)

PONOROGO

*Materi***PERAWATAN LUKA PERINEUM****A. Pengertian**

Perineum adalah daerah yang berada di antara kedua belah paha yang dibatasi oleh vulva dan anus.

Perawatan Perineum adalah upaya pemenuhan kebutuhan untuk menyetatkan daerah antara paha yang dibatasi oleh vulva dan anus pada ibu yang dalam masa kelahiran placenta sampai dengan kembalinya organ genetik seperti pada waktu sebelum hamil.

B. Tujuan

1. Mencegah kontaminasi dari rektum
2. Menangani dengan lembut pada jaringan yang terkena trauma
3. Bersihkan semua keluaran yang menjadi sumber bakteri dan bau

C. Waktu

1. Saat mandi
2. Setelah buang air kecil
3. Setelah buang air besar.

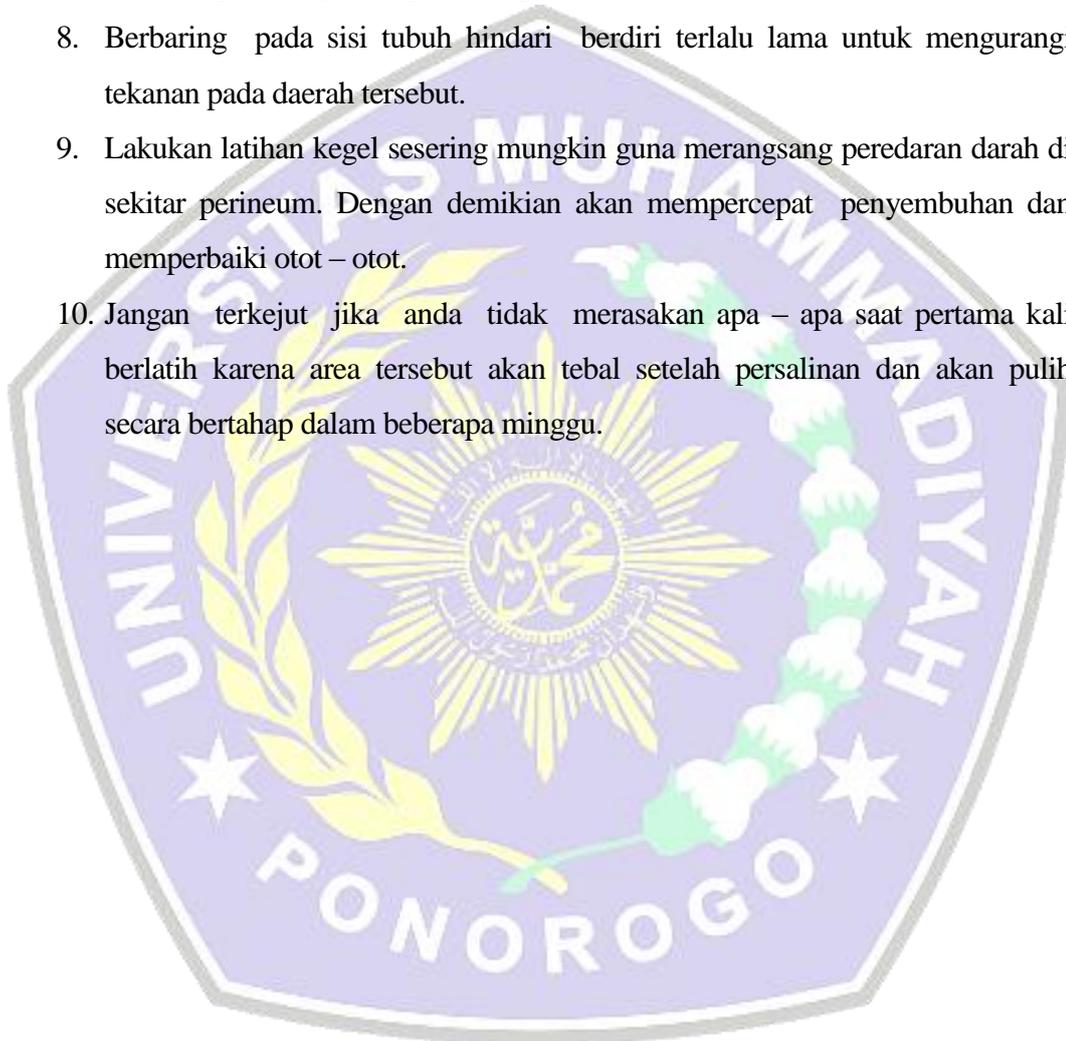
D. Alat dan Bahan

1. Air Hangat.
2. Handuk bersih.
3. Botol
4. Baskom / gayung.
5. Pembalut nifas baru.
6. Antiseptik.

E. Cara

1. Ganti pembalut wanita setiap 4-6 jam dengan pembalut yang bersih. Letakkan dengan baik sehingga tidak bergeser.
2. Lepaskan pembalut dari muka ke belakang untuk menghindari terjadinya penyebaran bakteri dari anus ke vagina.
3. Alirkan atau bilas air hangat atau cairan antiseptik pada area perineum setelah BAB atau BAK.

4. Keringkan dengan kain pembalut atau handuk bersih dengan cara tepuk-tepuk dan selalu dari arah muka ke belakang.
5. Jangan dipegang sebelum area tersebut pulih.
6. Rasa gatal pada area sekitar jahitan normal dan merupakan tanda penyembuhan.
7. Untuk meredakan rasa tidak enak bisa diatasi dengan merendam air hangat atau kompres dingin dengan kain pembalut.
8. Berbaring pada sisi tubuh hindari berdiri terlalu lama untuk mengurangi tekanan pada daerah tersebut.
9. Lakukan latihan kegel sesering mungkin guna merangsang peredaran darah di sekitar perineum. Dengan demikian akan mempercepat penyembuhan dan memperbaiki otot – otot.
10. Jangan terkejut jika anda tidak merasakan apa – apa saat pertama kali berlatih karena area tersebut akan tebal setelah persalinan dan akan pulih secara bertahap dalam beberapa minggu.



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 13 April 2016
 Pokok Bahasan : Tanda Bahaya Bayi Baru lahir
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 13 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang tanda bahaya bayi baru lahir.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pentingnya mengetahui tanda bahaya bayi baru lahir.
2. Macam tanda bahaya bayi baru lahir.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	4 menit	1. Menjelaskan pentingnya mengetahui tanda bahaya bayi baru lahir. 2. Menjelaskan macam tanda bahaya bayi baru lahir.	Leaflet
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pentingnya mengetahui tanda bahaya bayi baru lahir.
2. Macam tanda bahaya bayi baru lahir.

Mengetahui,

Pembimbing Lahan

(Yuni Siswati, S.ST)

Ponorogo, 13 April 2016

Mahasiswa



(Rizky Dwi C.)



*Materi***TANDA BAHAYA BAYI BARU LAHIR****A. Pentingnya Mengetahui Tanda Bahaya Bayi Baru Lahir**

Dengan mengetahui tanda bahaya, bayi akan cepat mendapat pertolongan sehingga dapat mencegah kematian.

B. Macam Tanda Bahaya Bayi Baru Lahir

1. Tidak mau menyusu atau memuntahkan semua yang diminum. Ini merupakan tanda bayi infeksi berat.
2. Bayi kejang
Kejang pada bayi baru lahir kadang sulit dibedakan dengan gerakan normal. Jika melihat gejala/gerakan yang tidak biasa dan terjadi secara berulang-ulang (menguap, mengunyah, mengisap, mata berkedip-kedip, mata mendelik, bola mata berputar-putar, kaki seperti mengayuh sepeda) yang tidak berhenti ketika bayi disentuh atau dielus-elus, kemungkinan bayi kejang.
3. Bayi lemah, bergerak hanya ketika dipegang. Ini tandanya bayi sakit berat.
4. Sesak napas (= 60 kali/menit)
5. Bayi merintih, ini tanda bayi sakit berat.
6. Pusing kemerahan sampai dinding perut. Jika kemerahan sudah sampai dinding perut, tandanya sudah infeksi berat.
7. Demam (suhu tubuh bayi sudah lebih dari 37,5°C) atau tubuh teraba dingin (suhu tubuh kurang dari 36,5°C)
8. Mata bayi bernanah banyak. Ini dapat menyebabkan mata buta.
9. Bayi diare, mata cekung, tidak sadar, jika kulit perut dicubit akan kembali lambat. Ini tandanya bayi kekurangan cairan yang berat dan dapat menyebabkan kematian.
10. Kulit bayi terlihat kuning
Kuning pada bayi berbahaya jika muncul pada:
 - a) Hari pertama (kurang dari 24 jam) setelah lahir.
 - b) Ditemukan pada umur lebih dari 14 hari.
 - c) Kuning sampai ke telapak tangan atau kaki.
11. Buang air besar/tinja bayi berwarna pucat.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 13 April 2016
 Pokok Bahasan : Perawatan Tali Pusat
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 13 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang Perawatan tali pusat.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian perawatan tali pusat.
2. Tujuan perawatan tali pusat.
3. Alat dan bahan perawatan tali pusat.
4. Cara perawatan tali pusat.
5. Waktu perawatan tali pusat.
6. Tanda infeksi tali pusat.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian perawatan tali pusat. 2. Menjelaskan Tujuan perawatan tali pusat. 3. Menjelaskan Alat dan bahan perawatan tali pusat. 4. Menjelaskan Cara perawatan tali pusat.	Leaflet

			5. Menjelaskan Waktu perawatan tali pusat. 6. Menjelaskan Tanda infeksi tali pusat.	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

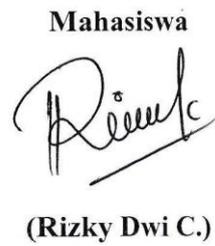
1. Pengertian perawatan tali pusat.
2. Tujuan perawatan tali pusat.
3. Alat dan bahan perawatan tali pusat.
4. Cara perawatan tali pusat.
5. Waktu perawatan tali pusat.
6. Tanda infeksi tali pusat.

Mengetahui,

Ponorogo, 13 April 2016

Pembimbing Lahan

 (Yuni Siswati, S.ST)

Mahasiswa

 (Rizky Dwi C.)

*Materi***PERAWATAN TALI PUSAT****A. Pengertian**

Perawatan tali pusat adalah tindakan perawatan pada tali pusat bayi baru lahir sejak dipotongnya tali pusat sampai tali pusat puput atau kering dengan tujuan untuk mencegah infeksi pada tali pusat bayi dan mempercepat penyembuhan luka bekas pemotongan tali pusat.

B. Tujuan

1. Mencegah terjadinya infeksi.
2. Mempercepat proses pengeringan tali pusat.
3. Mempercepat terlepasnya tali pusat.
4. Mencegah terjadinya tetanus pada bayi baru lahir.

C. Alat dan Bahan

1. Air Hangat.
2. Kapas.
3. Kassa steril.
4. Sarung tangan steril

D. Cara

1. Cuci tangan dengan sabun sampai bersih, keringkan dengan handuk bersih.
2. Turunkan sedikit bagian atas popok agar tidak bersentuhan dengan tali pusat.
3. Buka balutan pada tali pusat yang akan diganti dengan lembut dan hati-hati.
4. Bersihkan tali pusat dan daerah sekitar tali pusat menggunakan kapas yang dibasahi air hangat dengan lembut dan hati-hati.
5. Keringkan tali pusat dan balut kembali dengan menggunakan kassa steril

E. Waktu

1. Sehabis mandi pagi atau sore.
2. Sewaktu-waktu bila balutan tali pusat basah oleh air kencing atau kotoran bayi.
3. Lakukan sampai tali pusat puput atau kering.

F. Tanda Infeksi

1. Pangkal tali pusat atau sekitarnya berwarna merah atau bengkak
2. Keluar cairan yang berbau dan bernanah
3. Ada darah yang keluar terus menerus
4. Kejang
5. Bayi mengalami demam



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 13 April 2016
 Pokok Bahasan : ASI Eksklusif
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 13 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang ASI Eksklusif.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian ASI Eksklusif.
2. Komposisi ASI.
3. Keunggulan ASI.
4. Manfaat ASI.
5. Hal yang mempengaruhi produksi ASI
6. Yang dilakukan bila ibu bekerja/pergi
7. Cara mengetahui apabila bayi cukup memperoleh ASI

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

3. Metode : Ceramah dan tanya jawab
4. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan 	
2.	Penyampaian materi	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan pengertian ASI Eksklusif. 2. Menjelaskan Komposisi ASI. 3. Menjelaskan Keunggulan ASI. 4. Menjelaskan Manfaat ASI. 5. Menjelaskan Hal yang mempengaruhi produksi ASI. 6. Menjelaskan Yang dilakukan bila ibu bekerja/pergi. 	Leaflet

			7. Menjelaskan cara mengetahui apabila bayi cukup memperoleh ASI.	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. EVALUASI

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian ASI Eksklusif.
2. Komposisi ASI.
3. Keunggulan ASI.
4. Manfaat ASI.
5. Hal yang mempengaruhi produksi ASI.
6. Yang dilakukan bila ibu bekerja/pergi.
7. Cara mengetahui apabila bayi cukup memperoleh ASI.

Mengetahui,

Ponorogo, 13 April 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



(Yuni Siswati, S.ST)

(Rizky Dwi C.)

PONOROGO

*Materi***ASI EKSKLUSIF****A. Pengertian**

ASI eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan kepada bayi sebagai bahan makanan pokok. ASI eksklusif diberikan pada bayi sejak umur 0 – 6 bulan hanya diberikan ASI saja tanpa makanan tambahan lainnya termasuk susu formula, air gula, madu, air putih atau makanan tambahan apapun.

B. Komposisi

1. Protein
2. Karbohidrat
3. Lemak
4. Mineral
5. Air
6. Vitamin
7. Kalori

C. Keunggulan

1. Mengandung semua zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi
2. ASI mengandung zat penolak (antibody) yang dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi
3. Aman dan dapat diberikan langsung
4. Tidak menimbulkan alergi bagi bayi
5. Sebagai perantara hubungan kasih sayang antara ibu dan bayi
6. Membantu pertumbuhan gizi lebih baik
7. Kemungkinan tersedak kecil karena bentuk payudara yang sedemikian rupa
8. Ekonomis, praktis (dapat diberikan kapan saja dan dimana saja)
9. Tidak akan pernah basi (mempunyai suhu yang tepat).
10. Mudah dicerna oleh bayi (tidak memberatkan fungsi saluran cerna dan ginjal)

D. Manfaat

1. Bagi bayi

- a. Membantu bayi memulai kehidupannya dengan baik.
- b. Kolostrum/susu jolong/susu pertama mengandung antibodi yang kuat untuk mencegah infeksi
- c. ASI mudah dicerna oleh bayi
- d. Kalori dari ASI memenuhi kebutuhan bayi sampai usia enam bulan
- e. komposisi sesuai kebutuhan bayi
- f. perkembangan psikomotorik bayi lebih cepat
- g. menunjang perkembangan penglihatan
- h. memperkuat ikatan bathin antara ibu dan anak

2. Bagi Ibu

- a. Pemberian ASI selama beberapa hari pertama membuat rahim berkontraksi dan cepat memperlambat perdarahan.
- b. Mempercepat penurunan berat badan
- c. Ibu menyusui yang haidnya belum muncul kecil kemungkinan untuk hamil kembali (menunda kesuburan)
- d. Penting bagi ibu untuk mencurahkan kasih sayangnya kepada bayi
- e. Mengurangi kemungkinan kanker payudara dan ovarium
- f. Mencegah anemia defisiensi zat besi

3. Bagi keluarga

- a. Mudah dalam proses pemberiannya (tidak perlu persiapan khusus)
- b. Mengurangi biaya rumah tangga
- c. Bayi yang mendapat ASI jarang sakit, sehingga dapat menghemat biaya untuk berobat

4. Bagi Negara

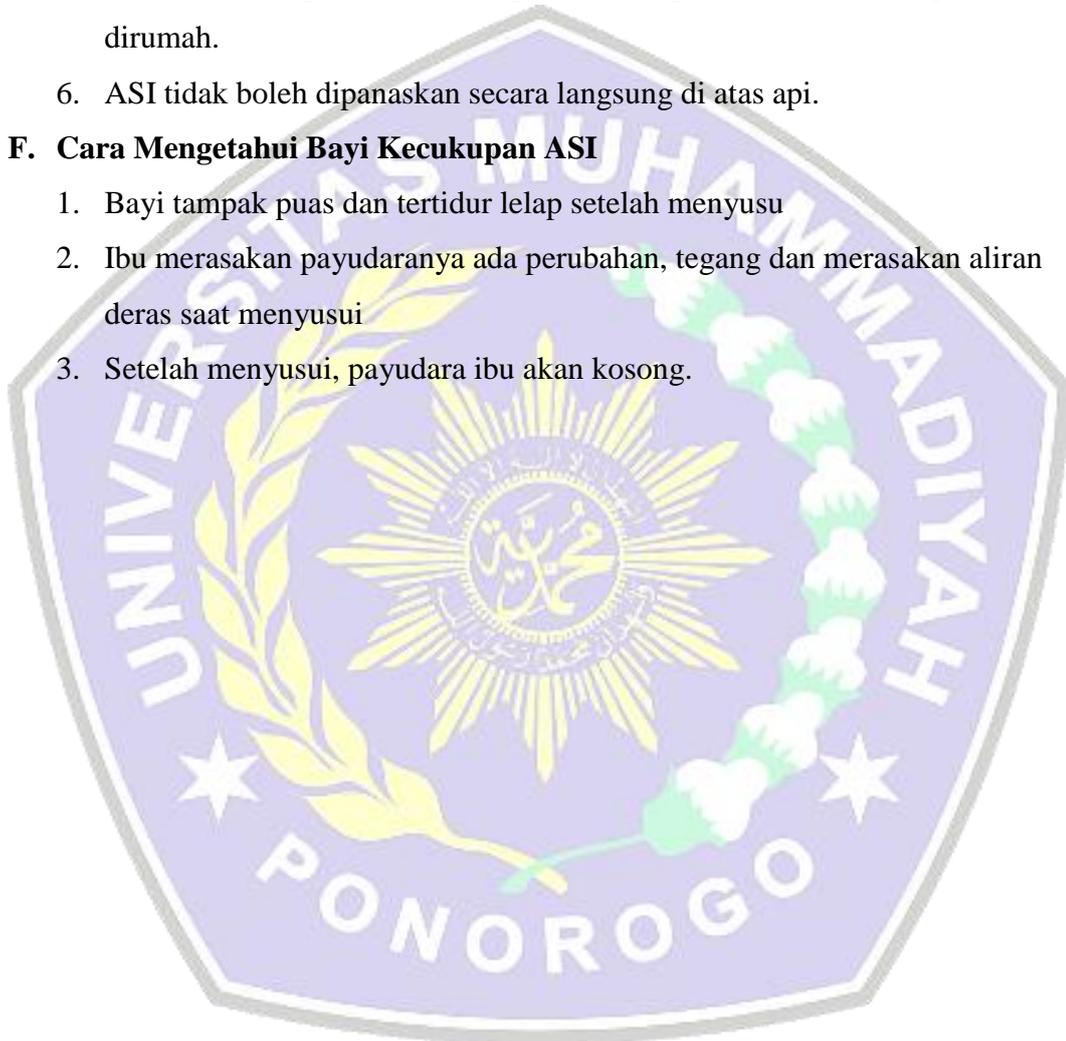
- a. Penghematan untuk subsidi anak sakit dan pemakaian obat-obatan
- b. Penghematan devisa dalam hal pembelian susu formula dan perlengkapan menyusui
- c. ASI selalu bersih dan bebas hama yang menyebabkan infeksi.
- d. Mendapatkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas

E. Yang dilakukan Ibu Saat Pergi atau Bekerja

1. Berikan ASI sebelum berangkat dan sesudah pulang kerja.
2. Bila payudara terasa penuh, ASI dapat dikeluarkan dan disimpan
3. ASI dapat disimpan 6 jam pada suhu kamar, 24 jam dalam lemari es
4. ASI dimasukkan dalam tempat / gelas / botol yang benar dan bersih.
5. ASI tersebut dapat diberikan kepada bayi segera setelah ibu sampai dirumah.
6. ASI tidak boleh dipanaskan secara langsung di atas api.

F. Cara Mengetahui Bayi Kecukupan ASI

1. Bayi tampak puas dan tertidur lelap setelah menyusu
2. Ibu merasakan payudaranya ada perubahan, tegang dan merasakan aliran deras saat menyusui
3. Setelah menyusui, payudara ibu akan kosong.



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 19 April 2016
 Pokok Bahasan : Perawatan Payudara Ibu Nifas
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 19 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang Perawatan Payudara ibu nifas.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian perawatan payudara masa nifas.
2. Manfaat perawatan payudara masa nifas.
3. Masalah yang terjadi pada payudara masa nifas.
4. Langkah-langkah perawatan payudara masa nifas.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucapkan salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian perawatan payudara masa nifas. 2. Menjelaskan manfaat perawatan payudara masa nifas. 3. Menjelaskan masalah yang terjadi pada payudara masa nifas.	Leaflet

			4. Menjelaskan langkah-langkah perawatan payudara masa nifas.	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian perawatan payudara masa nifas.
2. Manfaat perawatan payudara masa nifas.
3. Masalah yang terjadi pada payudara masa nifas.
4. Langkah-langkah perawatan payudara masa nifas.

Mengetahui,

Ponorogo, 19 April 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



(Yuni Siswati, S.ST)

(Rizky Dwi C.)

PONOROGO

*Materi***PERAWATAN PAYUDARA NIFAS****A. Pengertian**

Perawatan payudara setelah melahirkan adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar dan teratur untuk memelihara kesehatan payudara dengan harapan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah sumbatan saluran susu, sehingga memperlancar ASI

B. Manfaat

1. Memelihara kebersihan payudara agar tetap bersih dan sehat, terutama kebersihan puting susu agar terhindar dari infeksi
2. Memperlancar peredaran darah
3. Melenturkan dan mengenyalkan puting susu agar bayi enak dan senang menyusu
4. Mengatasi puting susu datar /masuk ke dalam
5. Merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga memperlancar keluarnya ASI

C. Masalah

1. Puting susu masuk ke dalam
2. Anak susah dan atau malas menghisap ASI
3. ASI lama keluar
4. Produksi ASI terbatas
5. Pembengkakan pada payudara
6. Payudara meradang
7. Payudara kotor
8. Ibu belum siap menyusui
9. Kulit payudara terutama puting akan mudah lecet.

D. Langkah

1. Mencuci tangan
2. Duduk dengan nyaman
3. Melepaskan pakaian yang menutup payudara.

4. Kompres puting susu dengan kapas minyak/ baby oil selama \pm 2 menit untuk melemaskan sekaligus mengangkat kotoran pada puting susu.
5. Basahi kedua telapak tangan dengan minyak, letakkan antara kedua payudara.
6. Kedua telapak tangan di urut dari tengah ke atas, kesamping, ke bawah, payudara diangkat terus dilepas, lakukan 20-30 kali.
7. Telapak tangan kiri menopang payudara kiri, tangan kanan menggenggam dan dengan tulang sendi/buku-buku jari, payudara diurut dari pangkal payudara ke arah puting susu , lakukan 20-30 kali setiap payudara.
8. Memegang pangkal payudara dengan kedua tangan lalu urut dari pangkal payudara ke arah puting susu sebanyak 1 kali untuk setiap payudara.
9. Telapak tangan kiri menopang payudara kiri, kelima ujung jari tangan kanan mengetuk payudara kiri dengan arah melingkar, lakukan 20-30 kali setiap payudara. Lakukan juga pada payudara sebelah kanan.
10. Untuk puting susu datar atau masuk kedalam:
 - a) jari telunjuk dan ibu jari mengurut/menarik daerah sekitar puting susu ke depan dan di arah kan ke arah berlawanan (kanan-kiri, atas-bawah) sampai merata, lakukan sebanyak 20-30 kali setiap payudara.
 - b) Memutar puting susu kearah kanan dan kiri dengan gerakan seperti memutar turner radio, lakukan 20-30kali setiap payudara.

Untuk perangsangan, selesai pengurutan diteruskan dengan penyiraman payudara atau dibersihkan dengan washlap menggunakan air hangat dahulu, lalu dengan air dingin bergantian selama 5 menit. Setelah itu pakailah BH yang nyaman dan menopang.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 19 April 2016
 Pokok Bahasan : Tanda Bahaya Masa Nifas
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 19 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang tanda bahaya masa nifas.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Ibu mengerti pengertian masa nifas.
2. Ibu mengerti pengertian tanda bahaya masa nifas.
3. Ibu mengerti tanda-tanda bahaya masa nifas.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	4 menit	1. Menjelaskan pengertian masa nifas. 2. Menjelaskan pengertian tanda bahaya masa nifas. 3. Menjelaskan tanda-tanda bahaya masa nifas.	Leaflet
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian masa nifas.
2. Pengertian tanda bahaya masa nifas.
3. Tanda-Tanda Bahaya masa nifas.

Mengetahui,

Ponorogo, 19 April 2016


Pembimbing Lahan
(Yuni Siswati, S.ST)

Mahasiswa

(Rizky Dwi C.)



*Materi***TANDA BAHAYA MASA NIFAS****A. Pengertian**

Tanda-tanda bahaya masa nifas adalah suatu tanda yang abnormal yang mengindikasikan adanya bahaya atau komplikasi yang dapat terjadi selama masa nifas, apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu.

B. Tanda Bahaya Nifas**1. Perdarahan pasca persalinan (*post partum*)**

Perdarahan pasca persalinan (*post partum*) adalah perdarahan yang melebihi 500 – 600 ml setelah bayi lahir

Faktor-faktor penyebab:

- a) Paritas lebih dari 5
- b) Jarak persalinan pendek kurang dari 2 tahun
- c) Persalinan yang dilakukan dengan tindakan yaitu pertolongan kala pengeluan plasenta sebelum waktunya, pertolongan persalinan oleh dukun, persalinan dengan tindakan paksa.

2. Lochea yang berbau busuk

Lochea adalah kotoran yang berasal dari vagina dalam masa nifas. Sedangkan lochea yang berbau busuk adalah sekret yang berasal dari kavum uteri dan vagina dalam masa nifas yang berupa cairan seperti nanah yang berbau busuk

3. Pengecilan rahim terganggu (*Sub involusi uteri*)

Involusi adalah keadaan rahim mengecil oleh kontraksi rahim dimana berat rahim dari 1000 gram saat setelah bersalin menjadi 40-60 gram 6 minggu kemudian. Bila pengecilan ini kurang baik atau terganggu disebut sub involusi.

Faktor penyebab:

Ini terjadi karena infeksi dan komplikasi perdarahan pasca melahirkan berkepanjangan sehingga pengeluaran lochea disertai darah lebih dari 7 – 10 hari.

4. Nyeri pada perut

Tanda-tanda nyeri perut yang menyebabkan peradangan.

Gejala:

- a. Demam
- b. perut bawah nyeri, tetapi keadaan umum tetap baik.
- c. Suhu meningkat menjadi tinggi
- d. nadi cepat dan kecil
- e. perut kembung dan nyeri
- f. Muka yang mula-mula kemerahan menjadi pucat
- g. mata cekung
- h. kulit muka dingin.

5. Pusing dan lemas yang berlebihan

Pusing merupakan tanda-tanda bahaya pada masa nifas, pusing bisa disebabkan oleh karena darah tinggi (sistol >140 mmHg dan diastole >110 mmHg).

Lemas yang berlebihan juga merupakan tanda-tanda bahaya, dimana keadaan lemas disebabkan oleh kurangnya istirahat dan kurangnya asupan kalori sehingga ibu kelihatan pucat, tekanan darah rendah (sistol <100 mmHg diastole <60 mmHg).

6. Suhu tubuh ibu > 38°C

Dalam beberapa hari setelah melahirkan suhu badan ibu sedikit baik antara 37,2°C-37,8°C oleh karena penyerapan benda-benda dalam rahim dan mulainya laktasi, dalam hal ini disebut demam penerapan. Hal itu adalah normal. apabila terjadi peningkatan melebihi 38°C beturut-turut selama 2 hari kemungkinan terjadi infeksi.

7. Payudara berubah menjadi merah, panas, dan terasa sakit

Gejala:

- a. demam yang disertai menggigil
- b. nyeri
- c. payudara membengkak, mengeras, lebih hangat, kemerahan dengan batas tegas, dan disertai rasa nyeri

8. Perasaan sedih yang berkaitan dengan bayinya (baby blues)

Ada kalanya ibu mengalami perasaan sedih yang berkaitan dengan bayinya. Keadaan ini disebut baby blues, yang disebabkan oleh perubahan perasaan yang dialami ibu saat hamil sehingga sulit menerima kehadiran bayinya.

Gejala:

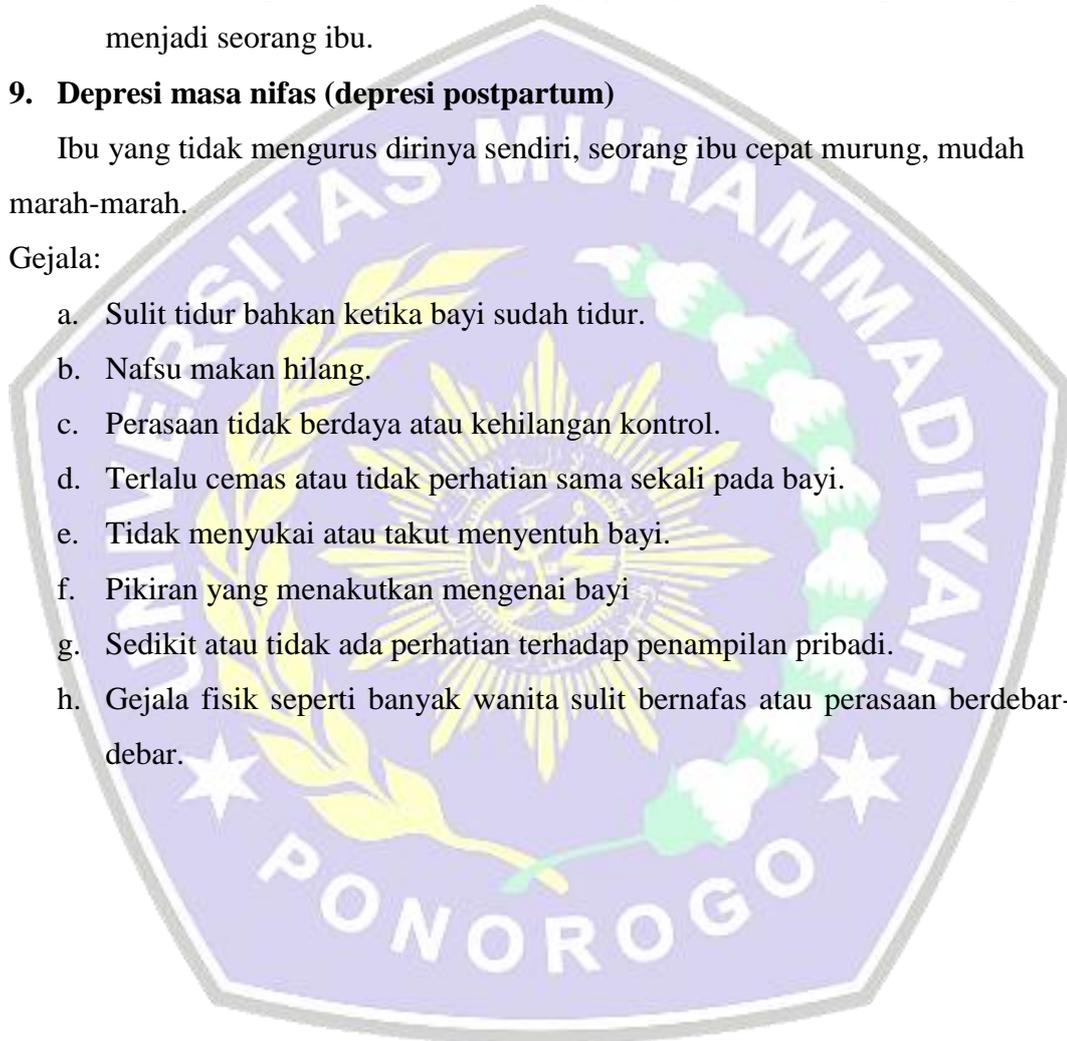
- a. Menangis.
- b. Mengalami perubahan perasaan.
- c. Cemas.
- d. Kesepian.
- e. Khawatir mengenai sang bayi.
- f. Penurunan gairah sex, dan kurang percaya diri terhadap kemampuan menjadi seorang ibu.

9. Depresi masa nifas (depresi postpartum)

Ibu yang tidak mengurus dirinya sendiri, seorang ibu cepat murung, mudah marah-marah.

Gejala:

- a. Sulit tidur bahkan ketika bayi sudah tidur.
- b. Nafsu makan hilang.
- c. Perasaan tidak berdaya atau kehilangan kontrol.
- d. Terlalu cemas atau tidak perhatian sama sekali pada bayi.
- e. Tidak menyukai atau takut menyentuh bayi.
- f. Pikiran yang menakutkan mengenai bayi
- g. Sedikit atau tidak ada perhatian terhadap penampilan pribadi.
- h. Gejala fisik seperti banyak wanita sulit bernafas atau perasaan berdebar-debar.



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 19 April 2016
 Pokok Bahasan : Teknik Menyusui
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 19 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang Teknik Menyusui.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian teknik menyusui.
2. Manfaat teknik menyusui.
3. Cara menyusui yang baik dan benar.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucapkan salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian teknik menyusui. 2. Menjelaskan manfaat teknik menyusui. 3. Menjelaskan cara menyusui yang baik dan benar.	Leaflet
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian teknik menyusui.
2. Manfaat teknik menyusui.
3. Cara menyusui yang baik dan benar.

Mengetahui,

Ponorogo, 19 April 2016


Pembimbing Lahan
(Yuni Siswati, S.ST)

Mahasiswa



(Rizky Dwi C.)



*Materi***TEKNIK MENYUSUI****A. Pengertian**

Teknik menyusui adalah suatu cara pemberian ASI yang dilakukan oleh seorang ibu kepada bayinya, demi mencukupi kebutuhan nutrisi bayi tersebut.

Lama dan frekuensi pemberian ASI sebaiknya tidak dijadwal, sehingga tindakan menyusui bayi dilakukan di setiap saat bayi membutuhkan, karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya.

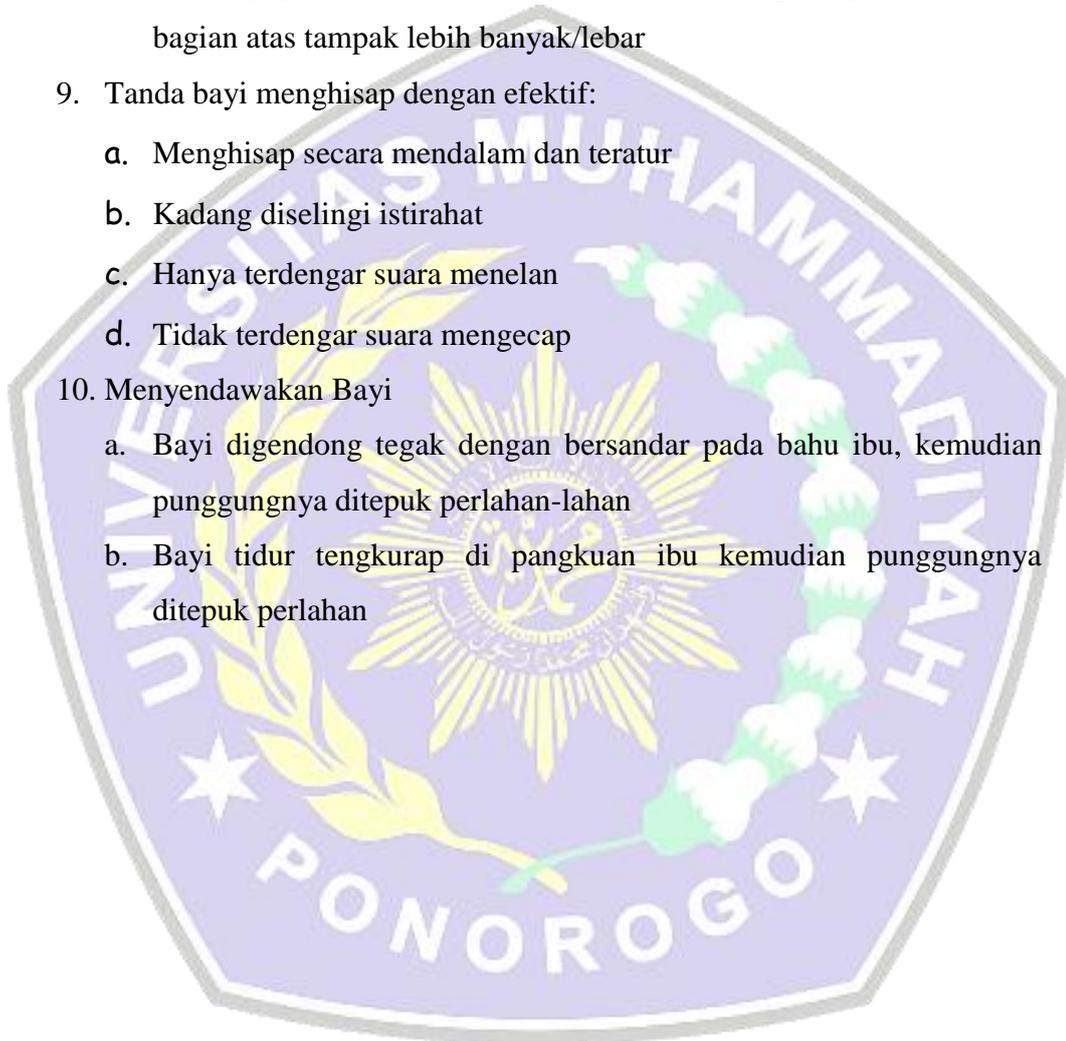
B. Manfaat

1. Puting susu tidak lecet
2. Meningkatkan hubungan kasih sayang antara ibu dan bayi dengan baik
3. Mengurangi keluhan capek/pegal pada ibu
4. Bayi menjadi tenang
5. Bayi tidak mengalami gumoh dan tersedak.

C. Cara

1. Cuci tangan sesudah dan sebelum menyusui
2. Keluarkan ASI sedikit dan dioleskan pada puting dan di sekitar areola payudara
3. Atur posisi menyusui
4. Payudara dipegang dengan ibu jari diatas dan jari yang lain menopang di bawah, jangan menekan puting susu atau areola payudaranya saja.
5. Bayi diberi rangsangan agar membuka mulut (*rooting refleks*) dengan cara menyentuh pipi dengan puting susu dan menyentuh sisi mulut bayi.
6. Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dan puting serta areola payudara dimasukkan ke mulut bayi.
7. Posisi bayi yang benar:
 - a. Kepala, leher, dan tubuh bayi dalam satu garis lurus
 - b. Badan bayi menghadap ke dada ibu
 - c. Badan bayi melekat ke ibu

- d. Seluruh badan bayi tersangga dengan baik, tidak hanya leher dan bahu saja
8. Tanda bayi melekat dengan baik:
 - a. Daggu bayi menempel pada payudara ibu
 - b. Mulut bayi terbuka lebar
 - c. Bibir bawah membuka lebar, lidah terlihat di dalamnya
 - d. Areola juga masuk ke mulut bayi, tidak hanya puting susu. Areola bagian atas tampak lebih banyak/lebar
9. Tanda bayi menghisap dengan efektif:
 - a. Menghisap secara mendalam dan teratur
 - b. Kadang diselingi istirahat
 - c. Hanya terdengar suara menelan
 - d. Tidak terdengar suara mengecap
10. Menyendawakan Bayi
 - a. Bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu, kemudian punggungnya ditepuk perlahan-lahan
 - b. Bayi tidur tengkurap di pangkuan ibu kemudian punggungnya ditepuk perlahan



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 19 April 2016
 Pokok Bahasan : Senam Nifas
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 19 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang senam nifas.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian senam nifas.
2. Tujuan senam nifas.
3. Manfaat senam nifas.
4. Langkah-langkah senam nifas.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian senam nifas. 2. Menjelaskan tujuan senam nifas. 3. Menjelaskan manfaat senam nifas. 4. Menjelaskan langkah-langkah senam nifas.	Leaflet

3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	
----	---------	------------	------------------------------	--

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian senam nifas.
2. Tujuan senam nifas.
3. Manfaat senam nifas.
4. Langkah-langkah senam nifas.

Mengetahui,

Ponorogo, 19 April 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



(Yuni Siswati, S.ST)

(Rizky Dwi C.)



*Materi***SENAM NIFAS****A. Pengertian**

Senam nifas adalah senam yang bertujuan untuk mengembalikan otot-otot terutama rahim dan perut kekeadaan semula atau mendekati sebelum hamil.

B. Tujuan

1. Memperlancar terjadinya proses involusi uteri (kembaliannya rahim ke bentuk semula).
2. Mempercepat pemulihan kondisi tubuh ibu setelah melahirkan pada kondisi semula.
3. Mencegah komplikasi yang mungkin timbul selama menjalani masa nifas.
4. Memelihara dan memperkuat kekuatan otot perut, otot dasar panggul, serta otot pergerakan.
5. Memperbaiki sirkulasi darah, sikap tubuh setelah hamil dan melahirkan, tonus otot pelvis, regangan otot tungkai bawah.
6. Menghindari pembengkakan pada pergelangan kaki dan mencegah timbulnya varises.

C. Manfaat

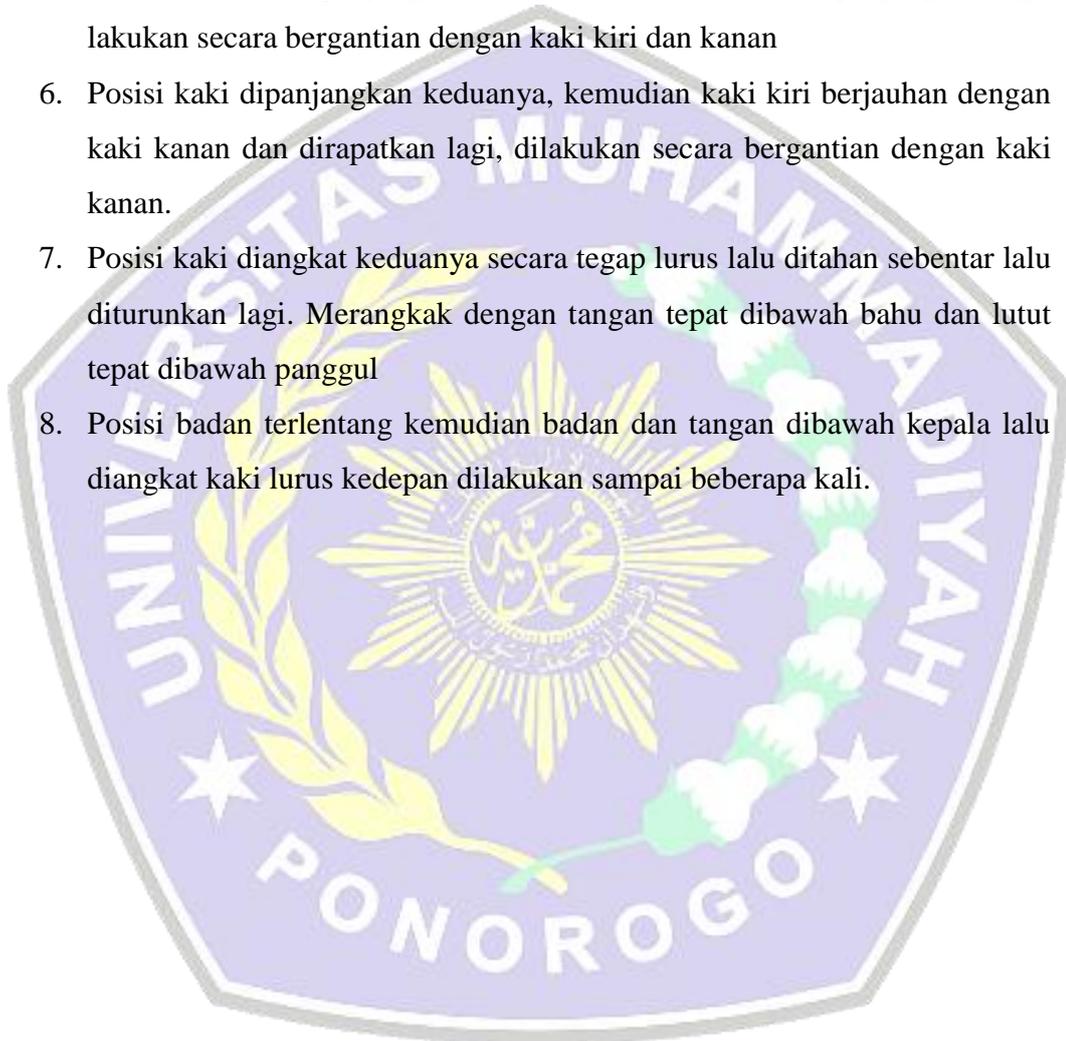
1. Membantu penyembuhan rahim, perut, dan mempercepat kembalinya bagian-bagian tersebut ke bentuk normal.
2. Menambah kemampuan menghadapi stress dan bersantai sehingga mengurangi depresi masa nifas.

D. Langkah-langkah

Dengan mulut tertutup, tarik dan tiupkan nafas dengan lembut, juga cukup santai serta biarkan dinding perut naik dengan tarikan nafas dan turun dengan pengeluaran nafas.

1. Sikap tubuh terlentang dan rileks, kemudian lakukan pernafasan perut diawali dengan mengambil nafas melalui hidung dan tahan 3 detik kemudian buang melalui mulut, Lakukan 5-10 kali.
2. Relaksasikan kedua kelompok otot dengan hati-hati dan kontraksikan otot-otot pinggang bahwa untuk membuat saluran dibawahnya.

3. Sikap tubuh terlentang, kedua kaki agak dibengkokkan sehingga kedua telapak kaki berada dibawah. Lalu angkat pantat ibu dan tahan hingga hitungan ketiga lalu turunkan pantat keposisi semula.
4. Posisi kaki sebelah kiri ditekuk, kaki sebelah kanan dipanjangkan dan tangan sebelah kanan diangkat ke atas sambil leher diangkat sedikit keatas dilakukan sambil bergantian dengan tangan kiri.
5. Posisi kaki kiri dipanjangkan, kaki kanan ditekuk lalu dipanjangkan lagi, lakukan secara bergantian dengan kaki kiri dan kanan
6. Posisi kaki dipanjangkan keduanya, kemudian kaki kiri berjauhan dengan kaki kanan dan dirapatkan lagi, dilakukan secara bergantian dengan kaki kanan.
7. Posisi kaki diangkat keduanya secara tegap lurus lalu ditahan sebentar lalu diturunkan lagi. Merangkak dengan tangan tepat dibawah bahu dan lutut tepat dibawah panggul
8. Posisi badan terlentang kemudian badan dan tangan dibawah kepala lalu diangkat kaki lurus kedepan dilakukan sampai beberapa kali.



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 19 April 2016
 Pokok Bahasan : Perawatan Bayi Sehari-hari
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 19 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang perawatan bayi sehari-hari.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang:

1. Cara memandikan bayi.
2. Merawat tali pusat.
3. Merawat alat kelamin.
4. Pola tidur bayi
5. Cara menjemur bayi
6. Cara menjaga kebersihan bayi

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucapkan salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan Cara memandikan bayi. 2. Menjelaskan Merawat tali pusat. 3. Menjelasakan Merawat alat kelamin. 4. Menjelaskan Pola tidur bayi.	Leaflet

			5. Menjelaskan Cara menjemur bayi. 6. Menjelaskan Cara menjaga kebersihan bayi.	
3.	Penutup	2 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Cara memandikan bayi.
2. Merawat tali pusat.
3. Merawat alat kelamin.
4. Pola tidur bayi.
5. Cara menjemur bayi.
6. Cara menjaga kebersihan bayi.

Mengetahui,

Ponorogo, 19 April 2016

Pembimbing Lahan

(Yuni Siswati, S.ST)

Mahasiswa

(Rizky Dwi C.)

*Materi***PERAWATAN BAYI SEHARI-HARI****Memandikan Bayi**

1. Tuang air dingin kedalam bak mandi, baru kemudian air panas. Dengan begitu, dasar bak mandi tidak panas. Idealnya, suhu air mandi bayi sampai usia 2 bulan adalah 40°C. Setelah usia itu, boleh kok diturunkan sampai 27°C. Ukur suhu air dengan termometer khusus atau siku anda.
2. Siram tubuh bayi dengan air, lalu cucilah rambutnya. Sabuni seluruh tubuh bayi dengan sabun bayi, termasuk lipatan-lipatan di kaki, tangan, paha, dan leher.
3. Angkat bayi dengan cara selipkan tangan kiri Anda di bawah tengkuknya, lalu pegang erat-erat ketiaknya, tangan kanan Anda bisa memegang tubuhnya.
4. Masukkan bayi ke bak mandinya. Sangga kepala dan ketiaknya dengan tangan kiri Anda, sementara tangan kanan membersihkan sabun di seluruh tubuh.
5. Untuk membersihkan punggungnya, balikkan tubuh bayi dengan cara sangga tubuhnya dan pegang erat ketiaknya dengan tangan kiri Anda. lalu tangan kanan digosokkan pada punggung bayi.
6. Angkat bayi dari air, lalu bungkus dengan handuk.
7. Keringkan tubuhnya dengan cara menekan-nekan handuk.

Mencuci rambut

Cuci rambut bayi dengan sampo bayi. Pegang kepalanya erat-erat dan jaga jangan sampai sampo masuk ke dalam matanya.

Membersihkan mata, hidung dan telinga***Mata***

- a. Bersihkan mata dari arah dalam ke luar dengan bola kapas yang sudah dicelup dalam air hangat.
- b. Ganti kapas setiap kali membersihkan mata, agar tidak terjadi perpindahan

kuman.

- c. Gunakan tisu untuk mengeringkan mata.

Hidung

- a. Untuk membersihkan cuping hidung, gunakan kapas bertangkai yang juga sudah dicelup dalam air hangat.
- b. Ganti kapas bertangkai untuk cuping hidung lainnya.

Telinga

- a. Bersihkan daun telinga saja. Lubang telinga sebaiknya tidak diutak-atik, karena takut malah melukainya.
- b. Daun telinga (bagian depan dan belakangnya) dibersihkan dengan kapas bertangkai yang diolesi baby oil.
- c. Ganti kapas bertangkai baru untuk daun telinga lainnya.
- d. Keringkan telinga bayi Anda dengan handuk lembut

Merawat tali pusat

2. Selalu mencuci tangan sebelum melakukan perawatan tali pusat
3. Biarkan tali pusat terbuka dan selalu dalam keadaan kering
4. Saat mandi, bersihkan tali pusat dengan sabun. Setelah selesai keringkan dengan handuk lembut atau cukup diangin-anginkan.
5. Saat ini tidak dianjurkan lagi membungkus tali pusat dengan kassa steril yang dibasahi alkohol 70%
6. Bila tali pusat sudah lepas (*puput*), oleskan bekas pangkalnya dengan *Betadine Solution* selama masih tampak basah dengan menggunakan *cotton bud*.

Merawat Alat Kelamin

2. Perhatikan kebersihan pada lipatan paha, jaga agar tetap kering dan jangan menggunakan bedak
3. Cara membersihkan alat kelamin perempuan adalah dimulai dari depan (vagina) ke arah belakang (anus).
4. Cara membersihkan alat kelamin laki-laki adalah dengan membersihkan bagian buah zakarnya dan ujung penis.

5. Catatan: Bayi perempuan terkadang ada yang mengeluarkan haid selama 3 – 5 hari; ada juga yang buah dadanya membesar. Hal ini terjadi karena masih ada pengaruh sisa hormon ibu sewaktu hamil dan akan menghilang dengan sendirinya. Jangan dipijat.

Pola Tidur

1. Pasang kelambu pada saat bayi tidur, siang atau malam.
2. Tidurkan bayi secara terlentang atau miring.
3. Bayi perlu banyak tidur dan hanya bangun kalau lapar.
4. Jika bayi telah tidur selama 2-3 jam bangunkan bayi untuk disusui.

Menjemur Bayi

2. Bila perlu, jemurlah bayi pada pagi hari antara pukul 07:00 – 08:00 selama 15 – 30 menit, dengan posisi telentang dan tengkurap
3. Jemurlah bayi saat sebelum mandi
4. Bukalah baju bayi dan pakaikan popok yang minim
5. Hindari mata dari sinar matahari langsung
6. Ganti posisi bayi setiap 15 menit
7. Hindari polusi

Menjaga Kebersihan Bayi

- a. Untuk bayi dengan pemberian ASI *full* akan lebih sering BAB dan teksturnya lebih encer daripada bayi yang minum susu formula
- b. Frekuensi BAB normal adalah 6 – 8 kali sehari
- c. Selalu perhatikan bentuk, warna, dan frekuensi BAB bayi. Bila ada perubahan/kelainan, segera konsultasikan dengan dokter.
- d. Jika bayi kencing atau BAB bersihkan dengan air, segera keringkan dan kenakan pakaian.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 26 April 2016
 Pokok Bahasan : Nutrisi Ibu Nifas
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 26 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang nutrisi ibu nifas.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian gizi ibu nifas.
2. Manfaat nutrisi pada masa nifas.
3. Makanan yang dianjurkan pada masa nifas.
4. Dampak kekurangan gizi.
5. Minuman yang harus dihindari.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian gizi ibu nifas. 2. Menjelaskan manfaat nutrisi pada masa nifas. 3. Menjelaskan makanan yang	Leaflet

			dianjurkan pada masa nifas. 4. Menjelaskan dampak kekurangan gizi pada masa nifas. 5. Menjelaskan minuman yang harus dihindari.	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian gizi ibu nifas.
2. Manfaat nutrisi pada masa nifas.
3. Makanan yang dianjurkan pada masa nifas.
4. Dampak kekurangan gizi pada masa nifas.
5. Minuman yang harus dihindari.

Mengetahui,

Ponorogo, 26 April 2016

Pembimbing Lahan

 (Yuni Siswati, S.ST)

Mahasiswa

 (Rizky Dwi C.)

Materi

NUTRISI IBU NIFAS

A. Pengertian

Gizi ibu nifas adalah gizi yang dibutuhkan oleh ibu pada masa nifas

B. Manfaat

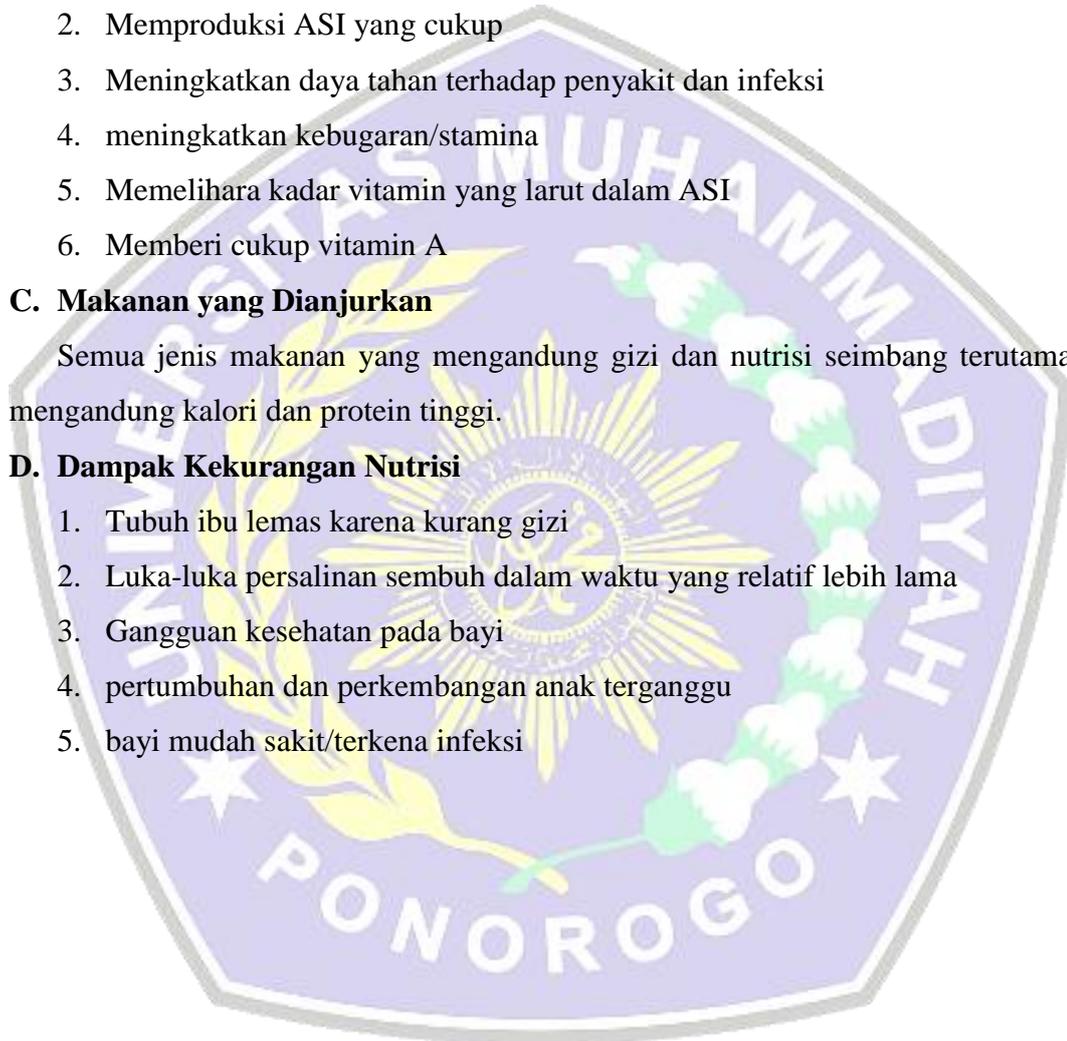
1. Memulihkan kondisi tubuh ibu setelah melahirkan
2. Memproduksi ASI yang cukup
3. Meningkatkan daya tahan terhadap penyakit dan infeksi
4. meningkatkan kebugaran/stamina
5. Memelihara kadar vitamin yang larut dalam ASI
6. Memberi cukup vitamin A

C. Makanan yang Dianjurkan

Semua jenis makanan yang mengandung gizi dan nutrisi seimbang terutama mengandung kalori dan protein tinggi.

D. Dampak Kekurangan Nutrisi

1. Tubuh ibu lemas karena kurang gizi
2. Luka-luka persalinan sembuh dalam waktu yang relatif lebih lama
3. Gangguan kesehatan pada bayi
4. pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu
5. bayi mudah sakit/terkena infeksi



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 26 April 2016
 Pokok Bahasan : Imunisasi
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 26 April 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang imunisasi.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian imunisasi.
2. Tujuan imunisasi.
3. Penyakit yang dapat dicegah imunisasi.
4. Jenis imunisasi imunisasi
5. Sasaran imunisasi
6. Jadwal imunisasi
7. Cara pemberian imunisasi
8. Kapan imunisasi tidak dibolehkan
9. Keadaan yang timbul setelah
10. Perawatan yang diberikan setelah
11. Tempat pelayanan

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucapkan salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian imunisasi. 2. Menjelaskan tujuan imunisasi 3. Menjelaskan penyakit yang dapat	Leaflet

			<p>dicegah dengan imunisasi.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Menjelaskan jenis imunisasi. 5. Menjelaskan sasaran imunisasi. 6. Menjelaskan jadwal imunisasi. 7. Menjelaskan cara pemberian imunisasi. 8. Menjelaskan kapan imunisasi tidak dibolehkan. 9. Menjelaskan keadaan yang timbul setelah imunisasi. 10. Menjelaskan perawatan yang diberikan setelah imunisasi. 11. Menjelaskan tempat pelayanan. 	
3.	Penutup	3 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tanya jawab 2. Penutup 	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian imunisasi.
2. Tujuan imunisasi.
3. Penyakit yang dapat dicegah
4. Jenis imunisasi
5. Sasaran imunisasi
6. Jadwal imunisasi
7. Cara pemberian imunisasi
8. Kapan imunisasi tidak dibolehkan
9. Keadaan yang timbul setelah imunisasi.
10. Perawatan yang diberikan setelah imunisasi
11. Tempat pelayanan

Mengetahui,

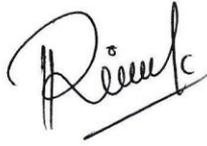
Pembimbing Lahan



(Yuni Siswati, S.ST)

Ponorogo, 26 April 2016

Mahasiswa



(Rizky Dwi C.)

Materi

IMUNISASI

A. Pengertian

Imunisasi adalah suatu usaha untuk memberikan kekebalan secara aktif pada bayi atau anak terhadap penyakit tertentu, dengan memasukkan vaksin (bibit penyakit yang telah dimatikan/dilemahkan)

B. Tujuan

1. Daya tahan / kekebalan tubuh anak meningkat.
2. Pencegahan timbulnya beberapa penyakit pada anak antara lain :
 - a. Penyakit TBC Paru
 - b. Penyakit Difteri
 - c. Penyakit Tetanus
 - d. Penyakit Pertusis
 - e. Penyakit Polio
 - f. Penyakit Campak
 - g. Penyakit Hepatitis B

C. Jenis

1. BCG : dengan suntikan pada lengan kanan atas sebelah dalam.
2. DPT : suntikan ke dalam otot di pangkal paha.
3. Campak : suntikan di lengan kiri atas.
4. HB : suntikan pada lengan.
5. Polio : diberikan peroral yaitu diteteskan ke mulut.

D. Sasaran

1. Semua Orang Terutama Bayi Dan Anak.
2. Semua Orang Yang Kontak Dengan Penyakit Menular.

E. Jadwal

Vaksin	Pemberian imunisasi	Selang Waktu	Umur
BCG	1x		0-11 bulan
DPT	3x (1,2,3)	4 minggu	2-11 bulan
Polio	4x (1,2,3,4)	4 minggu	0-11 bulan

Campak	1x		9-11 bulan
HB	3x (1,2,3)	4 minggu	0-11 bulan

F. Efek Samping

1. BCG, dua minggu setelah imunisasi terjadi pembengkakan kecil dan merah di tempat suntikan, seterusnya timbul bisul kecil dan menjadi luka parut.
2. DPT, umumnya bayi menderita panas sore hari setelah mendapatkan imunisasi, tetapi akan turun dalam 1 - 2 hari. Di tempat suntikan merah dan bengkak serta sakit, walaupun demikian tidak berbahaya dan akan sembuh sendiri.
3. Campak, panas dan umumnya disertai kemerahan yang timbul 4 - 10 hari setelah penyuntikan.

G. Tempat Pelayanan

1. Rumah sakit
2. Puskesmas
3. BKIA/Rumah Bersalin
4. Posyandu
5. Praktek Dokter Swasta (terutama dokter spesialis anak)



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 27 Mei 2016
 Pokok Bahasan : Alat Kontrasepsi
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 27 Mei 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang kontrasepsi

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian kontrasepsi.
2. Macam kontrasepsi
3. Kelebihan dan kekurangan masing-masing kontrasepsi

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian kontrasepsi 2. Menjelaskan macam kontrasepsi 3. Menjelaskan kelebihan dan kekurangan masing-masing kontrasepsi	Leaflet
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Menjelaskan pengertian kontrasepsi.
2. Menjelaskan macam kontrasepsi.
3. Menjelaskan kekurangan dan kelebihan dari macam kontrasepsi.

Mengetahui,

Ponorogo, 27 Mei 2016

Pembimbing Lahan

Mahasiswa



YUNI SISWATI, AMI.keb
(Yuni Siswati, S.ST)



(Rizky Dwi C.)



Materi

ALAT KONTRASEPSI

A. Pengertian

Alat kontrasepsi merupakan alat yang digunakan untuk mencegah terjadinya suatu kehamilan.

B. Macam Kontrasepsi

1. Kontrasepsi hormonal

a. *Pil oral kombinasi*

Kelebihan :

1. Memiliki efektifitas yang tinggi
2. Resiko terhadap kesehatan sangat kecil
3. Tidak mengganggu hubungan seksual
4. Siklus haid teratur, tidak terjadi nyeri haid
5. Dapat digunakan jangka panjang selama wanita itu ingin menggunakannya
6. Mudah diberhentikan setiap saat dan kesuburan akan kembali setelah diberhentikan
7. Untuk kontrasepsi darurat

Kekurangan :

1. Mahal dan membosankan karena harus menggunakannya setiap hari
2. Mual, terutama pada 3 bulan pertama
3. Perdarahan bercak/spotting terutama 3 bulan pertama
4. Nyeri payudara, BB mengalami kenaikan, tidak untuk wanita menyusui
5. Meningkatkan TD

b. *Suntik 3 bulan*

Kelebihan :

1. Sangat efektif untuk pencegahan kehamilan jangka panjang
2. Tidak mempengaruhi hubungan suami istri
3. Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak pada penyakit jantung
4. Tidak berpengaruh terhadap ASI

Kekurangan :

1. Sering ditemukan gangguan haid seperti spotting, siklus memanjang dan memendek
2. Klien bergantung pelayanan kesehatan dan tidak dapat dihentikan sewaktu-waktu
3. Peningkatan BB dan terlambanya kembali ke kesuburan setelah penghentian pemakaian

c. *Suntik 1 bulan*

Kelebihan :

1. Resiko terhadap kesehatan kecil, tidak mempengaruhi hubungan suami istri
2. Tidak diperlukan pemeriksaan dalam dan metode jangka panjang
3. Efek samping yang kecil
4. Klien tidak perlu menyimpan obat suntik

Kekurangan :

1. Terjadi perubahan pola haid, spotting, perdarahan sela sampai 10 hari
2. Mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan
3. Ketergantungan terhadap pelayanan kesehatan
4. Peningkatan BB dan terlambat kembali kesuburannya

d. *Implan.*

Keuntungan :

1. Daya guna tinggi, perlindungan jangka panjang (5 tahun), pengembalian tingkat kesuburan yang cepat setelah pencabutan
2. Tidak memerlukan pemeriksaan dalam, bebas dari pengaruh estrogen, tidak mengganggu coitus dan tidak mempengaruhi ASI
3. Klien kontrol ke klinik jika ada keluhan dan dapat dilakukan pencabutan setiap saat sesuai dengan kebutuhan

Kekurangan :

1. Perubahan pola haid
2. Nyeri kepala dan nyeri dada
3. Peningkatan/penurunan BB
4. Memerlukan pembedahan minor untuk pemasangan dan pelepasan

2. Kontrasepsi non hormonal

AKDR (IUD)

Keuntungan :

1. Tidak mempengaruhi hubungan seksual.
2. Meningkatkan kenyamanan hubungan seksual.
3. Tidak mempengaruhi ASI.
4. Metode jangka panjang
5. Dapat digunakan sampai menopause.

Kekurangan :

Efek samping yang mungkin terjadi:

1. Menstruasi menjadi lebih lama dan banyak
2. Perubahan siklus haid (umumnya pada 3 bulan pertama)
3. Perdarahan irreguler (spotting) di antara menstruasi
4. Saat haid lebih sakit

3. Kontrasepsi Alamiah

a. *Coitus interruptus (senggama terputus)*

Keuntungan:

1. Efektif bila dilaksanakan dengan benar
2. Tidak mengganggu produksi ASI
3. Dapat digunakan sebagai pendukung metoda KB lainnya
4. Tidak ada efek samping
5. Tidak memerlukan alat

Kekurangan:

1. Memutus kenikmatan dalam berhubungan seksual
2. Efektivitas menurun apabila sperma dalam 24 jam sejak ejakulasi masih melekat pada penis

b. *Kalender*

Metode KS dengan tidak melakukan sanggama pada masa subur, efektivitasnya 75%-80%, pengertian antar pasangan harus ditekankan, faktor kegagalan karena salah menghitung masa subur dan siklus haid yg tidak teratur Masa subur siklus terpanjang dikurangi 11 dan siklus terpendek dikurangi 18.

c. *MAL (metode amenorrea laktasi)*

Keuntungan :

1. Efektivitas tinggi
2. Segera efektif
3. Tidak mengganggu senggama
4. Tidak ada efek samping secara sistemik
5. Tidak perlu pengawasan medis
6. Tidak perlu obat atau alat
7. Tanpa biaya

Kekurangan :

1. Perlu persiapan sejak perawatan kehamilan agar segera menyusui dalam 30 menit pasca persalinan
2. Mungkin sulit dilakukan karena kondisi sosial
3. Efektifitas tinggi hanya sampai kembalinya haid atau sampai dengan 6 bulan
4. Tidak melindungi terhadap infeksi menular seksual, termasuk hepatitis B (HBV) dan HIV/AIDS.
5. Yang dapat menggunakan MAL adalah ibu yang menyusui secara eksklusif, bayinya berusia kurang dari 6 bulandan belum mendapat haid setelah melahirkan.

4. Kontrasepsi dengan Alat

a. *Kondom*

Kelebihan :

1. Tidak mengganggu produksi ASI.
2. Mencegah PMS
3. Mencegah ejakulasi dini.
4. Mencegah terjadinya kanker serviks.
5. Mencegah imunoinfertiltas.
6. Murah dan dapat diberi secara umum.
7. Memberi dorongan suami untuk ber KB.

Kekurangan :

1. Efektivitas tidak terlalu tinggi

2. Cara penggunaan mempengaruhi keberhasilan kontrasepsi
3. Mengganggu hubungan seksual
4. Harus selalu sedia setiap kali hubungan seksual

b. Spermisida

Kelebihan :

1. Tidak mengganggu produksi ASI
2. Efektif seketika
3. Bisa digunakan sebagai pendukung metode lain
4. Tidak mengganggu kesehatan klien
5. Mudah digunakan
6. Tidak perlu resep dokter

Kekurangan :

1. Efektivitas kurang
2. Ketergantungan pengguna
3. Pengguna harus menunggu 10-15 menit setelah pemakaian sebelum melakukan hubungan seksual
4. Efektivitas pemakaian hanya 1-2 jam

c. Diafragma

Kelebihan :

1. Tidak mengganggu produksi ASI
2. Efektif bila digunakan dengan benar
3. Tidak mengganggu hubungan seksual karena telah terpasang sampai 6 jam sebelumnya
4. Tidak mengganggu kesehatan klien

Kekurangan :

1. Keberhasilan tergantung pada kepatuhan pemakaian
2. Pada beberapa pengguna menjadi penyebab infeksi saluran kencing
3. 6 jam pasca berhubungan seksual, alat masih harus berada di posisinya

5. Kontrasepsi mantap

a. Tubektomi (MOW)

Pengikatam/pemotongan tuba fallopi kiri dan kanan pada wanita untuk mencegah transport ovum dari ovarium melalui tuba ke arah uterus,

dilakukan dengan cara operasi, efektivitas : tinggi, reversibilitas: rendah, disebut kontrasepsi mantap

b. Vasektomi (MOP)

Pengikatan/pemotongan vas defferen kiri dan kanan pada pria untuk mencegah transport spermatozoa dari testis, dilakukan dengan cara operasi kecil / minor surgery, efektifitas : tinggi, reversibilitas : rendah, disebut kontrasepsi mantap.



SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 27 Mei 2016
 Pokok Bahasan : Kontrasepsi Suntik 3 Bulan
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 27 Mei 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang kontrasepsi suntik 3 bulan.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian kontrasepsi suntik 3 bulan.
2. Kandungan kontrasepsi suntik 3 bulan.
3. Cara kerja kontrasepsi suntik 3 bulan.
4. Keuntungan dan kerugian kontrasepsi suntik 3 bulan.
5. Indikasi dan kontraindikasi kontrasepsi suntik 3 bulan.
6. Waktu pemberian kontrasepsi suntik 3 bulan.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap salam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian kontrasepsi suntik 3 bulan 2. Menjelaskan kandungan kontrasepsi suntik 3 bulan. 3. Menjelaskan cara kerja	Leaflet

			kontrasepsi suntik 3 bulan 4. Menjelaskan keuntungan dan kerugian kontrasepsi suntik 3 bulan. 5. Menjelaskan indikasi dan kontraindikasi kontrasepsi suntik 3 bulan 6. Menjelaskan waktu pemberian kontrasepsi suntik 3 bulan	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

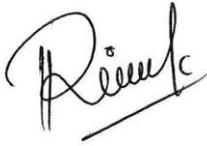
1. Pengertian kontrasepsi suntik 3 bulan.
2. Kandungan kontrasepsi suntik 3 bulan.
3. Cara kerja kontrasepsi suntik 3 bulan.
4. Keuntungan dan kerugian kontrasepsi suntik 3 bulan.
5. Indikasi dan kontraindikasi kontrasepsi suntik 3 bulan.
6. Waktu pemberian kontrasepsi suntik 3 bulan.

Mengetahui,

Ponorogo, 27 Mei 2016


 Pembimbing Lahan

 (Yuni Siswati, S.ST)

Mahasiswa

 (Rizky Dwi C.)

*Materi***KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN****A. Pengertian**

Kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi yang disuntikan ke dalam tubuh dalam jangka waktu tertentu, kemudian masuk ke dalam pembuluh darah diserap sedikit demi sedikit oleh tubuh yang berguna untuk mencegah timbulnya kehamilan.

B. Kandungan

Mengandung 150mg DMPA yang diberikan tiap 3 bulan dengan cara disuntikkan Intra Muskular (di daerah bokong). Depoprovera atau depo metroxy progesterone asetat adalah satu sintesa progestin yang mempunyai efek seperti progesterone asli dari tubuh wanita.

C. Cara Kerja

1. Mencegah ovulasi
2. Mengentalkan lendir serviks sehingga menurunkan kemampuan penetrasi sperma
3. Menjadikan selaput lendir rahim tipis

D. Keuntungan dan Kerugian**Keuntungan**

- a) Sangat efektif
- b) Pencegahan kehamilan jangka panjang
- c) Tidak berpengaruh terhadap hubungan seksual
- d) Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung, dan gangguan pembekuan darah
- e) Tidak memiliki pengaruh terhadap ASI
- f) Sedikit efek samping
- g) Klien tidak perlu menyimpan obat suntik
- h) Dapat digunakan oleh perempuan usia lebih dari 35 tahun sampai perimenopause
- i) Membantu mencegah kanker endometrium dan kehamilan ektopik
- j) Menurunkan kejadian penyakit jinak payudara
- k) Mencegah beberapa penyebab penyakit radang panggul

Kerugian

- a) Sering ditemukan gangguan haid

- b) Siklus haid yang memendek atau memanjang
- c) Perdarahan yang banyak atau sedikit
- d) Perdarahan tidak teratur atau perdarahan bercak
- e) Tidak haid sama sekali
- f) Klien sangat bergantung pada tempat sarana pelayanan kesehatan
- g) Permasalahan berat badan merupakan efek samping tersering
- h) Tidak menjamin perlindungan terhadap penularan infeksi menular seksual, hepatitis B, atau infeksi virus HIV
- i) Terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian.

E. Indikasi dan Kontraindikasi

Indikasi

- a) Usia reproduksi
- b) Menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan memiliki efektivitas tinggi
- c) Menyusui dan membutuhkan kontrasepsi yang sesuai
- d) Setelah melahirkan dan tidak menyusui
- e) Setelah abortus atau keguguran
- f) Perokok
- g) Tekanan darah kurang dari 180/110 mmHg, dengan masalah gangguan pembekuan darah atau anemia
- h) Menggunakan obat untuk epilepsi atau obat tuberkulosis
- i) Sering lupa menggunakan pil kontrasepsi
- j) Mendekati usia menopause

Kontraindikasi

- a) Hamil atau dicurigai hamil
- b) Perdarahan pervaginam yang belum jelas penyebabnya
- c) Tidak dapat menerima terjadinya gangguan haid
- d) Menderita kanker payudara

F. Waktu Pemberian

1. Setelah melahirkan : 6 minggu pasca salin
2. Setelah keguguran : segera setelah dilakukan kuretase atau 30 hari setelah keguguran (asal ibu belum hamil lagi)
3. Dalam masa haid : Hari pertama sampai hari ke-5 masa haid.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Nama Mahasiswa : Rizky Dwi Cahyaningrum
 NIM : 13621386
 Tempat Praktik : BPM Yuni Siswati, S.ST.
 Tanggal : 4 Juni 2016
 Pokok Bahasan : Kontrasepsi Implan
 Sasaran : Ny. E
 Tempat : Ngampel, Balong, Ponorogo
 Tanggal pelaksanaan : 4 Juni 2016
 Waktu : 10 menit

A. Tujuan Umum

Ibu dapat mengetahui tentang kontrasepsi implan.

B. Tujuan Khusus

Ibu mengerti tentang :

1. Pengertian kontrasepsi implan.
2. Cara kerja kontrasepsi implan.
3. Keuntungan dan kerugian kontrasepsi implan.
4. Indikasi dan kontraindikasi kontrasepsi implan.
5. Waktu menggunakan implan.

C. Materi

Materi terlampir.

D. Kegiatan Penyuluhan

1. Metode : Ceramah dan tanya jawab
2. Langkah – langkah :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan	Media
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucap ssalam 2. Perkenalan 3. Menjelaskan maksud dan tujuan	
2.	Penyampaian materi	5 menit	1. Menjelaskan pengertian kontrasepsi implan 2. Menjelaskan cara kerja kontrasepsi implan 3. Menjelaskan keuntungan dan	Leaflet

			kerugian kontrasepsi implan 4. Menjelaskan indikasi dan kontraindikasi kontrasepsi implan 5. Menjelaskan waktu menggunakan kontrasepsi implan	
3.	Penutup	3 menit	1. Tanya jawab 2. Penutup	

E. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian kontrasepsi implan.
2. Cara kerja kontrasepsi implan.
3. Keuntungan dan kerugian kontrasepsi implan.
4. Indikasi dan kontraindikasi kontrasepsi implan.
5. Waktu menggunakan implan.

Mengetahui,

Ponorogo, 4 Juni 2016

Pembimbing Lahan

 (Yuni Siswati, S.ST)

Mahasiswa



(Rizky Dwi C.)

*Materi***KONTRASEPSI IMPLAN****A. Pengertian**

Kontrasepsi implan atau yang juga disebut dengan alat kontrasepsi bawah kulit (AKBK). Yaitu alat kontrasepsi kombinasi yang berupa batang silastik atau batang putih lentur yang nantinya dipasang dibawah kulit lengan ibu yang fungsinya untuk mencegah kehamilan.

B. Cara Kerja

1. Lendir servik menjadi kental.
2. Mengganggu proses pembentukan endometrium sehingga sulit terjadi implantasi.
3. Mengurangi transportasi sperma.
4. Menekan ovulasi.

C. Keuntungan dan Kerugian**Keuntungan****1. Kontrasepsi**

- a. Daya guna tinggi
- b. Perlindungan jangka panjang (sampai dengan 5 tahun)
- c. Pengembalian tingkat kesuburan yang cepat setelah pencabutan.
- d. Tidak memerlukan pemeriksaan dalam.
- e. Bebas dari pengaruh estrogen
- f. Tidak mengganggu ASI.
- g. Tidak mengganggu kegiatan senggama.
- h. Klien hanya perlu kembali ke klinik bila ada keluhan.
- i. Dapat dicabut setiap saat sesuai dengan kebutuhan klien.

2. Non Kontrasepsi

- a. Mengurangi nyeri haid
- b. Mengurangi jumlah darah haid
- c. Mengurangi/menperbaiki anemia.
- d. Melindungi terjadinya kanker endometrium
- e. Menurunkan angka kejadian tumor jinak payudara.

- f. Melindungi diri dari beberapa penyebab penyakit radang panggul.
- g. Menurunkan angka kejadian endometriosis.

Kerugian Dan Efek Samping

- a. Menyebabkan perubahan pola haid berupa perdarahan bercak (spotting), hipermenorea, atau meningkatnya jumlah darah haid, serta menorea.
- b. Nyeri kepala
- c. Peningkatan/penurunan berat badan.
- d. Nyeri payudara.
- e. Perasaan mual.
- f. Perubahan perasaan (mood) atau kegelisahan (nervousness).
- g. Membutuhkan tindak pembedahan minor untuk insersi dan pencabutan.
- h. Tidak memberikan efek protektif terhadap infeksi menular seksual termasuk aids.
- i. Klien tidak dapat menghentikan sendiri pemakaian kontrasepsi ini sesuai dengan keinginan, akan tetapi harus pergi ke klinik untuk pencabutan.
- j. Efektifitasnya menurun bila menggunakan obat-obat tuberkulosis (rimpafisin) atau obat epilepsi (fenitoin dan harbiturat).
- k. Terjadinya kehamilan ektopik sedikit lebih tinggi (1,3 per 100.000 perempuan pertahun).

D. Indikasi dan Kontraindikasi

Indikasi

- a. Usia reproduksi
- b. Telah memiliki anak ataupun yang belum.
- c. Menghendaki kontrasepsi yang memiliki efektifitas tinggi dan menghendai pencegahan kehamilan jangka panjang.
- d. Menyusui dan membutuhkan kontrasepsi.
- e. Pascakeguguran.
- f. Tidak menginginkan anak lagi, tetapi menolak sterilisasi.
- g. Riwayat kehamilan ektopik.
- h. Tekanan darah <180/110 mmhg, dengan masalah pembekuan darah atau anemia bulan sabit (sickle cell).

- i. Tidak boleh menggunakan kontrasepsi hormonal yang mengandung estrogen. Sering lupa menggunakan pil.

Kontraindikasi

- a. Hamil atau diduga hamil
- b. Perdarahan pervagina yang belum jelas penyebabnya.
- c. Benjolan/kanker payudara atau riwayat kanker payudara.
- d. Tidak dapat menerima perubahan pola haid yang terjadi.
- e. Mioma uterus dan kanker payudara.
- f. Gangguan toleransi glukosa.

E. Waktu Menggunakan

1. Setiap saat selama siklus haid hari ke-2 sampai hari ke-7.
2. Jika kontrasepsi sebelumnya adalah suntikan, implan dapat dipasang pada saat jadwal suntikan tersebut.
3. Bila kontrasepsi sebelumnya adalah AKDR dan klien ingin menggantinya dengan implan, pemasangan dapat dilakukan pada saat haid hari ke-7 dan ibu jangan melakukan hubungan seksual selama 7 hari atau menggunakan kontrasepsi lain untuk 7 hari saja setelah pemasangan. AKDR segera dicabut.
4. Pasca keguguran implan bisa segera dipasang.

Lampiran 12

LEAFLET

<p style="text-align: center;">ANEMIA Pada IBU HAMIL</p>  <p style="text-align: center;">Oleh: RIZKY DWI CAHYANINGRUM NIM. 13621386</p> <p style="text-align: center;">PRODI DIII KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO 2016</p>	<p style="text-align: center;">PENGERTIAN</p> <p>Anemia adalah suatu kelainan dimana kadar zat Hemoglobine (jumlah butir-butir darah merah). Sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital (seperti: jantung, otak, ginjal) pada ibu dan janin menjadi kurang. Selama kehamilan, dikatakan anemia adalah jika konsentrasi hemoglobin kurang dari 11,5 g/dl.</p> <p>Tingkat Anemia</p> <ol style="list-style-type: none"> Anemia ringan : Hb 9-10 gram/dl Anemia sedang : Hb 8 gram/dl Anemia berat : Hb < 8 gram/dl <p style="text-align: center;">TANDA DAN GEJALA</p> <ol style="list-style-type: none"> Pucat pada mata Kekuningan pada mata Cepat lelah, sering pusing dan sakit Kepala Terjadi sariawan, peradangan gusi, peradangan pada lidah dan peradangan pada sudut mulut. Tekanan darah turun Pemeriksaan Hemoglobin < 11,5 g/dl 	<p style="text-align: center;">PENYEBABNYA...</p> <ol style="list-style-type: none"> Kebutuhan zat besi dan asam folat yang meningkat untuk memenuhi kebutuhan darah ibu dan janinnya. Penyakit tertentu: Penyakit ginjal, jantung, pencernaan, diabetes mellitus (kencing manis) Asupan gizi kurang Terjau sering melahirkan Cara mengolah makanan yang kurang tepat Kebiasaan makan atau pantangan terhadap makanan tertentu seperti ikan, sayuran dan buah-buahan. Kebiasaan minum kopi, teh bersamaan dengan makan Kebiasaan minum Obat penenang dan alkohol 
---	--	---

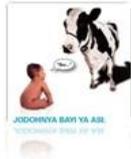
<p style="text-align: center;">BAHAYA ANEMIA</p> <ol style="list-style-type: none"> Membahayakan jiwa ibu, terutama waktu melahirkan (pendarahan). Resiko syok (kegagalan peredaran darah yang ditandai dengan penurunan tekanan darah) waktu persalinan Keguguran, lahir prematur Mengganggu pertumbuhan bayi dalam kandungan, kemungkinan bayi dilahirkan dengan Bayi Berat Badan Lahir Rendah. <p style="text-align: center;">BAGAIMANA MENCEGAHNYA ???</p> <ol style="list-style-type: none"> Identifikasi penyebab anemia pada ibu hamil Pastikan tanda dan gejala anemia yang terjadi pada ibu hamil Makan makanan yang banyak mengandung zat besi, asam folat. Konsumsi vitamin C yang lebih banyak Hindari atau kurangi minum kopi dan teh Hindari penggunaan alkohol dan Obat-Obatan/Zat penenang 	 <ol style="list-style-type: none"> Atur jarak kehamilan dan batasi kehamilan, dengan menjadi peserta Keluarga Berencana. Hindari aktivitas yang berat dan istirahat yang cukup Timbang berat badan setiap minggu Ukur tekanan darah Minumlah 1 tablet di tambah darah setiap hari bagi ibu hamil, paling sedikit 90 tablet selama hamil. Periksalah Hemoglobin darah pada tempat pelayanan kesehatan 	<p style="text-align: center;">Sumber Makanan yang Mengandung Asam Folat dan Zat Besi</p> <ol style="list-style-type: none"> Daging Susu Ikan Sayuran yang hijau Kacang hijau Buah-buahan 
--	--	--

ASI EKSKLUSIF ???

ASI eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan kepada bayi sebagai bahan makanan pokok. ASI eksklusif diberikan pada bayi sejak umur 0 - 6 bulan hanya diberikan ASI saja tanpa makanan tambahan lainnya termasuk susu formula, air gula, madu, air putih atau makanan tambahan apapun.

KANDUNGANNYA...

- ✓ Protein
- ✓ Karbohidrat
- ✓ Lemak
- ✓ Mineral
- ✓ Air
- ✓ Vitamin
- ✓ Kalori

**APA SII KEUNGGULAN ASI ??**

- Mengandung semua zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi
- ASI mengandung zat penolak (antibody) yang dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi



- Aman dan dapat diberikan langsung
- Tidak menimbulkan alergi bagi bayi
- Sebagai perantara hubungan kasih sayang antara ibu dan bayi



- Membantu pertumbuhan gizi lebih baik
- Kemungkinan tersedak kecil karena bentuk payudara yang sedemikian rupa
- Ekonomis, praktis (dapat diberikan kapan saja dan dimana saja)
- Tidak akan pernah basi (mempunyai suhu yang tepat).
- Mudah dicerna oleh bayi (tidak memberatkan fungsi saluran cerna dan ginjal)

MANFAAT

1. **Bagi bayi**
 - Membantu bayi memulai kehidupannya dengan baik

4. Kolostrum (susu jolong / susu pertama) mengandung antibodi yang kuat untuk mencegah infeksi
- ASI mudah dicerna oleh bayi
- Kalori dari ASI memenuhi kebutuhan bayi sampai usia enam bulan
- komposisi sesuai kebutuhan bayi
- perkembangan psikomotorik bayi lebih cepat
- menunjang perkembangan penglihatan
- memperkuat ikatan batin antara ibu dan anak
2. **Bagi ibu**
 - Pemberian ASI selama beberapa hari pertama membuat rahim berkontraksi dan cepat memperlebar perdarahan.
 - Mempercepat penurunan berat badan
 - Ibu menyusui yang haidnya belum muncul kecil kemungkinan untuk hamil kembali (menunda kesuburan)
 - Penting bagi ibu untuk mencurahkan kasih sayangnya kepada bayi
 - Mengurangi kemungkinan kanker payudara dan ovarium
 - Mencegah anemia defisiensi zat besi
3. **Bagi keluarga**
 - Mudah dalam proses pemberiannya (tidak perlu persiapan khusus)
 - Mengurangi biaya rumah tangga
 - Bayi yang mendapat ASI jarang sakit, sehingga dapat menghemat biaya untuk berobat

4. **Bagi Negara**
 - Penghematan untuk subsidi anak sakit dan pemakaian obat-obatan
 - Penghematan devisa dalam hal pembelian susu formula dan perlengkapan menyusui
 - ASI selalu bersih dan bebas hama yang menyebabkan infeksi.
 - Mendapatkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas

YANG MEMPENGARUHI PRODUKSI ASI

- Makanan Ibu
- Ketenangan jiwa dan pikiran
- Penggunaan alat konrasepsi
- Perawatan payudara
- Pola menyusui bayi

YANG DILAKUKAN BILA IBU SEKERJA

- ✓ Berikan ASI sebelum berangkat dan sesudah pulang kerja.
- ✓ Bila payudara terasa penuh, ASI dapat dikeluarkan dan disimpan



- ✓ ASI dapat disimpan 6 jam pada suhu kamar, 24 jam dalam lemari es



- ✓ ASI dimasukkan dalam tempat / gelas / botol yang benar dan bersih.



- ✓ ASI tersebut dapat diberikan kepada bayi segera setelah ibu sampai di rumah.
- ✓ ASI tidak boleh dipanaskan secara langsung di atas api.

CIRI BILA BAYI CUKUP MEMPEROLEH ASI

- Bayi tampak puas dan tertidur lelap setelah menyusui
- Ibu merasakan payudaranya ada perubahan, tegang dan merasakan aliran deras saat menyusui
- Setelah menyusui, payudara ibu akan kosong.

ASI EKSKLUSIF

OLEH:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM

NIM. 13621386

PRODI DIH KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2016

Pengertian Tanda Bahaya Nifas

Tanda-tanda bahaya masa nifas adalah suatu tanda yang abnormal yang mengindikasikan adanya bahaya atau komplikasi yang dapat terjadi selama masa nifas, apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu.

Tanda-tandanya adalah...

1. Perdarahan pasca persalinan (*post partum*)

Perdarahan pasca persalinan (*post partum*) adalah perdarahan yang melebihi 500 – 600 ml setelah bayi lahir

Faktor-faktor penyebab:

- Paritas lebih dari 5
- Jarak persalinan pendek kurang dari 2 tahun
- Persalinan yang dilakukan dengan tindakan yaitu pertolongan kala pengeluran plasenta sebelum waktunya, pertolongan persalinan oleh dukun, persalinan dengan tindakan pakea.



2. Lochea yang berbau busuk

Lochea adalah kotoran yang berasal dari vagina dalam masa nifas. Sedangkan lochea yang berbau busuk adalah sekret yang berasal

dari kavum uteri dan vagina dalam masa nifas yang berupa cairan seperti nanah yang berbau busuk

3. Pengecilan rahim terganggu (*Sub involusi uterus*)

Involusi adalah keadaan rahim mengecil oleh kontraksi rahim dimana berat rahim dari 1000 gram saat setelah bersalin menjadi 40-60 gram 6 minggu kemudian. Bila pengecilan ini kurang baik atau terganggu disebut sub involusi.

Faktor penyebab:

Ini terjadi karena infeksi dan komplikasi perdarahan pasca melahirkan berkepanjangan sehingga pengeluaran lochea disertai darah lebih dari 7 – 10 hari.

4. Nyeri pada perut

Tanda-tanda nyeri perut yang menyebabkan peradangan.

Gejala:

- Demam
- perut bawah nyeri, tetapi keadaan umum tetap baik.
- Suhu meningkat menjadi tinggi
- nadi cepat dan kecil
- perut kembung dan nyeri
- Muka yang mula-mula kemerahan menjadi pucat
- mata cekung
- kulit muka dingin.

5. Pusing dan lemas yang berlebihan

Pusing merupakan tanda-tanda bahaya pada masa nifas, pusing bisa disebabkan oleh karena darah tinggi (sistol >140 mmHg dan diastole >110 mmHg).

Lemas yang berlebihan juga merupakan tanda-tanda bahaya, dimana keadaan lemas disebabkan oleh kurangnya istirahat dan kurangnya asupan kalori sehingga ibu kelihatan pucat, tekanan darah rendah (sistol <100 mmHg diastole <60 mmHg).

6. Suhu tubuh ibu > 38°C

Dalam beberapa hari setelah melahirkan suhu badan ibu sedikit baik antara 37,2°C-37,8°C oleh karena penyerapan benda-benda dalam rahim dan mulainya laktasi, dalam hal ini disebut demam penyerapan. Hal itu adalah normal apabila terjadi peningkatan melebihi 38°C beturut-turut selama 2 hari kemungkinan terjadi infeksi.



7. Payudara berubah menjadi merah, panas, dan terasa sakit

Gejala:

- demam yang disertai menggigil
- nyeri
- payudara membengkak, mengeras, lebih hangat, kemerahan dengan batas tegas, dan disertai rasa nyeri



8. Perasaan sedih yang berkaitan dengan bayinya (*baby blues*)

Ada kalanya ibu mengalami perasaan sedih yang berkaitan dengan bayinya. Keadaan ini disebut *baby blues*, yang disebabkan oleh perubahan perasaan yang dialami ibu saat hamil sehingga sulit menerima kehadiran bayinya.

Gejala:

- Menangis.
- Mengalami perubahan perasaan.
- Cemas.
- Kesepian.
- Khawatir mengenai sang bayi.
- Penurunan gairah sex, dan kurang percaya diri terhadap kemampuan menjadi seorang ibu.



9. Depresi masa nifas (*depresi postpartum*)

Ibu yang tidak mengurus dirinya sendiri, seorang ibu cepat murung, mudah marah-marah.

Gejala:

- Sulit tidur bahkan ketika bayi sudah tidur.
- Nafsu makan hilang.
- Perasaan tidak berdaya atau kehilangan kontrol.
- Terlalu cemas atau tidak perhatian sama sekali pada bayi.
- Tidak menyukai atau takut menyentuh bayi.
- Pikiran yang menakutkan mengenai bayi
- Sedikit atau tidak ada perhatian terhadap penampilan pribadi.
- Gejala fisik seperti banyak wanita sulit bernafas atau perasaan berdebar-debar.

SEGERA PERIKSALAH BILA MENEMUKAN TANDA-TANDA DI ATAS !!!

TANDA BAHAYA NIFAS



OLEH:
RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM.13621386

PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2016

Mengapa penting mengetahui tanda bahaya pada bayi baru lahir ?

- Bayi Baru Lahir gampang sakit. Kalau sakit, cepat menjadi berat dan serius bahkan bisa meninggal
- Gejala sakit pada Bayi Baru Lahir sulit dikenali
- Dengan mengetahui tanda bahaya, bayi akan cepat mendapat pertolongan sehingga dapat mencegah kematian

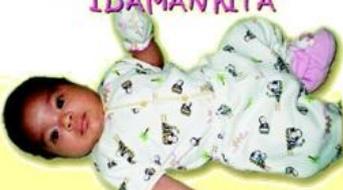
Bayi baru lahir banyak yang meninggal karena :

- Terlambat mengetahui tanda bahaya
- Terlambat memutuskan untuk membawa bayi berobat ke dokter/bidan/perawat
- Terlambat sampai ke tempat pengobatan

Apa saja tanda bahaya pada bayi baru lahir ?

1. Tidak mau menyusu atau memuntahkan semua yang diminum. Ini tandanya bayi terkena infeksi berat
2. Bayi kejang
Kejang pada Bayi Baru Lahir kadang sulit dibedakan dengan gerakan normal. Jika melihat gejala/gerakan yang tidak biasa dan terjadi secara berulang-ulang (menguap, mengunyah, mengisap, mata berkedip-kedip, mata mendelik, bola mata berputar-putar, kaki seperti mengayuh sepeda) yang tidak berhenti jika bayi disentuh atau dielus-elus, kemungkinan bayi kejang.
3. Bayi lemah, bergerak hanya jika dipegang. Ini tandanya bayi sakit berat
4. Sesak napas (- 60 kali/menit)
5. Bayi merintih. Ini tanda bayi sakit berat
6. Pusing kemerahan sampai dinding perut. Jika kemerahan sudah sampai ke dinding perut, tandanya sudah infeksi berat
7. Demam (suhu tubuh bayi lebih dari 37,5° C) atau tubuh terasa dingin (suhu tubuh bayi kurang dari 36,5° C)
8. Mata bayi berranah banyak. Ini dapat menyebabkan bayi menjadi buta.
9. Bayi diare, mata cekung, tidak sadar, jika kulit perut di cubit akan kembali lambat. Ini tandanya bayi kekurangan cairan yang berat, bisa menyebabkan kematian.
10. Kulit bayi terlihat kuning. Kuning pada bayi berbahaya jika muncul pada :
11. Buang air besar/tinja bayi berwarna pucat

ANAK SEHAT IDAMANKITA






SEGERA !!!
PERIKSAKAN BAYI KE DOKTER/ BIDAN/PERAWAT JIKA MENEMUKAN SATU ATAU LEBIH TANDA BAHAYA PADA BAYI

Usahkan bayi tetap hangat selama dalam perjalanan ke tempat pemeriksaan dengan cara :

1. Membungkus atau menyelimuti bayi dengan kain yang kering, hangat dan tebal
2. Jangan meletakkan bayi di tepi jendela atau pintu kendaraan
3. Kalau memungkinkan dapat pula dilakukan Perawatan Bayi Melekat (Kangaroo Mother Care)
4. Bayi terus disusui selama dalam perjalanan

Waspadalah !!! Kenalisegera Tanda-tanda Bahaya pada bayi ANDA





Perawatan bayi melekat

TANDA-TANDA BAHAYA Bayi baru lahir

OLEH:
RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2016

PENGERTIAN

Perawatan payudara setelah melahirkan adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar dan teratur untuk memelihara kesehatan payudara dengan harapan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah sumbatan saluran susu, sehingga memperlancar ASI

Manfaatnya

- Memelihara kebersihan payudara agar tetap bersih dan sehat, terutama kebersihan puting susu agar terhindar dari infeksi
- Memperlancar peredaran darah
- Melenturkan dan mengenyalkan puting susu agar bayi enak dan senang menyusu
- Mengatasi puting susu datar/masuk ke dalam
- Merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga memperlancar keluarnya ASI



Masalah yg sering Terjadi

- ✓ Puting susu masuk ke dalam
- ✓ Anak susah dan atau malas menghisap ASI
- ✓ ASI lama keluar
- ✓ Produksi ASI terbatas
- ✓ Pembengkakan pada payudara
- ✓ Payudara meradang
- ✓ Payudara kotor
- ✓ Ibu belum siap menyusui
- ✓ Kulit payudara terutama puting akan mudah lecet.

A
l
a
r
a
B
u
k
u

- > Handuk
- > minyak kelapa (baby oil)
- > air hangat
- > air dingin
- > baskom untuk air hangat dan air dingin,
- > washlap/kapas.

Langkah-langkah

1. Mencuci tangan



2. Duduk dengan nyaman
3. Melepaskan pakaian yang menutup payudara
4. Kompres puting susu dengan kapas minyak baby oil selama = 2 menit untuk melembaskan sekaligus mengangkat kotoran pada puting susu.
5. Basahi kedua telapak tangan dengan minyak, letakkan antara kedua payudara.



6. Kedua telapak tangan di urut dari tengah ke atas, kesamping, ke bawah, payudara diangkat terus dilepas, lakukan 20-30 kali.



7. Telapak tangan kiri menopang payudara kiri, tangan kanan menggenggam dan dengan tulang sendi/buku-buku jari, payudara diturut dari pangkal payudara ke arah puting susu, lakukan 20-30 kali setiap payudara.



8. Memegang pangkal payudara dengan kedua tangan lalu urut dari pangkal payudara ke arah puting susu sebanyak 1 kali untuk setiap payudara.



9. Telapak tangan kiri menopang payudara kiri, kelima ujung jari tangan kanan mengetuk payudara kiri dengan arah melingkar, lakukan 20-30 kali setiap payudara. Lakukan juga pada payudara sebelah kanan.



10. Untuk puting susu datar atau masuk ke dalam:
 - a) jari telunjuk dan ibu jari mengurut/menarik daerah sekitar puting susu ke depan dan di arah kan ke arah berlawanan (kanan-kiri, atas-bawah) sampai merata, lakukan sebanyak 20-30 kali setiap payudara.
 - b) Memutar puting susu ke arah kanan dan kiri dengan gerakan seperti memutar turner radio, lakukan 20-30kali setiap payudara.



11. Untuk perangsangan, selesai pengurutan diteruskan dengan penyiraman payudara atau dibersihkan dengan washlap menggunakan air hangat dahulu, lalu dengan air dingin bergantian selama 5 menit. Setelah itu pakailah BH yang nyaman dan menopang.

PERAWATAN PAYUDARA NIFAS



Oleh:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2016

Pengertian

Kontrasepsi implan atau yang juga disebut dengan alat kontrasepsi bawah kulit (AKBK). Yaitu alat kontrasepsi kombinasi yang berupa batang silastik atau batang putih lentur yang nantinya dipasang dibawah kulit lengan ibu yang fungsinya untuk mencegah kehamilan.

CARA KERJA

- Lendir servik menjadi kental.
- Mengganggu proses pembentukan endometrium sehingga sulit terjadi implantasi.
- Mengurangi transportasi sperma.
- Menekan ovulasi.

KEUNTUNGAN

- Kontrasepsi**
 - Daya guna tinggi
 - Perlindungan jangka panjang (sampai dengan 5 tahun)
 - Pengembalian tingkat kesuburan yang cepat setelah pencabutan.
 - Tidak memerlukan pemeriksaan dalam.
 - Bebas dari pengaruh estrogen
 - Tidak mengganggu ASI.
 - Tidak mengganggu kegiatan senggama.
 - Klien hanya perlu kembali ke klinik bila ada

keluhan.

- Dapat dicabut setiap saat sesuai dengan kebutuhan klien.

2. Non Kontrasepsi

- Mengurangi nyeri haid
- Mengurangi jumlah darah haid
- Mengurangi/menperbaiki anemia.
- Melindungi terjadinya kanker endometrium
- Menurunkan angka kejadian tumor jinak payudara.
- Melindungi diri dari beberapa penyebab penyakit radang panggul.
- Menurunkan angka kejadian endometriosis.

KERUGIAN DAN EFEK SAMPING

- Menyebabkan perubahan pola haid berupa perdarahan bercak (spotting), hipermenorea, atau meningkatnya jumlah darah haid, serta menorea.
- Nyeri kepala
- Peningkatan/penurunan berat badan.
- Nyeri payudara.
- Perasaan mual.
- Perubahan perasaan (mood) atau kegelisahan (nervousness).
- Membutuhkan tindak pembedahan minor untuk insersi dan pencabutan.
- Tidak memberikan efek protektif

terhadap infeksi menular seksual termasuk aids.

- Klien tidak dapat menghentikan sendiri pemakaian kontrasepsi ini sesuai dengan keinginan, akan tetapi harus pergi ke klinik untuk pencabutan.
- Efektifitasnya menurun bila menggunakan obat-obat tuberkulosis (rimpafisin) atau obat epilepsi (fenitoin dan karbiturat).
- Terjadinya kehamilan ektopik sedikit lebih tinggi (1,3 per 100.000 perempuan pertahun).

Yang Boleh Menggunakan Implan

- Usia reproduksi
- Telah memiliki anak ataupun yang belum.
- Menghendaki kontrasepsi yang memiliki efektifitas tinggi dan menghendaki pencegahan kehamilan jangka panjang.
- Menyusui dan membutuhkan kontrasepsi.
- Pascakeguguran.
- Tidak menginginkan anak lagi, tetapi menolak sterilisasi.
- Riwayat kehamilan ektopik.
- Tekanan darah <180/110 mmhg, dengan masalah pembekuan darah atau anemia bulan sabit (sickle cell).

- Tidak boleh menggunakan kontrasepsi hormonal yang mengandung estrogen. Sering lupa menggunakan pil.

YANG TIDAK BOLEH MENGGUNAKAN IMPLAN

- Hamil atau diduga hamil
- Perdarahan pervagina yang belum jelas penyebabnya.
- Benjolan/kanker payudara atau riwayat kanker payudara.
- Tidak dapat menerima perubahan pola haid yang terjadi.
- Mioma uterus dan kanker payudara.
- Gangguan toleransi glukosa.

WAKTU MENGGUNAKAN IMPLAN

- Setiap saat selama siklus haid hari ke-2 sampai hari ke-7.
- Jika kontrasepsi sebelumnya adalah suntikan, implan dapat dipasang pada saat jadwal suntikan tersebut.
- Bila kontrasepsi sebelumnya adalah AKDR dan klien ingin menggantinya dengan implan, pemasangan dapat dilakukan pada saat haid hari ke-7 dan ibu jangan melakukan

- hubungan seksual selama 7 hari atau menggunakan kontrasepsi lain untuk 7 hari saja setelah pemasangan. AKDR segera dicabut.
- Pasca keguguran implan bisa segera dipasang.

**YUKK...
Ikut KB !!!**

IMPLAN



Oleh:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2016

APA ITU IMUNISASI ?

Imunisasi adalah : suatu usaha untuk memberikan kekebalan secara aktif pada bayi atau anak terhadap penyakit tertentu, dengan memasukkan vaksin (bibit penyakit yang telah dimatikan/dilemahkan)

APA MANFAAT/TUJUAN DIBERIKANNYA IMUNISASI PADA ANAK ?

1. Daya tahan / kekebalan tubuh anak meningkat.



2. Pencegahan timbulnya beberapa penyakit pada anak antara lain :

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

SIAPA SAJA YANG PERLU MENDAPAT IMUNISASI ?

- ✓ Semua Orang Terutama Bayi Dan Anak
- ✓ Semua Orang Yang Kontak Dengan Penyakit Menular.

KAPAN SEBAIKNYA IMUNISASI DIBERIKAN ?

“ Secepatnya atau sedini mungkin “
(Sesuai jadwal Imunisasi)

APAKAH IMUNISASI HARUS DIBERIKAN PADA SAAT ANAK ATAU BAYI DALAM KEADAAN SEHAT ?

Sebaiknya demikian, tetapi penyakit seperti batuk, pilek, sedikit mencret dan gizi agak kurang tidak merupakan halangan untuk diberikannya imunisasi.

EFEK SAMPING DARI VAKSINASI.

1. BCG, dua minggu setelah imunisasi terjadi pembengkakan kecil dan merah di tempat suntikan, seterusnya timbul bisul kecil dan menjadi luka parut.
2. DPT, umumnya bayi menderita panas sore hari setelah mendapatkan imunisasi, tetapi akan turun dalam 1 - 2 hari. Di tempat suntikan merah dan bengkak serta sakit, walaupun demikian tidak berbahaya dan akan sembuh sendiri.
3. Campak, panas dan umumnya disertai kemerahan yang timbul 4 - 10 hari setelah penyuntikan.

JENIS-JENIS VAKSIN YANG DIBERIKAN SAAT IMUNISASI ANTARA LAIN :

1. BCG : dengan suntikan pada lengan kanan atas sebelah dalam.



2. DPT : suntikan ke dalam otot di pangkal paha.



3. Campak : suntikan di lengan kiri atas.
4. HB : suntikan pada lengan.
5. Polio : diberikan peroral yaitu diteteskan ke mulut.



KEGUNAAN VAKSIN

1. BCG : memberi kekebalan pada penyakit TBC
2. DPT : memberi kekebalan pada penyakit difteri, batuk rejan dan tetanus.
3. Polio : memberi kekebalan pada penyakit poliomielititis.
4. Campak: memberi kekebalan pada penyakit campak.
5. HB : memberi kekebalan pada penyakit hepatitis B

JADWAL IMUNISASI PADA BAYI DAN ANAK

Vaksin	Pemberian imunisasi	Selang Waktu	Umur
BCG	1x		0-11 bulan
DPT	3x (1,2,3)	4 minggu	2-11 bulan
Polio	4x (1,2,3,4)	4 minggu	0-11 bulan
Campak	1x		9-11 bulan
HB	3x (1,2,3)	4 minggu	0-11 bulan

DI MANA IMUNISASI DAPAT DIPEROLEH ??

- > Rumah sakit
- > Puskesmas
- > BKIA Rumah Bersalin
- > Posyandu
- > Praktek Dokter Swasta (terutama dokter spesialis anak)



IMUNISASI



Oleh:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2016

PENGERTIAN ALAT KONTRASEPSI

Alat kontrasepsi merupakan alat yang digunakan untuk mencegah terjadinya suatu kehamilan.

MACAMNYA...

1. Kontrasepsi hormonal

a. *Pil oral kombinasi*

Kebelian :

- Memiliki efektivitas yang tinggi
- Resiko terhadap kesehatan sangat kecil
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Siklus haid teratur, tidak terjadi nyeri haid
- Dapat digunakan jangka panjang selama wanita itu ingin menggunakannya
- Mudah dibatalkan setiap saat dan kesuburan akan kembali setelah dibatalkannya
- Untuk kontrasepsi darurat

Kekurangan :

- Mual dan mabokan karena harus menggunakannya setiap hari
- Mual, terutama pada 3 bulan pertama
- Perdarahan bercak/spotting terutama 3 bulan pertama
- Nyeri payudara, BB mengalami kenaikan, tidak untuk wanita menyusui
- Meningkatkan TD

b. *Suntik 3 bulan*

Kebelian :

- Sangat efektif untuk pencegahan kehamilan jangka panjang
- Tidak mempengaruhi hubungan suami istri
- Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak pada penyakit jantung
- Tidak berpengaruh terhadap ASI

Kekurangan :

- Sering ditemukan gangguan haid seperti spotting, siklus memanjang dan memendek
- Klien bergantung pelayanan kesehatan dan tidak dapat dihentikan sewaktu-waktu

- Peningkatan BB dan terlambat kembali ke kesuburan setelah penghentian pemakaian

c. *Suntik 1 bulan*

Kebelian :

- Resiko terhadap kesehatan kecil, tidak mempengaruhi hubungan suami istri
- Tidak diperlukan pemeriksaan dalam dan metode jangka panjang
- Efek samping yang kecil
- Klien tidak perlu menyimpan obat suntik

Kekurangan :

- Terjadi perubahan pola haid, spotting, perdarahan sela sampai 10 hari
- Mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan
- Ketergantungan terhadap pelayanan kesehatan
- Peningkatan BB dan terlambat kembali kesuburannya

d. *Implan*

Keuntungan :

- Daya guna tinggi, perlindungan jangka panjang (5 tahun), pengembalian tingkat kesuburan yang cepat setelah pencabutan
- Tidak memerlukan pemeriksaan dalam, bebas dari pengaruh estrogen, tidak mengganggu coitus dan tidak mempengaruhi ASI
- Klien kontrol ke klinik jika ada keluhan dan dapat dilakukan pencabutan setiap saat sesuai dengan kesuburan

Kekurangan :

- Perubahan pola haid
- Nyeri kepala dan nyeri dada
- Peningkatan pendarahan BB
- Memerlukan pembedahan minor untuk pemasangan dan pelepasan

2. Kontrasepsi non hormonal

AKDR (IUD)

Keuntungan :

- Tidak mempengaruhi hubungan seksual.
- Meningkatkan kenyamanan hubungan seksual.
- Tidak mempengaruhi ASI.
- Metode jangka panjang

- Dapat digunakan sampai menopause.

Kekurangan :

- Efek samping yang mungkin terjadi:
- Menstruasi menjadi lebih lama dan banyak
- Perubahan siklus haid (umumnya pada 3 bulan pertama)
- Perdarahan ireguler (spotting) di antara menstruasi
- Saat haid lebih sakit

3. Kontrasepsi Alami

a. *Coitus interruptus (cergama terputus)*

Keuntungan :

- Efektif bila dilaksanakan dengan benar
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Dapat digunakan sebagai pendukung metode KB lainnya
- Tidak ada efek samping
- Tidak memerlukan alat

Kekurangan :

- Memurus kenikmatan dalam berhubungan seksual
- Efektivitas menurun apabila sperma dalam 24 jam sejak ejakulasi masih melekat pada penis

b. *Kalender*

Metode KS dengan tidak melakukan senggama pada masa subur, efektivitasnya 75%-80%, pengertian ante pasangan harus dihindarkan, faktor kegagalan karena salah menghitung masa subur dan siklus haid yg tidak teratur. Masa subur siklus terpanjang dikurangi 11 dan siklus terpendek dikurangi 18.

c. *MAL (metode amenorea laktari)*

Keuntungan :

- Efektivitas tinggi
- Segera efektif
- Tidak mengganggu senggama
- Tidak ada efek samping secara sistemik
- Tidak perlu pengawasan medis
- Tidak perlu obat atau alat
- Tanpa biaya

Kekurangan :

- Perlu persiapan sejak perawatan kehamilan agar

- segera menyusui dalam 30 menit pasca persalinan
- Mungkin sulit dilakukan karena kondisi sosial
- Efektivitas tinggi hanya sampai kembalinya haid atau sampai dengan 6 bulan
- Tidak melindungi terhadap infeksi menular seksual termasuk hepatitis B (HBV) dan HIV/AIDS.
- Yang dapat menggunakan MAL adalah ibu yang menyusui secara eksklusif, bayinya berusia kurang dari 6 bulanan belum mendapat haid setelah melahirkan.

4. Kontrasepsi dengan Alat

a. *Kondom*

Kebelian :

- Tidak mengganggu produksi ASI.
- Mencegah PMS
- Mencegah ejakulasi dini.
- Mencegah terjadinya kanker serviks.
- Mencegah immunofertilitas.
- Murah dan dapat dibeli secara umum.
- Memberi dorongan suami untuk ber KB.

Kekurangan :

- Efektivitas tidak terlalu tinggi
- Cara penggunaan mempengaruhi keberhasilan kontrasepsi
- Mengganggu hubungan seksual
- Harus selalu sedia setiap kali hubungan seksual

b. *Spermitida*

Kebelian :

- Tidak mengganggu produksi ASI
- Efektif seketika
- Bisa digunakan sebagai pendukung metode lain
- Tidak mengganggu kesehatan klien
- Mudah digunakan
- Tidak perlu resep dokter

Kekurangan :

- Efektivitas kurang
- Ketergantungan pengguna
- Pengguna harus menunggu 10-15 menit setelah pemakaian sebelum melakukan hubungan seksual
- Efektivitas pemakaian hanya 1-2 jam

c. *Diaphragma*

Kebelian :

- Tidak mengganggu produksi ASI
- Efektif bila digunakan dengan benar
- Tidak mengganggu hubungan seksual karena telah terpasang sampai 6 jam sebelumnya
- Tidak mengganggu kesehatan klien

Kekurangan :

- Keberhasilan tergantung pada kepatuhan pemakaian
- Pada beberapa pengguna menjadi penyebab infeksi saluran kencing
- 6 jam pasca berhubungan seksual, alat masih harus berada di posisinya

5. Kontrasepsi mantap

a. *Tubektomi (MOT)*

Pengikatan/pemotongan tuba fallopi kiri dan kanan pada wanita untuk mencegah transport ovum dari ovarium melalui tuba ke arah uterus, dilakukan dengan cara operasi, efektivitas : tinggi, reversibilitas : rendah, disebut kontrasepsi mantap

b. *Vasektomi (MOP)*

Pengikatan/pemotongan vas deferens kiri dan kanan pada pria untuk mencegah transport spermatozoa dari testis, dilakukan dengan cara operasi kecil / minor surgery, efektivitas : tinggi, reversibilitas : rendah, disebut kontrasepsi mantap.

KONTRASEPSI



Oleh:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM

NIM. 13621386

PRODI DIII KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2016

KEPUTIHAN



Oleh:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

PRODI DIH KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

PENGERTIAN

Keputihan (flour albus) adalah cairan yang berlebihan yang keluar dari vagina.

Keputihan bisa bersifat fisiologis (dalam keadaan normal) namun bisa juga bersifat patologis (karena penyakit).



CIRI KEPUTIHAN

- Keputihan Fisiologis (Normal)
 - Berwarna jernih
 - Tidak berbau
 - Tidak terasa gatal atau panas pada daerah vagina



- Keputihan Patologis (Tidak normal/penyakit)
 - Warna tidak jernih, biasanya keruh seperti susu, kekuningan bahkan sampai kehijauan
 - Berbau
 - Terasa gatal atau panas pada daerah vagina



PENYEBAB KEPUTIHAN

Banyak hal yang membuat wanita rawan terkena keputihan. Keputihan pada ibu hamil biasanya wajar. Keputihan pada ibu hamil disebabkan karena pengaruh hormon estrogen.

Sedangkan penyebab keputihan patologis ini dikarenakan kuman. Flora normal di dalam vagina membantu menjaga keasaman pH vagina, pada keadaan yang optimal, pH vagina seharusnya antara 3,5-5,5. flora normal ini bisa terganggu

Misalnya karena pemakaian antiseptik untuk daerah vagina bagian dalam. Ketidakseimbangan ini dapat mengakibatkan tumbuhnya jamur dan kuman-kuman yang lain.



CARA PENCEGAHAN

- Menjaga kebersihan daerah vagina
- Menggunting atau membersihkan bulu vagina (pubis) yang terlalu tebal, karena bisa dijadikan tempat sembunyi kuman.
- Membilas vagina dengan cara yang benar (depan-belakang, ke arah anus)

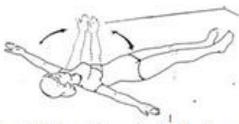
- Jangan suka tukar-tukaran celana dalam menggunakan celana dalam bersama dengan teman wanita lainnya
- Jangan menggunakan handuk bersamaan (suka tukar-tukaran handuk)
- Hindari terlalu sering memakai bedak talk di sekitar vagina, tisu harum, atau tisu toilet. Ini akan membuat vagina kerap teriritasi.
- Hindari suasana vagina lembab berkepanjangan karena pemakaian celana dalam yang basah, jarang diganti, tidak menyerap keringat, atau memakai celana jins terlalu ketat.

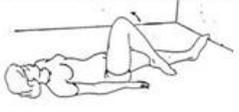
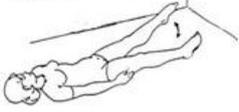


- Lebih berhati-hati dalam menggunakan sarana toilet umum
- Jalani Pola hidup sehat, cukup tidur, olah raga teratur, makan makanan dengan gizi yang seimbang.
- Hindari gonta-ganti pasangan seksual (seks bebas)
- Bagi wanita yang sudah melakukan hubungan seksual, setiap tahun harus melakukan papsmear untuk mendeteksi peragai sel-sel yang ada di mulut dan leher rahim.

KENALI TANDANYA

PERIKSAKAN MASALAHNYA

<p style="text-align: center;">PENGERTIAN</p> <p>Senam nifas adalah senam yang bertujuan untuk mengembalikan otot-otot terutama rahim dan perut kekeadaan semula atau mendekati sebelum hamil.</p> <p>TUJUAN:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Memperlancar terjadinya proses involusi uterus (kembali nya rahim ke bentuk semula). ➢ Mempercepat pemulihan kondisi tubuh ibu setelah melahirkan pada kondisi semula. ➢ Mencegah komplikasi yang mungkin timbul selama menjalani masa nifas. ➢ Memelihara dan memperkuat kekuatan otot perut, otot dasar panggul, serta otot pergerakan. ➢ Memperbaiki sirkulasi darah, sikap tubuh setelah hamil dan melahirkan, tonus otot pelvis, regangan otot tungkai bawah. ➢ Menghindari pembengkakan pada pergelangan kaki dan mencegah timbulnya varises. 	<p style="text-align: center;">LANGKAH-LANGKAH</p> <p>Dengan mulut tertutup, tarik dan tiupkan nafas dengan lembut, juga cukup santai serta biarkan dinding perut naik dengan tarikan nafas dan turun dengan pengeluaran nafas.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sikap tubuh terlentang dan rileks, kemudian lakukan pernafasan perut diawali dengan mengambil nafas melalui hidung dan tahan 3 detik kemudian buang melalui mulut, Lakukan 5-10 kali.   <ol style="list-style-type: none"> 2. Relaksasikan kedua kelompok otot dengan hati-hati dan kontraksikan otot-otot pinggang bahwa untuk membuat saluran dibawahnya. 	 <ol style="list-style-type: none"> 3. Sikap tubuh terlentang, kedua kaki agak dibengkokkan sehingga kedua telapak kaki berada dibawah. Lalu angkat pantat ibu dan tahan hingga hitungan ketiga lalu turunkan pantat keposisi semula.  <ol style="list-style-type: none"> 4. Posisi kaki sebelah kiri ditekuk, kaki sebelah kanan dipanjangkan dan tangan sebelah kanan diangkat ke atas sambil leher diangkat sedikit keatas dilakukan sambil bergantian dengan tangan kiri.  <ol style="list-style-type: none"> 5. Posisi kaki kiri dipanjangkan, kaki kanan ditekuk lalu dipanjangkan lagi, lakukan secara bergantian dengan kaki kiri dan kanan
--	--	---

 <ol style="list-style-type: none"> 6. Posisi kaki dipanjangkan keduanya, kemudian kaki kiri berjauhan dengan kaki kanan dan dirapatkan lagi, dilakukan secara bergantian dengan kaki kanan.   <ol style="list-style-type: none"> 7. Posisi kaki diangkat keduanya secara tegap lurus lalu ditahan sebentar lalu diturunkan lagi. Merangkak dengan tangan tepat dibawah bahu dan lutut tepat dibawah panggul 	 <ol style="list-style-type: none"> 8. Posisi badan terlentang kemudian badan dan tangan dibawah kepala lalu diangkat kaki lurus kedepan dilakukan sampai beberapa kali.  <p style="text-align: center;">MANFAAT SENAM NIFAS</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Membantu penyembuhan rahim, perut, dan mempercepat kembalinya bagian-bagian tersebut ke bentuk normal. b. Menambah kemampuan menghadapi stress dan bersantai sehingga mengurangi depresi masa nifas. 	<h1 style="text-align: center; color: red;">Senam Nifas</h1>  <p style="text-align: center;">OLEH: RIZKY DWI CAHYANINGRUM NIM. 13621386</p> <p style="text-align: center;">PRODI DIII KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO 2016</p>
---	---	---

<h2 style="text-align: center;">PENGERTIAN</h2> <p>Gizi ibu nifas adalah gizi yang dibutuhkan oleh ibu pada masa nifas.</p> <h3 style="text-align: center;">MANFAATNYA...</h3> <ol style="list-style-type: none"> Memulihkan kondisi tubuh ibu setelah melahirkan Memproduksi ASI yang cukup Meningkatkan daya tahan terhadap penyakit dan infeksi meningkatkan kebugaran/stamina Memelihara kadar vitamin yang larut dalam ASI Memberi cukup vitamin A 	<h3 style="text-align: center;">APAA SIH MAKANAN YANG DIANJURKAN ????</h3> <p>Semua jenis makanan yang mengandung gizi dan nutrisi seimbang terutama mengandung kalori dan protein tinggi.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> > Sayur bunga turi > Daun katuk > Kacang-kacangan. 	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div> <h3 style="text-align: center;">DAMPAK KEKURANGAN GIZI PADA IBU NIFAS DAN MENYUSUI</h3> <ol style="list-style-type: none"> Tubuh ibu lemas karena kurang gizi Luka-luka persalinan sembuh dalam waktu yang relatif lebih lama Gangguan kesehatan pada bayi pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu bayi mudah sakit/terkena infeksi <div style="text-align: center;">  </div>
---	--	--



<h3 style="text-align: center;">MINUMAN YANG HARUS DIHINDARI</h3> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Minuman beralkohol <input checked="" type="checkbox"/> Minum kopi yang berlebihan <input checked="" type="checkbox"/> Merokok <input checked="" type="checkbox"/> Obat tanpa resep dokter <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;"> <p>Semua jenis makanan boleh dimakan oleh ibu menyusui/nifas.</p> </div>	<h4 style="text-align: center;">Contoh menu</h4> <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">Waktu makan</th> <th>Menu</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Jam 07.00</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi ▪ Sayur kacang panjang ▪ Tempe goreng </td> </tr> <tr> <td>Jam 10.00</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bubur kacang hijau ▪ Pisang kepok </td> </tr> <tr> <td>Jam 12.00</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi ▪ Sayur bayam + jagung muda ▪ Pepes ikan ▪ Pepaya </td> </tr> <tr> <td>Jam 16.00</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kue onde-onde isi kacang hijau ▪ Teh manis </td> </tr> <tr> <td>Jam 18.00</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi Pecel: kangkung + kecambah + kacang panjang ▪ Tahu goreng </td> </tr> <tr> <td>Jam 20.00</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pisang ambon </td> </tr> </tbody> </table>	Waktu makan	Menu	Jam 07.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi ▪ Sayur kacang panjang ▪ Tempe goreng 	Jam 10.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bubur kacang hijau ▪ Pisang kepok 	Jam 12.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi ▪ Sayur bayam + jagung muda ▪ Pepes ikan ▪ Pepaya 	Jam 16.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kue onde-onde isi kacang hijau ▪ Teh manis 	Jam 18.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi Pecel: kangkung + kecambah + kacang panjang ▪ Tahu goreng 	Jam 20.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pisang ambon 	<h2 style="text-align: center;">GIZI PADA IBU NIFAS</h2> <h3 style="text-align: center;">GIZI PADA IBU NIFAS</h3> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">Oleh: RIZKY DWI CAHYANINGRUM NIM. 13621386</p> <p style="text-align: center;">PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO 2016</p>
Waktu makan	Menu															
Jam 07.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi ▪ Sayur kacang panjang ▪ Tempe goreng 															
Jam 10.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bubur kacang hijau ▪ Pisang kepok 															
Jam 12.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi ▪ Sayur bayam + jagung muda ▪ Pepes ikan ▪ Pepaya 															
Jam 16.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kue onde-onde isi kacang hijau ▪ Teh manis 															
Jam 18.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nasi Pecel: kangkung + kecambah + kacang panjang ▪ Tahu goreng 															
Jam 20.00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pisang ambon 															

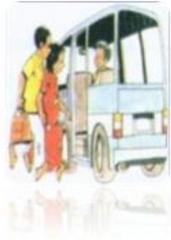
<p>Memandikan Bayi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tuang air dingin ke dalam bak mandi, baru kemudian air panas. Dengan begitu, dasar bak mandi tidak panas. Idealnya, suhu air mandi bayi sampai usia 2 bulan adalah 40°C. Setelah usia itu, boleh kok diturunkan sampai 27°C. Ukur suhu air dengan termometer khusus atau siku anda.  <ol style="list-style-type: none"> 2. Siram tubuh bayi dengan air, lalu cucilah rambutnya. Sabuni seluruh tubuh bayi dengan sabun bayi, termasuk lipatan-lipatan di kaki, tangan, paha, dan leher. 3. Angkat bayi dengan cara selipkan tangan kiri Anda di bawah tengkuknya, lalu pegang erat-erat ketiaknya, tangan kanan Anda bisa memegang tubuhnya. 4. Masukkan bayi ke bak mandinya. Sangga kepala dan ketiaknya dengan tangan kiri Anda, sementara tangan kanan membersihkan sabun di seluruh tubuh. 5. Untuk membersihkan punggungnya, balikkan tubuh bayi dengan cara sangga tubuhnya dari 	<p>pegang erat ketiaknya dengan tangan kiri Anda, lalu tangan kanan digosokkan pada punggung bayi.</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Angkat bayi dari air, lalu bungkus dengan handuk. 7. Keringkan tubuhnya dengan cara menekan-nekan handuk. <p>Mencuci rambut</p> <p>Cuci rambut bayi dengan sampo bayi. Pegang kepalanya erat-erat dan jaga jangan sampai sampo masuk ke dalam matanya.</p>  <p>Membersihkan mata, hidung dan telinga</p> <p>Mata</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Bersihkan mata dari arah dalam ke luar dengan bola kapas yang sudah dicelup dalam air hangat. b. Ganti kapas setiap kali membersihkan mata, agar tidak terjadi perpindahan kuman. c. Gunakan tisu untuk mengeringkan mata. 	<p>Hidung</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Untuk membersihkan cuping hidung gunakan kapas bertangkai yang juga sudah dicelup dalam air hangat. b. Ganti kapas bertangkai untuk cuping hidung lainnya. <p>Telinga</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Bersihkan daun telinga saja. Lubang telinga sebaiknya tidak diutak-atik, karena takut malah melukai.  <ol style="list-style-type: none"> b. Daun telinga (bagian depan dan belakangnya) dibersihkan dengan kapas bertangkai yang diolesi baby oil. c. Ganti kapas bertangkai baru untuk daun telinga lainnya. d. Keringkan telinga bayi Anda dengan handuk lembut. <p>Merawat tali pusat</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Selalu mencuci tangan sebelum melakukan perawatan tali pusat ✓ Biarkan tali pusat terbuka dan selalu dalam keadaan kering ✓ Saat mandi, bersihkan tali pusat dengan sabun. Setelah selesai keringkan dengan handuk lembut atau cukup diangin-anginkan.
---	---	---



<ul style="list-style-type: none"> ✓ Saat ini tidak dianjurkan lagi membungkus tali pusat dengan kassa steril yang dibasahi alkohol 70% ✓ Bila tali pusat sudah lepas (<i>puput</i>), oleskan bekas pangkalnya dengan <i>Betadine Solution</i> selama masih tampak basah dengan menggunakan <i>cotton bud</i>.  <p>Merawat Alat Kelamin</p> <ul style="list-style-type: none"> > Perhatikan kebersihan pada lipatan paha, jaga agar tetap kering dan jangan menggunakan bedak. > Cara membersihkan alat kelamin perempuan adalah dimulai dari depan (vagina) ke arah belakang (anus). > Cara membersihkan alat kelamin laki-laki adalah dengan membersihkan bagian buah zakarnya dan ujung penis. > Catatan: Bayi perempuan terkadang ada yang mengeluarkan haid selama 3 - 5 hari, ada juga yang buah dadanya membesar. Hal ini terjadi karena masih ada pengaruh sisa hormon ibu sewaktu hamil dan akan menghilang dengan sendirinya. Jangan dipijat. <p>Pola Tidur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasang kelambu pada saat bayi tidur siang atau malam. • Tidurkan bayi secara telentang atau miring. • Bayi perlu banyak tidur dan hanya bangun kalau lapar. • Jika bayi telah tidur selama 2-3 jam bangunkan bayi 	<p>untuk disusui.</p>  <p>Menjemur Bayi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bila perlu, jemurlah bayi pada pagi hari antara pukul 07.00 - 08.00 selama 15 - 30 menit, dengan posisi telentang dan tengkurap. 2. Jemurlah bayi saat sebelum mandi. 3. Bukalah baju bayi dan pakailah popok yang minim. 4. Hindari mata dari sinar matahari langsung. 5. Ganti posisi bayi setiap 15 menit. 6. Hindari polusi. <p>Menjaga Kebersihan Bayi</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Untuk bayi dengan pemberian ASI/ullakan lebih sering BAB dan teksturnya lebih encer daripada bayi yang minum susu formula. b. Frekuensi BAB normal adalah 6 - 8 kali sehari. c. Selalu perhatikan bentuk, warna, dan frekuensi BAB bayi. Bila ada perubahan/kelainan, segera konsultasikan dengan dokter. d. Jika bayi kencing atau BAB bersihkan dengan air, segera keringkan dan kenakan pakaian. 	<p>Perawatan Bayi Sehari-hari</p>  <p>OLEH: RIZKY DWI CAHYANINGRUM NIM. 13621386</p> <p>PRODI DIII KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO 2016</p>
---	--	---

<p>APA SIIH PERINEUM ITU ?</p> <p>Perineum adalah daerah yang berada di antara kedua belah paha yang dibatasi oleh vulva dan anus.</p>  <p>Perawatan Perineum Adalah...</p> <p>Upaya pemenuhan kebutuhan untuk menyehatkan daerah antara paha yang dibatasi oleh vulva dan anus pada ibu yang dalam masa kelahiran placenta sampai dengan kembalinya organ genetik seperti pada waktu sebelum hamil.</p>	<p>TUJUAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencegah kontaminasi dari rektum 2. Menangani dengan lembut pada jaringan yang terkena trauma 3. Bersihkan semua keluaran yang menjadi sumber bakteri dan bau.  <p>WAKTU PERAWATAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Saat mandi 2. Setelah buang air kecil 3. Setelah buang air besar. <p>ALAT DAN BAHAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Air Hangat 2. Handuk bersih. 3. Botol 4. Baskom / gayung. 5. Pembalut nifas baru. 6. Antiseptik. 	<p>LANGKAH-LANGKAH</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ganti pembalut wanita setiap 4-6 jam dengan pembalut yang bersih. Letakkan dengan baik sehingga tidak bergeser. 2. Lepaskan pembalut dari muka ke belakang untuk menghindari terjadinya penyebaran bakteri dari anus ke vagina. 3. Alirkan atau bilas air hangat atau cairan antiseptik pada area perineum setelah BAB atau BAK.  <ol style="list-style-type: none"> 4. Keringkan dengan kain pembalut atau handuk bersih dengan cara tepuk-tepuk dan selalu dari arah muka ke belakang. 5. Jangan dipegang sebelum area tersebut pulih. 6. Rasa gatal pada area sekitar jahitan normal dan merupakan tanda penyembuhan. 7. Untuk meredakan rasa tidak enak bisa diatasi dengan merendam air hangat atau kompres dingin dengan kain pembalut.
---	---	---

<ol style="list-style-type: none"> 8. Berbaring pada sisi tubuh hardari berdina terlalu lama untuk mengurangi tekanan pada daerah tersebut. 9. Lakukan latihan kegel sesering mungkin guna merangsang peredaran darah di sekitar perineum. Dengan demikian akan mempercepat penyembuhan dan memperbaiki otot - otot. 10. Jangan terkejut jika anda tidak merasakan apa - apa saat pertama kali berlatih karena area tersebut akan tebal setelah persalinan dan akan pulih secara bertahap dalam beberapa minggu. <p>Faktor yang Mempengaruhi Penyembuhan Luka</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gizi <p>Faktor gizi terutama protein akan sangat mempengaruhi terhadap proses penyembuhan luka pada perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein.</p> 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Obat-obatan <p>Steroid : Dapat menyamarkan adanya infeksi dengan mengganggu respon inflamasi normal.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Budaya dan Keyakinan <p>Budaya dan keyakinan akan mempengaruhi penyembuhan perineum, misalnya kebiasaan tarak telur, ikan dan daging ayam, akan mempengaruhi asupan gizi ibu yang akan sangat mempengaruhi penyembuhan luka.</p>  <p>Hal-hal yang perlu diperhatikan</p> <ul style="list-style-type: none"> ☛ Menjaga agar daerah kemaluan selalu bersih dan kering. ☛ Menghindari pemberian obat tradisional. ☛ Menghindari pemakaian air panas untuk berendam. ☛ Mencuci luka perineum dengan air dan sabun 3-4 x sehari. 	<p>PERAWATAN LUKA PERINEUM</p>  <p>OLEH: RIZKY DWI CAHYANINGRUM NIM.13621386</p> <p>PRODI IHI KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO 2016</p>
---	--	--

<p>PENGERTIAN PERSALINAN</p> <p>Peristiwa lahirnya bayi dari dalam rahim ibu.</p>  <p>Diperlukan bimbingan atau bantuan terhadap ibu untuk mencapai penerimaan diri dalam menghadapi persalinan.</p>	<p>TANDA PERSALINAN</p> <ol style="list-style-type: none"> Lendir campur darah Yang perlu dilakukan : Jika terjadi perdarahan hebat segera periksa. Air ketuban pecah Yang perlu dilakukan : segera hubungi bidan/dokter/rujuk ke puskesmas walaupun belum merasakan kontraksi karena ini bisa menjadi resiko infeksi, gunakan pembalut selama diperjalanan untuk menyerap air ketuban. 	 <ol style="list-style-type: none"> Kontraksi yang teratur Yang harus dilakukan : Jika kontraksi sudah ada setiap 5 menit sekali atau sangat sakit segera bawa ke dokter/bidan /puskesmas terdekat. 
--	--	--

<p>TANDA BAHAYA PERSALINAN</p> <p>Pastikan ibu mengetahui tanda bahaya persalinan, seperti:</p> <ol style="list-style-type: none"> Perdarahan dari jalan lahir Tali pusat atau tangan bayi keluar dari jalan lahir Ibu tidak kuat mengejan Mengalami kejang Ibu gelisah atau mengalami kesakitan yang hebat Air ketuban keruh dan berbau <p>Waspada Tanda di atas</p>	<p>PERSIAPAN YANG PERLU DIRAWA</p> <ol style="list-style-type: none"> Transportasi dan uang Untuk Ibu <ul style="list-style-type: none"> Baju Pakaian dalam Pembalut Korset Perlengkapan ibu Perlengkapan mandi Sandal Untuk Bayi <ul style="list-style-type: none"> Baju bayi Selimut/bedong Kaos kaki dan kaos tangan Papok Gedongan 	<p>TANDA-TANDA DAN TANDA BAHAYA PERSALINAN</p>  <p>Oleh: RIZKY DWI CAHYANINGRUM NIM. 13621386</p> <p>Prati DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo 2016</p>
---	--	--

PERSIAPAN PERSALINAN

Persiapan persalinan yaitu rencana tindakan yang dibuat oleh ibu, anggota keluarga dan bidan untuk menghadapi persalinan dan mengantisipasi kemungkinan-kemungkinan terburuk yang akan terjadi ketika menghadapi persalinan

Persiapan Ibu

1. Telah mengikuti Kelas Ibu Hamil (Ante Natal Care/ANC) setidaknya 4 kali selama kehamilan (1x trimester 1, 1x trimester 2, & 2x trimester 3)
2. Melakukan perawatan yang dilanjutkan selama kehamilan: gizi, perawatan payudara, senam hamil, dll.
3. Siap Mental. Yakin persalinan akan berhasil & menyenangkan
4. Mengerti tanda-tanda persalinan dan segera datang ke pelayanan kesehatan yang sudah direncanakan



Persiapan Keluarga

1. Bersama Ibu merencanakan tempat persalinan (Bidan praktek, Dokter Praktek, Puskesmas, atau Rumah Sakit)
2. Mempersiapkan transportasi bila sewaktu-waktu tanda persalinan muncul (Becak, Mobil, Ambulan, dll)
3. Bersama Ibu mempersiapkan barang yang dibawa ketika persalinan





4. Mempersiapkan pendamping persalinan (Suami, Ayah, Ibu)
5. Mempersiapkan Materi. Kebutuhan uang yang dibutuhkan. Bisa melalui Jampersal atau tabungan pribadi.
6. Mempersiapkan donor darah bila sewaktu-waktu terjadi perdarahan yang banyak kepada ibu





Apa Saja Perlengkapan yang harus dibawa saat Persalinan?

1. Buku KIA
2. Jarit 2 buah, Baju berkancing depan 2 buah




Ibu memakai jarit untuk bersalin dan selepas persalinan. Baju atas adalah baju berkancing yang berba-han dasar kaos (agar tidak panas, dan mudah untuk dilapas serta gampang untuk menyusui).

3. Pembalut persalinan dan celana dalam
4. Perlengkapan untuk bayi baru lahir
5. Dan persiapan pribadi lain untuk menginap di rumah sakit minimal 3 hari.




Pembalut khusus ibu bersalin yang besar dan celana dalam yang nyaman untuk ibu.

Minimal membawa 2 baju bayi, 2 popok bayi, sarung tangan dan kaki bayi, selimut bayi 2 buah, topi bayi 1 buah dan selimut tebal 1. (penggunaan gurita TIDAK DIBOLEHKAN karena dapat menekan perut bayi)

PERSIAPAN PERSALINAN



OLEH :

RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621366

DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

PERAWATAN PAYUDARA IBU HAMIL



Oleh:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

PRODI D-III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

PENGERTIAN

Perawatan payudara saat hamil adalah merawat sedini mungkin payudara ibu pada saat kehamilan untuk mempersiapkan payudara sebagai penghasil ASI serta kebersihannya dan tehnik perawatannya.



MANFAATNYAA...

1. Menjaga kebersihan terutama puting susu sebagai jalur keluarnya ASI
2. Memperkuat puting susu bayi mudah untuk menyusu
3. Merangsang kelenjar-kelenjar air susu yang ada didalam payudara sehingga produksi ASI lebih banyak dan lancar

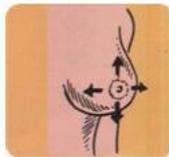
4. Mendeteksi apabila ada kelainan pada payudara secara dini dan melakukan pengobatan secepatnya
5. Mempersiapkan mental calon ibu untuk menyusui bayinya

KERUGIAN TIDAK MERAWAT PAYUDARA PADA SAAT HAMIL

- a) ASI belum keluar saat setelah melahirkan dan Baru keluar setelah hari kedua atau lebih. Hal ini tentu tidak memungkinkan Inisiasi Dini Menyusui pada bayi yang tentu sangat berguna untuk bayi.
- b) Puting susu tidak keluar sehingga mempersulit bayi untuk menghisap ASI.
- c) Produksi ASI sedikit, sehingga untuk memenuhi permintaan bayi harus dengan susu formula.
- d) Terjadi Infeksi pada payudara (bengkak atau bernanah)
- e) Terjadi pada Payudara Ibu yang Menyusui.

BAGAIMANA CARANYA ???

1. Basahi kapas dengan minyak kelapa.



2. Usapkan kapas tersebut ke Puting susu sampai areola mammae (daerah sekitar puting yang berwarna lebih gelap) selama 2-3 menit. Gerakan ini bertujuan untuk memperlunak kotoran atau kerak yang menempel pada puting susu sehingga lebih mudah untuk dibersihkan. Jangan membersihkan puting susu dengan alkohol atau cairan

pembersih yang lain karena dapat menyebabkan puting susu lecet dan iritasi.



3. Lakukan pembersihan Kedua puting susu dan sekitarnya dengan menggunakan handuk kering dan bersih.
4. Pakailah Bra yang longgar namun mampu menopang payudara, dan jangan memakai BH yang ketat dan menekan payudara karena dapat mempengaruhi produksi ASI.



5. Apabila usia kehamilan sudah mencapai 9 bulan, maka perawatan harus lebih hati-hati. Karena dapat memicu kelahiran prematur.

PENGETIAN

Kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi yang disuntikkan ke dalam tubuh dalam jangka waktu tertentu, kemudian masuk ke dalam pembuluh darah diserap sedikit demi sedikit oleh tubuh yang berguna untuk mencegah timbulnya kehamilan.



APA KANDUNGANNYA??

Mengandung 150mg DMPA yang diberikan tiap 3 bulan dengan cara disuntikkan Intra Muskular (di daerah bokong). Depoprovera atau depo methoxy progesterone asetat adalah satu sintesa progesterin yang mempunyai efek seperti progesterone asli dari tubuh wanita.

Cara Kerja

- 1) Mencegah ovulasi
- 2) Mengembalikan lendir serviks sehingga menurunkan kemampuan penetasi sperma
- 3) Menjadikan selaput lendir rahim tipis

KEUNTUNGANNYA YAITU...

- a) Sangat efektif
- b) Pencegahan kehamilan jangka panjang
- c) Tidak berpengaruh terhadap hubungan seksual
- d) Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan gangguan pembekuan darah
- e) Tidak memiliki pengaruh terhadap ASI
- f) Sedikit efek samping
- g) Klien tidak perlu menyimpan obat suntik
- h) Dapat digunakan oleh perempuan usia lebih dari 35 tahun sampai perimenopause
- i) Membantu mencegah kanker endometrium dan kehamilan ektopik
- j) Memurunkan kejadian penyakit jinak payudara
- k) Mencegah beberapa penyebab penyakit radang panggul

KERUGIANNYA

- a) Sering ditamukan gangguan haid
- b) Siklus haid yang memendak atau memanjang
- c) Perdarahan yang banyak atau sedikit
- d) Perdarahan tidak teratur atau perdarahan berak
- e) Tidak haid sama sekali
- f) Klien sangat bergantung pada tempat sarana pelayanan kesehatan
- g) Pemmasalahan berat badan merupakan efek samping terasing
- h) Tidak menjamin perlindungan terhadap penularan infeksi menular seksual, hepatitis B, atau infeksi virus HIV
- i) Terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian.

YANG BOLEH MENGGUNAKAN

- a) Usia reproduksi
- b) Menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan memiliki efektivitas tinggi
- c) Menyusui dan membutuhkan kontrasepsi yang sesuai
- d) Setelah melahirkan dan tidak menyusui
- e) Setelah abortus atau keguguran
- f) Perokok

- g) Tekanan darah kurang dari 180/110 mmHg dengan masalah gangguan pembekuan darah atau anemia
- h) Menggunakan obat untuk epilepsi atau obat tuberkulosis
- i) Sering lupa menggunakan pil kontrasepsi
- j) Mendakati usia menopause

YANG TIDAK BOLEH MENGGUNAKAN

- a) Hamil atau dicurigai hamil
- b) Perdarahan pervaginum yang belum jelas penyebabnya
- c) Tidak dapat menerima terjadinya gangguan haid
- d) Menderita kanker payudara

Waktu Pemberian

- 1) Setelah melahirkan : 6 minggu pasca salin
- 2) Setelah keguguran : segera setelah dilakukan kuretase atau 30 hari setelah keguguran (asal ibu belum hamil lagi)
- 3) Dalam masa haid : Hari pertama sampai hari ke-5 masa haid.
- 4) Lokasi penyuntikan daerah bokong/pantat

INGAT!!!

- 1) Setiap telat haid harus dipikirkan adanya kemungkinan kehamilan.
- 2) Nyeri abdomen bawah yang berat, kemungkinan gejala kehamilan ektopik terganggu.
- 3) Timbulnya abses atau perdarahan tempat suntikan.
- 4) Sakit kepala, migrain, sakit kepala berulang yang berat/kabunnya penglihatan.
- 5) Perdarahan berat yang 2 kali lebih panjang dari masa haid atau 2 kali lebih banyak dalam waktu periode masa haid



SUNTIK 3 BULAN



Oleh:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2016

PENGERTIAN

Perawatan tali pusat adalah tindakan perawatan pada tali pusat bayi baru lahir sejak dipotongnya tali pusat sampai tali pusat puput atau kering dengan tujuan untuk mencegah infeksi pada tali pusat bayi dan mempercepat penyembuhan luka bekas pemotongan tali pusat.

TUJUAN

- Mencegah terjadinya infeksi.
- Mempercepat proses pengeringan tali pusat.
- Mempercepat terlepasnya tali pusat.
- Mencegah terjadinya tetanus pada bayi baru lahir.

ALAT DAN BAHAN

- Air Hangat.
- Kapas.
- Kassa steril.
- Sarung tangan steril

Waktu Perawatan

- > Sehabis mandi pagi atau sore.
- > Sewaktu-waktu bila balutan tali pusat basah oleh air kencing atau kotoran bayi.
- > Lakukan sampai tali pusat puput atau kering.

Cara Perawatan

1. Cuci tangan dengan sabun sampai bersih, keringkan dengan handuk bersih.



2. Turunkan sedikit bagian atas popok agar tidak bersentuhan dengan tali pusat.
3. Buka balutan pada tali pusat yang akan diganti dengan lembut dan hati-hati.

4. Bersihkan tali pusat dan daerah sekitar tali pusat menggunakan kapas yang dibasahi air hangat dengan lembut dan hati-hati. Keringkan tali pusat dan balut kembali dengan menggunakan kassa steril



Tanda Infeksi Tali Pusat

- ✓ Pangkal tali pusat atau sekitarnya berwarna merah atau bengkak



- ✓ Keluar cairan yang berbau dan bernanah
- ✓ Ada darah yang keluar terus menerus

- ✓ Kejang
- ✓ Bayi mengalami demam

HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN

- ⚠ Jangan menggunakan plester dalam membalut tali pusat bayi karena dapat menyebabkan iritasi sekitar daerah tali pusat.
- ⚠ Daerah tali pusat dan sekitarnya harus selalu dalam keadaan kering dan bersih.



- ⚠ Jangan mengoleskan alkohol atau betadine pada tali pusat karena akan menyebabkan tali pusat menjadi lembab.
- ⚠ Lipatlah popok di bawah puntung tali pusat.
- ⚠ Bila terdapat tanda-tanda infeksi pada tali pusat, seperti kemerahan atau mengeluarkan nanah atau darah dan berbau segera hubungi petugas kesehatan.
- ⚠ Jangan membungkus pusar atau mengoleskan bahan atau ramuan apapun ke puntung tali pusat



PERAWATAN TALI PUSAT



OLEH:
RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2016

Pengertian

Teknik menyusui adalah suatu cara pemberian ASI yang dilakukan oleh seorang ibu kepada bayinya, demi mencukupi kebutuhan nutrisi bayi tersebut.

Lama dan frekuensi pemberian ASI sebaiknya tidak dijadwal, sehingga tindakan menyusui bayi dilakukan di setiap saat bayi membutuhkan, karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya.

Manfaat Teknik Menyusui Yang Benar

1. Puting susu tidak lecet
2. Meningkatkan hubungan kasih sayang antara ibu dan bayi dengan baik
3. Mengurangi keluhan capek/pegal pada ibu
4. Bayi menjadi tenang
5. Bayi tidak mengalami gumoh dan tersedak.



CARA MENYUSUI YANG BAIK DAN BENAR

1. Cuci tangan sesudah dan sebelum menyusui
2. Keluarkan ASI sedikit dan dioleskan pada puting dan di sekitar areola payudara
3. Atur posisi menyusui
 - a. Posisi Menyusui Sambil duduk yang Benar



- b. Posisi Menyusui Berbaring Miring



- c. Posisi Menyusui Bila ASI Penuh



d. Posisi Menyusui Bayi Kembar



4. Payudara dipegang dengan ibu jari diatas dan jari yang lain menopang di bawah, jangan menekan puting susu atau areola payudaranya saja.



5. Bayi diberi rangsangan agar membuka mulut (*rooting refleks*) dengan cara menyentuh pipi dengan puting susu dan menyentuh sisi mulut bayi.
6. Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dan puting serta areola payudara dimasukkan ke mulut bayi.

7. Posisi bayi yang benar:

- a. Kepala, leher, dan tubuh bayi dalam satu garis lurus
- b. Badan bayi menghadap ke dada ibu
- c. Badan bayi melekat ke ibu
- d. Seluruh badan bayi tersangga dengan baik, tidak hanya leher dan bahu saja



8. Tanda bayi melekat dengan baik:

- a. Dagu bayi menempel pada payudara ibu
- b. Mulut bayi terbuka lebar
- c. Bibir bawah membuka lebar, lidah terlihat di dalamnya
- d. Areola juga masuk ke mulut bayi, tidak hanya puting susu. Areola bagian atas tampak lebih banyak/lebar

9. Tanda bayi menghisap dengan efektif:

- > Menghisap secara mendalam dan teratur
- > Kadang diselingi istirahat
- > Hanya terdengar suara menelan
- > Tidak terdengar suara mengecap

10. Menyendawakan Bayi

- a. Bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu, kemudian punggungnya ditepuk perlahan-lahan
- b. Bayi tidur tengkurap di pangkuan ibu kemudian punggungnya ditepuk perlahan



Teknik Menyusui



Oleh:

RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM. 13621386

PRODI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO
2016

Lampiran 13

LEMBAR KONSULTASI

LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Tahun 2015/2016

Nama Mahasiswa : RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM : 18621386
Pembimbing I : VIVI PRIMA TWIN PUTRANTI, S.ST, M. Kes
Pembimbing II : RONA RIASMA O, M. Keb

JUDUL
ASUHAN KEBIDANAN CONTINUITY OF CARE PADA NYE MASA HAMIL SAMPAI
DENGAN KB DI BPM YUNI SISWATI

TANGGAL	KETERANGAN	TTD
18/12 2015	Revisi Bab I Latar Belakang, Tujuan penyusunan	QW
22/12 2015	Lanjut Bab II	QW
28/12 2015	Revisi Bab I Latar Belakang	QW
30/12 2015	Lanjut Bab II	QW
5/1 2016	Revisi Bab II Lengkapi tinjauan teori, implementasi cek daftar isi	QW
7/1 2016	cek kelengkapan	QW
15/1 2016	konsul keseluruhan ACC siap ujian	QW QW

20/3/2016	konsep pengkajian	QW
29/3/2016	konsep pengkajian intervensi. SAP leaflet	QW
25/4/2016	Fokus IMC - BBL	QW
25/5/2016	Fokus PNC ke 4. Konseling KB	QW
20/5/2016	konsep hasil PNC ke 4.	QW
10/6/2016	Evaluasi PNC ke 4 dan pemasangan implan. + Bab 4.	QW
14/6/2016	pendahasan	QW
28/6/2016	konsep hasil asuhan	QW
29/7/2016	Acc frap ysan	QW

LEMBAR KONSULTASI
LAPORAN TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Tahun 2015/2016

Nama Mahasiswa : RIZKY DWI CAHYANINGRUM
NIM : 13621386
Pembimbing I : VISI PRIMA TWIN PUTRANTI, S.ST. M. Kes.
Pembimbing II : RONA RIASMA O. M. Keb

JUDUL
ASUHAN KEBIDANAN CONTINUITY OF CARE PADA NYE MASA HAMIL SAMPAI
DENGAN KB DI BPM YUNI SISWATI

TANGGAL	KETERANGAN	TTD
22/12 2015	- perbaikan LB - Cari data tentang kesingangan asuhan	
25/12 2015	- Revisi LB	
28/12 2015	Buat Bab 2	
4/1 2016	revisi Bab 2 perbaikan dan tambahan gambar	
23/1 2016	ACC siap ujian	
25/1 2016	Hasil pengkajian dan asuhan nifas hari ke 8 dan neo hr ke 8 - SOAPIE hanya ul pengkajian di awal	
2/6 2016	Pendokumentasian ANC, INK, BBL	
10/6 2016	Pendokumentasian PNC, NEO, KB	
20/6 2016	Revisi BAB IV - ditambah tinjauan teori BAB V = Saran	
28/7 2016	ACC ujian LTA	