

Lampiran 1



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: akademik@umpo.ac.id website :
www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor: 1242/IV.6/PN/2018
Hal : Permohonan Data Awal

15 Shafar 1439 H
24 Oktobers 2018 M

Kepada
Yth. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kabupaten Ponorogo
Di
PONOROGO

Assalamu'alaikum w. w.

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2018 / 2019, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun Data Awal lingkup Keperawatan, maka bersama ini mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan kemudahan dalam melaksanakan izin data awal Karya Tulis Ilmiah (KTI), dengan pokok permasalahan : **Asuhan keperawatan pada Ibu Post Partum Primipara dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI di RSUD Muhammadiyah Ponorogo**. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama : Ika Wahyuningsih
NIM : 16612834
Jurusan : DIII Keperawatan

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum w. w.

Dekan,

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

Lampiran 2



PEMERINTAH KABUPATEN PONOROGO
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Aloon-aloon Utara Nomor 6 Telepon (0352) 483852
PONOROGO

Kode Pos 63413

REKOMENDASI

Nomor : 072 / 405.30 / 2018

Berdasarkan surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tanggal 24 Oktober 2018, Nomor : 1242/IV.6/PN/2018, perihal Permohonan Data Awal

Dengan ini Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Ponorogo memberikan Rekomendasi kepada :

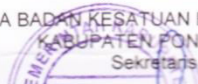
Nama Peneliti	: <u>IKA WAHYUNINGSIH.</u> Mhs. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Alamat	: Koripan RT/RW 001/002 Kel/Desa Slogohimo Kec. Slogohimo Kab. Wonorejo
Thema / Acara Survey / Research / PKL / Pengumpulan data/Magang	: " Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Primipara Dengan Masalah Keperawatan Keidakefektifan Pemberian ASI Di RSUD Muhammadiyah Ponorogo "
Daerah/ Tempat dilakukan PKN/ Survey/ Pengumpulan Data	: RSUD Muhammadiyah Ponorogo
Tujuan Penelitian	: Karya Tulis Ilmiah
Tanggal dan atau Lamanya Penelitian	: 2 (Dua) Bulan Sejak Tanggal Surat Dikeluarkan.
Bidang Penelitian	: Kesehatan
Status Penelitian	: Baru
Anggota Peneliti	: -
Nama Penanggungjawab / Koordinator Penelitian	: <u>SULISTYO ANDARMOYO, S.Kep.Ns., M.Kes</u> Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Ponorogo
Nama Lembaga	: Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Dengan ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 X 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat setempat ;
 2. Mentaati ketentuan- ketentuan yang berlaku dalam Daerah Hukum Pemerintah setempat ;
 3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan baik dengan lisan ataupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina Agama, Bangsa dan Negara dari suatu golongan penduduk ;
 4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan-kegiatan diluar ketentuan-ketentuan yang telah ditetapkan seperti tersebut diatas ;
 5. Setelah berakhirnya dilakukan Survey/ Research/ PKL diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan Survey / Research / PKL, sebelum meninggalkan daerah tempat Survey / Research / PKL ;
 6. Dalam jangka waktu 1 (satu) bulan setelah selesai dilakukan Survey / Research / PKL diwajibkan memberikan laporan tentang pelaksanaan dan hasil-hasilnya kepada :
- Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Ponorogo.
 7. Surat Keterangan ini akan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata bahwa pemegang Surat Keterangan ini tidak memenuhi ketentuan-ketentuan sebagaimana tersebut diatas.
- Demikian untuk menjadikan perhatian dan guna seperlunya.

Ponorogo, 29 Oktober 2018

a.n. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
KABUPATEN PONOROGO
Sekretaris



Lampiran 3



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: akademik@umpo.ac.id website :
www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor : 328/IV.6/PN/2019
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Ponorogo, 20 Februari 2019

Kepada
Yth Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kabupaten Ponorogo
Di
Ponorogo

Assalamu'alaikum w. w.

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Pendidikan Prodi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2018 / 2019, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah (penelitian/riset sederhana) lingkup Keperawatan.

Untuk kegiatan dimaksud mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan informasi kepada mahasiswa / mahasiswi kami dalam mencari data ijin penelitian pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama	: Ika Wahyuningsih
NIM	: 16612834
Lokasi	: RSUD. Muhammadiyah Ponorogo
Waktu	: 6 (bulan)
Judul Penelitian/Riset	: Asuhan Keperawatan pada Ibu Post Partum Primipara dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum w. w.



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



PEMERINTAH KABUPATEN PONOROGO
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Aloon-aloon Utara Nomor 6 Telepon (0352) 483852
PONOROGO

Kode Pos 63413

REKOMENDASI

Nomor : 072/SK/405.30 / 2019

Berdasarkan surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tanggal 20 Februari 2019, Nomor :328 /IV.6/PN/2019, perihal Permohonan Penelitian

Dengan ini Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Ponorogo memberikan Rekomendasi kepada :

Nama Peneliti : **IKA WAHYUNINGSIH**
Mhs. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Alamat : Koripan RT. 001 RW. 002 Ds/Kel. Slogohimo Kec. Slogohimo Kab. Wonogiri
Thema / Acara Survey / Research / PKL/ Pengumpulan data/Magang : " **Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Primipara Dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI** "
Daerah/ Tempat dilakukan PKN/ Survey/ Pengumpulan Data : RSUD. Muhammadiyah Ponorogo
Tujuan Penelitian : Karya Tulis Ilmiah
Tanggal dan atau Lamanya Penelitian : 6 (Enam) Bulan Sejak Tanggal Surat Dikeluarkan.
Bidang Penelitian : Kesehatan
Status Penelitian : Baru
Anggota Peneliti : -
Nama Penanggungjawab / Koordinator Penelitian : **Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes**
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Ponorogo
Nama Lembaga : Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Dengan ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 X 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat setempat ;
2. Mentaati ketentuan- ketentuan yang berlaku dalam Daerah Hukum Pemerintah setempat ;
3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan baik dengan lisan ataupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina Agama, Bangsa dan Negara dari suatu golongan penduduk ;
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan-kegiatan diluar ketentuan-ketentuan yang telah ditetapkan seperti tersebut diatas ;
5. Setelah berakhirnya dilakukan Survey/ Research/ PKL diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan Survey / Research / PKL, sebelum meninggalkan daerah tempat Survey / Research / PKL ;
6. Dalam jangka waktu 1 (satu) bulan setelah selesai dilakukan Survey / Research / PKL diwajibkan memberikan laporan tentang pelaksanaan dan hasil-hasilnya kepada :
- Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Ponorogo.
7. Surat Keterangan ini akan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata bahwa pemegang Surat Keterangan ini tidak memenuhi ketentuan-ketentuan sebagaimana tersebut diatas.
Demikian untuk menjadikan perhatian dan guna seperlunya.

Ponorogo, 06 Maret 2019

An. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK



Tembusan :

1. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Ponorogo
2. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: akademik@umppo.ac.id, website: www.umppo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor: 414/IV.6/PN/2019
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Ponorogo, 08 Maret 2019

Kepada
Yth. Direktur RSU Muhammadiyah Ponorogo
Kabupaten Ponorogo
Di
PONOROGO

Assalamu'alaikum w. w.

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Pendidikan Prodi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2018 / 2019, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah (penelitian/riset sederhana) lingkup Keperawatan.

Untuk kegiatan dimaksud mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan ijin penelitian kepada mahasiswa / mahasiswi kami dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama : Ika Wahyuningsih
NIM : 16612834
Lokasi : RSU Muhammadiyah Ponorogo
Waktu : 6 bulan
Judul Penelitian/Riset : Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Primi Para dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian Asi.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum w. w.

Dekan,



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



RSU MUHAMMADIYAH PONOROGO

TERAKREDITASI No. : KARS - SERT/390/X/2016
Jl. Diponegoro 50 Ponorogo, Telp. (0352) 481273 / 485928, Fax. (0352) 486111,
E-mail : rsum_ponorogo@yahoo.com

Nomor : 1417 /IV.5.AU/A/2019 Ponorogo, 09 Dzulqo'dah 1440 H
Lampiran : - 12 Juli 2019 M
Perihal : **Ijin Penelitian**

Kepada Yth.

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah**

di-

Ponorogo

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Ba'da salam semoga Allah SWT senantiasa memberikan kekuatan kepada kita untuk menunaikan kewajiban mengamalkan perintah-perintah-Nya dan mengikuti sunnah Rasul-Nya. Amin.

Menindaklanjuti surat Nomor 2061/UN3.1.15/PPd/2019 tanggal 03 Juli 2019 perihal sebagaimana tersebut diatas, pada prinsipnya kami menyetujui permohonan saudara untuk melakukan mencari data/ karya tulis/skripsi/ penelitian kepada :

Nama : Ika Wahyuningsih

NIM : 16612834

Judul : Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Primipara dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk :

1. Sanggup mentaati ketentuan yang berlaku di RSU Muhammadiyah Ponorogo
2. Sanggup menjaga kerahasiaan data yang diperoleh
3. Sanggup untuk menyerahkan dokumen hasil mencari data/ karya tulis/ /skripsi/ penelitian kepada RSU Muhammadiyah Ponorogo.

Demikian surat ini kami buat untuk mendapatkan perhatian bagi yang berkepentingan dan atas kerja samanya kami ucapkan terima kasih.

وَالسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ



Tembusan disampaikan yth :

1. Mahasiswa yang bersangkutan.
2. Manajer Keperawatan



Prabawa - Gresik - Lamongan - Babat - Sumberejo - Bojonegoro - Tuban - Sidoarjo - Mojokerto - Mojoagung - Jombang - Nganjuk
Kota Kediri - Kab. Kediri - Madiun - Ponorogo - Tulungagung - Blitar - Malang - Probolinggo - Regejampi - Banyuwangi

Lampiran 7



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: akademik@umpo.ac.id website :
www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor: 459/IV.6/PN/2019

Ponorogo, 20 Maret 2019

Hal : Surat Permohonan Penunjukan Pendamping
Implementasi Keperawatan (Studi Kasus)

Kepada :

Yth. Direktur RSU Muhammadiyah Ponorogo

Di

PONOROGO

Assalamu'alaikum w. w.

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya pengambilan kasus sebagai rangkaian Tugas Akhir (Studi kasus) mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu Direktur RSU Muhammadiyah Ponorogo untuk menunjuk 1 perawat dalam proses pendampingan implementasi keperawatan pada saat pengambilan kasus. Adapun nama mahasiswa sebagai berikut :

Nama : Ika Wahyuningsih
NIM : 16612834
Judul : Asuhan Keperawatan pada Ibu Post Partum Primipara dengan masalah Keperawatan ketidakefektifan pemberian Asi .

Waktu pelaksanaan mahasiswa akan berkoordinasi langsung dengan Bapak/Ibu pendamping.

Demikian, surat permohonan ini kami sampaikan atas kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum w. w.

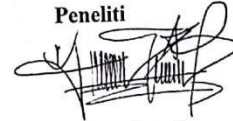
Dekan,

Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes
NIM 091215 200302 12

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah mahasiswa yang berasal dari Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penerapan asuhan keperawatan pada KTI yang berjudul "Asuhan Keperawatan pada Ibu Post Partum Primipara dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI".
2. Tujuan dari pemberian asuhan keperawatan ini adalah untuk melakukan Asuhan Keperawatan pada Ibu Post Partum Primipara dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI yang dapat memberi manfaat untuk meningkatkan pengetahuannya tentang perawatan payudara serta posisi menyusui yang baik dan benar. Pemberian asuhan keperawatan ini akan berlangsung selama minimal 3 hari.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung kurang lebih 15-20 menit. Cara ini menyebabkan ketidaknyamanan tetapi Anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan keperawatan/pelayanan keperawatan.
4. Keuntungan yang Anda peroleh dalam keikutsertaan Anda pada penelitian ini adalah Anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan/tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
6. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silakan menghubungi peneliti pada nomor HP : 082221173194

Peneliti



Ika Wahyuningsih

NIM : 16612834


Lampiran 9

INFORMED CONSENT
(Persetujuan Menjadi Partisipant)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai pemberian asuhan keperawatan yang akan dilakukan oleh Ika Wahyuningsih dalam KTI dengan judul Asuhan Keperawatan pada Pasien Post Partum Primipara dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI di Ruang Siti Walidah RSUD Muhammadiyah Ponorogo.

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada pemberian asuhan keperawatan ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama pemberian asuhan keperawatan ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.


Saksi


(PRIHATIN)

Ponorogo, 12 April, 2019.

Yang memberikan

Persetujuan


Linda Aruningtyas

Ponorogo, 12 April, 2019
Peneliti



IKA WAHYUNINGSIH

Standar Operasional Prosedur (SOP)

BREAST CARE				
No.	Tindakan	Skor		
		2	1	0
1.	Peralatan			
	a. Handuk 2 buah			
	b. Waslap			
	c. Sarung tangan			
	d. Baskom 2 buah berisi air hangat dan air dingin			
	e. Kapas			
	f. Minyak kelapa/baby oil			
	g. Bengkok			
2.	Tahap Persiapan			
	Justifikasi Identitas klien			
	Menyiapkan peralatan			
	Mencuci tangan			
	Komunikasi terapeutik:			
	Memperkenalkan diri			
	Menjelaskan pada klien tujuan tindakan yang akan dilakukan			
	Mendapatkan persetujuan klien			
	Mengatur lingkungan sekitar klien			
Membantu klien mendapatkan posisi yang nyaman (duduk)				
3.	Tahap Kerja			
	Memasang handuk di bagian perut bawah dan bahu sambil melepas pakaian atas			
	Mengompres kedua puting dengan kapas yang dibasahi dengan minyak kelapa/baby oil selama 2-3 menit			
	Mengangkat kapas sambil membersihkan puting dengan gerakan memutar dari dalam ke luar			
	Kemudian dengan kapas minyak yang baru, membersihkan daerah tengah puting dari sentral ke luar (bila puting invertet, dilakukan penarikan)			
	Membasahi kedua telapak tangan dengan minyak atau baby oil dan melakukan pengurutan dengan telapak tangan berada diantara kedua payudara dengan gerakan keatas, kesamping, kebawah, kedepan sambil menghentakkan payudara, pengurutan dilakukan sebanyak 20 – 30 kali			

	Pengurutan kedua. Tangan kiri menopang payudara kiri dan tangan kanan melakukan pengurutan dengan menggunakan sisi kelingking. Dilakukan sebanyak 20 – 30 kali. Lakukan pada kedua payudara kanan-kiri			
	Pengurutan ketiga dengan menggunakan sendi-sendi jari. Posisi tangan mengepal. Tangan kiri menopang payudara dan tangan kanan melakukan pengurutan dari pangkal ke arah puting. Dilakukan sebanyak 20 – 30 kali pada tiap payudara.			
	Meletakkan baskom dibawah payudara dan menggunakan waslap yang di basahi air hangat. Mengguyur payudara sebanyak ± 5 kali. Kemudian di lap dengan waslap tersebut, dan bergantian dengan air dingin. Masing-masing 5 kali guyuran (diakhiri dengan air hangat)			
	Mengeringkan payudara dengan handuk yang dipasang di bahu			
	Memakai BH dan pakaian atas pasien dan menganjurkan pada pasien memakai BH yang menopang			
4.	Tahap Terminasi			
	Membersihkan dan menyimpan kembali peralatan pada tempatnya			
	Mencuci tangan			
	Melakukan evaluasi terhadap klien tentang kegiatan yang telah dilakukan			
5.	Dokumentasi			
	Mendokumentasikan kegiatan dalam lembar catatan keperawatan			
	Melakukan kontrak untuk tindakan selanjutnya			
	SKOR TOTAL			

Keterangan :

- 0 = tidak dilakukan sama sekali/Alat tidak ada
- 1 = dilakukan tapi tidak sempurna/Alat ada yang tidak disiapkan
- 2 = dilakukan dengan sempurna/Alat lengkap

Penguji

NILAI : $\frac{\text{Jumlah Skor yang di dapat}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100\%$

ONOROG

Lampiran 11

SATUAN ACARA PENYULUHAN

(SAP)

CARA MENYUSUI YANG BAIK DAN BENAR



Disusun Oleh :

IKA WAHYUNINGSIH

16612834

D3 KEPERAWATAN (3B)

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2019

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

CARA MENYUSUI YANG BAIK DAN BENAR

Pokok Bahasan: Pendidikan Kesehatan pada Ibu Menyusui

Topik : Cara Menyusui yang baik dan benar

Sasaran : Ibu Menyusui di Ruang Siti Walidah

Tempat : Ruang Siti Walidah RSUD Muhammadiyah Ponorogo

Hari/Tanggal : Maret 2019

Waktu : 08.00-08.30

Penyuluh : Ika Wahyuningsih.

A. Tujuan

1. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Setelah melaksanakan kegiatan penyuluhan diharapkan Ibu mengetahui dan mengerti langkah menyusui dan posisi yang baik dan benar saat pemberian ASI pada bayi.

2. Tujuan Instruksional Khusus (TIK)

Setelah melaksanakan kegiatan penyuluhan diharapkan peserta mampu:

- a. Mengetahui pengertian menyusui.
- b. Mengetahui manfaat menyusui
- c. Mengetahui langkah-langkah menyusui yang baik dan benar.
- d. Mengetahui macam-macam posisi menyusui.
- e. Mengetahui tanda bayi menyusui dengan benar.

B. Sub Pokok Bahasan

- a. Pengertian menyusui.
- b. Manfaat menyusui.
- c. Langkah-langkah menyusui yang baik dan benar.
- d. Macam-macam posisi menyusui.
- e. Tanda bayi menyusui dengan benar.

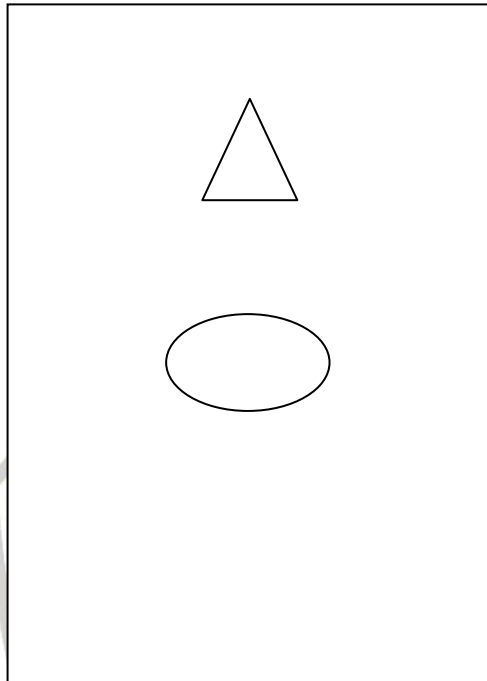
C. Kegiatan Penyuluhan

Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta	Media	Metode
Pendahuluan	07.45- 08.00	Mempersiapkan peserta, alat dan pemateri	Ny.X menyiapkan diri di ruang tunggu	-	-
Pembukaan	08.00– 08.02	Pembukaan acara oleh moderator Penyampaian materi oleh pemateri : 1. Memberi salam pembuka 2. Memperkenalkan diri. 3. Menjelaskan tujuan 4. Kontrak waktu	1. Mendengarkan dan menjawab salam. 2. Membalas salam. 3. Mendengarkan 4. Memberi respon	-	Ceramah
Penyajian	08.02– 08.22	1. Pengertian menyusui 2. Manfaat menyusui. 3. Langkah-langkah menyusui yang baik dan benar. 4. Macam posisi menyusui. 5. Tanda bayi menyusui dengan benar. 6. Demonstrasi cara menyusui yang baik dan benar	Mendengarkan dan memberikan umpan balik terhadap materi yang disampaikan.	Leaflet	Ceramah
Penutup	08.22– 08.30	1. Tanya jawab 2. Menyimpulkan hasil Penyuluhan 3. Memberikan salam penutup 4. Menanyakan hal-hal	- Mengajukan pertanyaan mengenai materi yang kurang dipahami. - Menjawab	-	Tanya Jawab

-
- yang kurang jelas
5. Feedback dari ibu
 6. Membalas salam
-

pertanyaan yang diajukan.

D. *Setting*Tempat



Keterangan :

△ : Penyuluh

○ : Peserta penyuluhan

E. Media Penyuluhan

1. Media Leaflet
2. Sarana Ruang penyuluhan, dan kursi.

F. Evaluasi

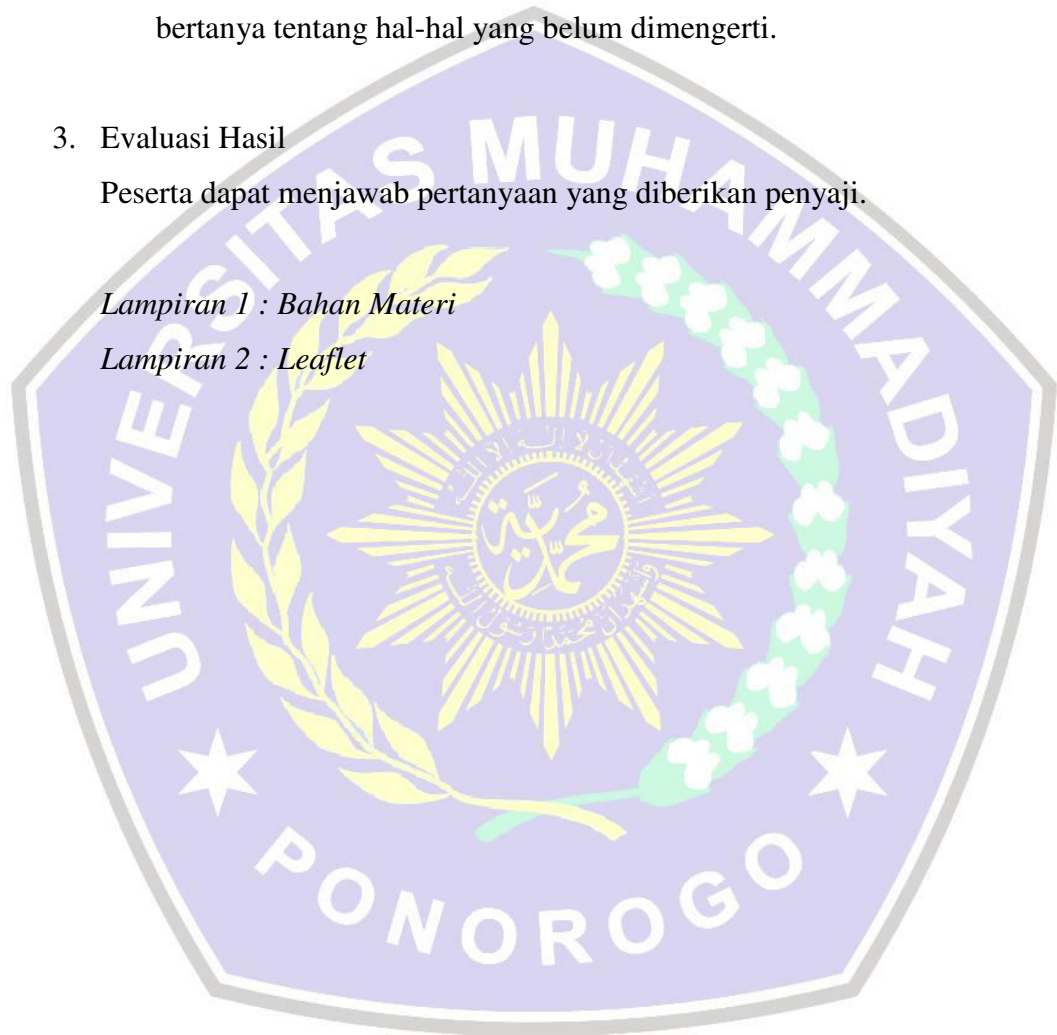
1. Evaluasi Struktur
 - a. Kehadiran peserta.
 - b. Persiapan alat dan media penyuluhan dan demonstrasi

2. Evaluasi Proses

- a. Penyuluh, dan peserta mampu menjalankan fungsi dan perannya dengan baik.
 - b. Peserta antusias dalam mendengarkan penyuluhan dengan kriteria : menyimak penyaji dalam menyampaikan materi, peserta aktif dalam diskusi dengan bertanya dan menjawab pertanyaan yang diajukan penyaji.
 - c. Peserta mendengarkan penjelasan yang disampaikan penyaji dan bertanya tentang hal-hal yang belum dimengerti.
3. Evaluasi Hasil
- Peserta dapat menjawab pertanyaan yang diberikan penyaji.

Lampiran 1 : Bahan Materi

Lampiran 2 : Leaflet



Materi Penyuluhan

1. Definisi Menyusui

Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. Bayi menggunakan refleks menghisap untuk mendapatkan dan menelan susu (Wikipedia, 2017). Menyusui merupakan suatu upaya sederhana dan alamiah seorang ibu kepada bayinya dalam proses pemberian makanan yang baik bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat serta berpengaruh terhadap biologis dan kejiwaan ibu dan anak (Marliandiani dan Nyna,, 2014).

2. Manfaat dan Kerugian Menyusui

Manfaat Menyusui dengan Benar, adalah sebagai berikut :

1. Puting tidak lecet
2. Bayi merasa puas dan nyaman karna perlekatan menyusu pada bayi kuat.
3. Bayi menjadi tenang
4. Bayi tidak gumoh atau muntah
5. Nutrisi pada bayi tercukupi

Kerugian Menyusui Tidak Benar, adalah :

1. Puting menjadi lecet
2. ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI
3. Bayi enggan menyusu
4. Perut bayi kembung

3. Cara Menyusui yang benar:

Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perletakan dan posisi ibu dan bayi yang benar, dengan tujuan untuk merangsang produksi susu dan memperkuat reflek menghisap bayi.

1. Langkah-langkah perlekatan/ menyusui yang benar menurut Marliandiani dan Nyna (2015) adalah sebagai berikut:

1. Cuci tangan sebelum menyusui.
2. Ibu duduk atau berbaring dengan santai (bila duduk lebih baik menggunakan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak menggantung dan punggung ibu bersandar pada sandaran kursi).
3. Mempersilahkan dan membantu ibu membuka pakaian bagian atas.
4. Sebelum menyusui bersihkan puting sampai aerola dengan kapas dibasahi air hangat (DTT) lalu ASI dikeluarkan sedikit, kemudian dioleskan pada puting dan sekitar aerola payudara (cara ini mempunyai manfaat sebagai desinfektan dan menjaga kelembapan puting susu).
5. Jelaskan pada ibu bagaimna teknik memegang bayinya:
 - a. Kepala dan badan bayi berada pada satu garis.
 - b. Perut bayi menempel pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi dibelakang badan ibu dan yang satu di depan.
 - c. Muka bayi menghadap payudara, sedangkan hidungnya ke arah puting susu.
 - d. Ibu harus memegang bayinya berdekatan dengan ibu.
 - e. Untuk Bayi Baru Lahir (BBL) , ibu harus menopang badan bayi bagian belakang, disamping kepala dan bahu.

6. Mengajari ibu untuk menopang payudara dengan ibu jari di atas dan jari yang lain menopang di bawah serta jangan menekan puting susu dan aerolanya.



Contoh langkah keenam

7. Mengajari ibu untuk merangsang membuka mulut bayi, menyentuh sudut mulut bayi dengan puting susu.
8. Setelah bayi membuka mulut (anjurkan ibu mendekatkan dengan cepat kepala bayi ke payudara ibu, kemudian memasukkan puting susu serta sebagian besar aerola masuk ke mulut bayi).



Gambar 2.6 Rangsangan cara membuka mulut

9. Setelah bayi mulai menghisap, menganjurkan ibu untuk tidak memegang atau menyangga payudara lagi.
10. Menganjurkan ibu untuk memperhatikan bayi selama menyusui.

11. Mengajari ibu cara melepas isapan bayi dengan cara jari kelingking dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut atau dagu bayi ditekan ke bawah.

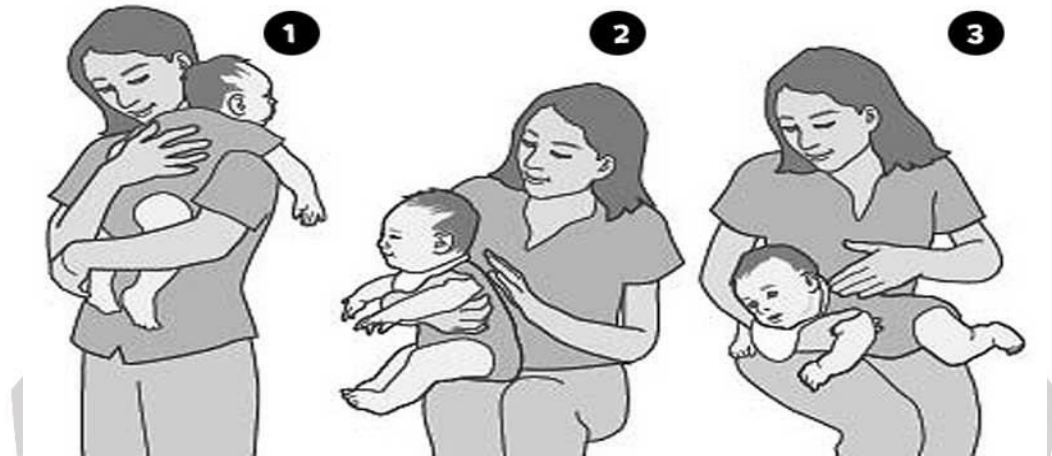


Cara Melepaskan Isapan Bayi

12. Setelah selesai menyusui, mengajarkan ibu mengoleskan sedikit ASI pada puting susu dan aerola. Biarkan kering dengan sendirinya.
13. Setelah menyusui maka bayi harus disendawakan terlebih dahulu dengan cara:
 1. Posisi memeluk bayi di bahu
Bayi digendong menghadap ke belakang tepat di dada atau bahu ibu. Pastikan bayi tegak dan posisi dagu bayi menopang bahu ibu. Gunakan satu tangan ibu untuk menopang badannya. Tangan yang lain, melakukan gerakan menepuk-nepuk punggung bayi secara pelan sampai bayi bersendawa.
 2. Posisi menggendong depan
Gendong bayi dengan menyangga tubuh bayi menghadap ke depan. Pastikan kepala bayi lebih tinggi dari tubuhnya. Sama seperti posisi sebelumnya, lakukan gerakan menepuk pada punggung secara perlahan sampai bayi bersendawa.

3. Posisi tengkurapkan bayi di pangkuan

Baringkan bayi dengan posisi tengkurap diatas pangkuan ibu. Gunakan satu tangan untuk menopang tubuh bayi dan pastikan posisi kepala lebih tinggi. Lakukan gerakan menepuk-nepuk punggung bayi dengan pelan sampai bayi bersendawa.



Cara Membuat Bayi Bersendawa

(Marliandiani dan Nyna ,2015)

4. Posisi menyusui menurut Marliandiani dan Nyna (2015) adalah sebagai berikut:

a. Posisi madona atau menggendong

Bayi berbaring menghadap ibu, leher, dan punggung atas bayi diletakkan pada lengan lateral payudara. Posisi ini telah menjadi kegemaran kebanyakan para ibu.



Posisi Madona

a. Posisi *football hold*

Bayi berbaring atau punggung melingkar antara lengan dan samping dada ibu. Lengan bawah tangan ibu menyangga bayi, dan ia menggunakan tangan sebelahnya untuk memegang payudara jika diperlukan.



Posisi *football*

b. Posisi berbaring miring

Posisi ini apabila ibu dan bayi merasa letih, jika baru pulih dari pembedahan sesar, ini mungkin satu-satunya posisi yang biasa dicoba pada beberapa hari pertama. Ibu dan bayi berbaring miring saling berhadapan.



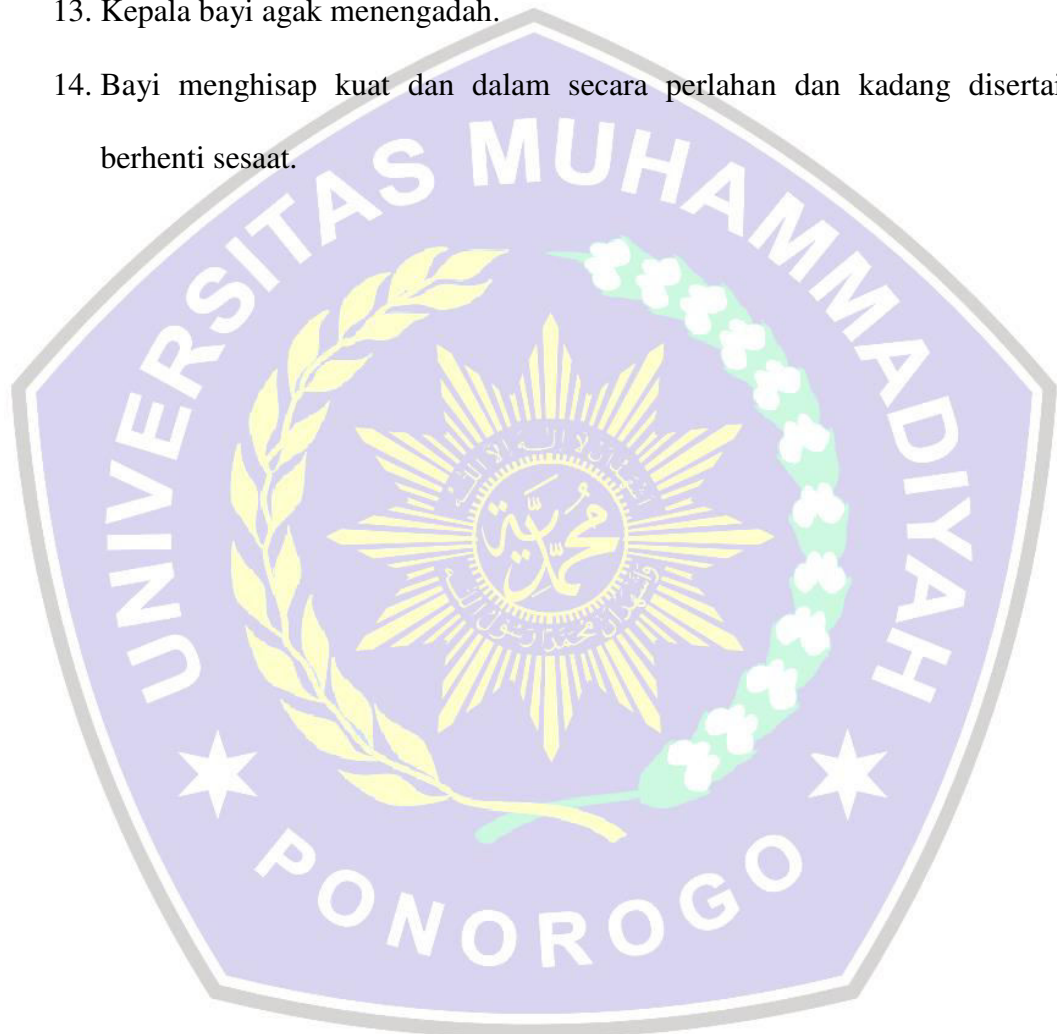
Posisi Menyusui Berbaring Miring

5. Tanda Bayi Menyusui dengan Benar

Menyusui dengan teknik yang tidak benar dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet dan ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya atau bayi enggan menyusu. Apabila bayi telah menyusui dengan benar, maka akan memperlihatkan tanda-tanda sebagai berikut (Dewi dan Tri, 2014):

1. Bayi tampak tenang
2. Badan bayi menempel pada perut ibu
3. Mulut bayi terbuka lebar
4. Dagunya bayi menempel pada payudara ibu
5. Sebagian aerola masuk ke dalam mulut bayi, aerola bawah lebih banyak yang masuk.
6. Hidung bayi mendekati dan kadang-kadang menyentuh payudara ibu.
7. Mulut bayi mencakup sebanyak mungkin aerola (tidak hanya puting saja), lingkaran aerola atas terlihat banyak bila dibandingkan dengan lingkaran aerola bawah.

8. Lidah bayi menompang puting dan aerola bagian bawah.
9. Bibir bayi melengkung keluar.
10. Bayi tampak menghisap kuat dengan irama perlahan.
11. Puting susu tidak terasa nyeri
12. Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus
13. Kepala bayi agak menengadah.
14. Bayi menghisap kuat dan dalam secara perlahan dan kadang disertai berhenti sesaat.





Yang **MENYUSUI** BAIK & BENAR



PROGRAM BERSI :

KEWAHAYUANGSIIH

NIM: 16612834

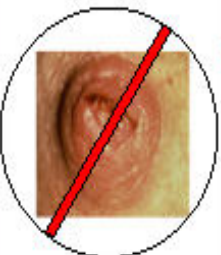
D3 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO

Apa itu MENYUSUI ??

Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan Air Susu Ibu (ASI) dari payudara ibu. Bayi menggunakan reflek menghisap untuk mendapatkan dan menelan susu.

APA Manfaat MENYUSUI yang BAIK dan BENAR ??

1. Puting tidak lecet



2. Bayi Puas

3. Bayi Tenang

3. Bayi Tidak Muntah

5. Nutrisi Bayi Tercukupi

LANGKAH-LANGKAH Menyusui

1. Gigitangan sebelum menyusui

2. Ibu duduk atau berbaring dengan santai

3. Sebelum menyusui bersihkan puting dan areola dengan kapas dibasahi air hangat lalu ASI dikeluarkan sedikit, kemudian diisapkan ke puting dan sedikit areola.

4. Memegang bayi dengan posisi:

- 1) Kepala & badan bayi ada pada satu garis.
- 2) Perut bayi menempel pada perut ibu dengan tangan satu dibelakang badan ibu.
- 3) Muka bayi menghadap payudara, & hidungnya ke arah puting susu.
- 4) Ibu harus memegang bayinya dengan benar dengan ibu.

5. Membuka mulut bayi dengan sentuhan puting susu.



1. Sentuhan puting susu membuka mulut bayi dengan sentuhan ibu.



2. Tindakan bayi membuka mulut agar dan ibu merasakan mulut bayi.



3. Tindakan ibu dan bayi membuka mulut dengan benar.

7. Bila ibu menyusui sampai terasa payudara seperti kosong atau saat bayi tertidur dan masih menyusui maka cara isapan bayi dapat dilepas dengan cara jari kelingking dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut atau dagu bayi ditekan ke bawah.



8. Setelah menyusui, mengoleskan sedikit ASI pada puting susu dan areola ibu dan membarikan kering dengan sendirinya.

9. Menyendawakan bayi setelah menyusui dengan cara:



1. Menyendawakan bayi dengan cara ibu memeluk bayi dengan erat.



2. Menyendawakan bayi dengan cara ibu memeluk bayi dengan erat.



3. Menyendawakan bayi dengan cara ibu memeluk bayi dengan erat.

POSISI MENYUSUI pada ibu nifas

1. POSISI MADONA ATAU MENGGENDONG



2. POSISI MEMEGANG BOLA



3. Posisi Berbaring Miring



Tanda bayi menyusui dengan benar

1. Bayi tampak tenang
2. Badan bayi menempel pada perut ibu
3. Mulut bayi terbuka lebar
4. Dagu bayi menempel pada payudara ibu
5. Sebagian areola masuk ke dalam mulut bayi
6. Hidung bayi mendekati dan terkadang menyentuh payudara ibu
7. Bayi tampak menghisap kuat dengan tenang perlahan
8. Puting susu tidak terasa nyeri
9. Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus
10. Kepala bayi agak menengadish.

AYU Menyusui

Supaya anak SEHAT & CERDAS Setiap ibu pasti bisa menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

Dewi, Vivian N.L, Dan Tri Sunarsih, 2014. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika

Marliandiani, dan Nyna, 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Salemba Medika.

Prawiroharjo, Sarwono. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT Bina Pustaka

Suraji, S. 2011. *Panduan Menyusui Pada Ibu*. Bandung: Salemba Medika



Lampiran 12

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS



Disusun Oleh :

IKA WAHYUNINGSIH

16612834

D3 KEPERAWATAN (3B)

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2019

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)
PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS

Pokok Bahasan: Pendidikan Kesehatan pada Ibu Nifas

Topik : Cara Perawatan Payudara

Sasaran : Ibu Menyusui di Ruang Siti Walidah

Tempat : Ruang Siti Walidah RSUD Muhammadiyah Ponorogo

Hari/Tanggal : Maret 2019

Waktu : 08.30-09.00

Penyuluh : Ika Wahyuningsih.

1. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Setelah melaksanakan kegiatan penyuluhan diharapkan Ibu mengetahui dan mengerti langkah perawatan payudara pada ibu nifas yang mengalami bendungan ASI.

2. Tujuan Instruksional Khusus (TIK)

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan ibu dapat menjelaskan kembali :

- a. Pengertian perawatan payudara
- b. Tujuan perawatan payudara
- c. Manfaat perawatan payudara
- d. Alat yang digunakan dalam perawatan payudara
- e. Cara perawatan payudara pada ibu nifas

3. Materi

Terlampir

4. Metode

- a. Ceramah
- b. Tanya jawab
- c. Demonstrasi

5. Media

- a. Materi SAP
- b. Powerpoint
- c. Stiker
- d. Peralatan perawatan payudara

6. Kegiatan Penyuluhan

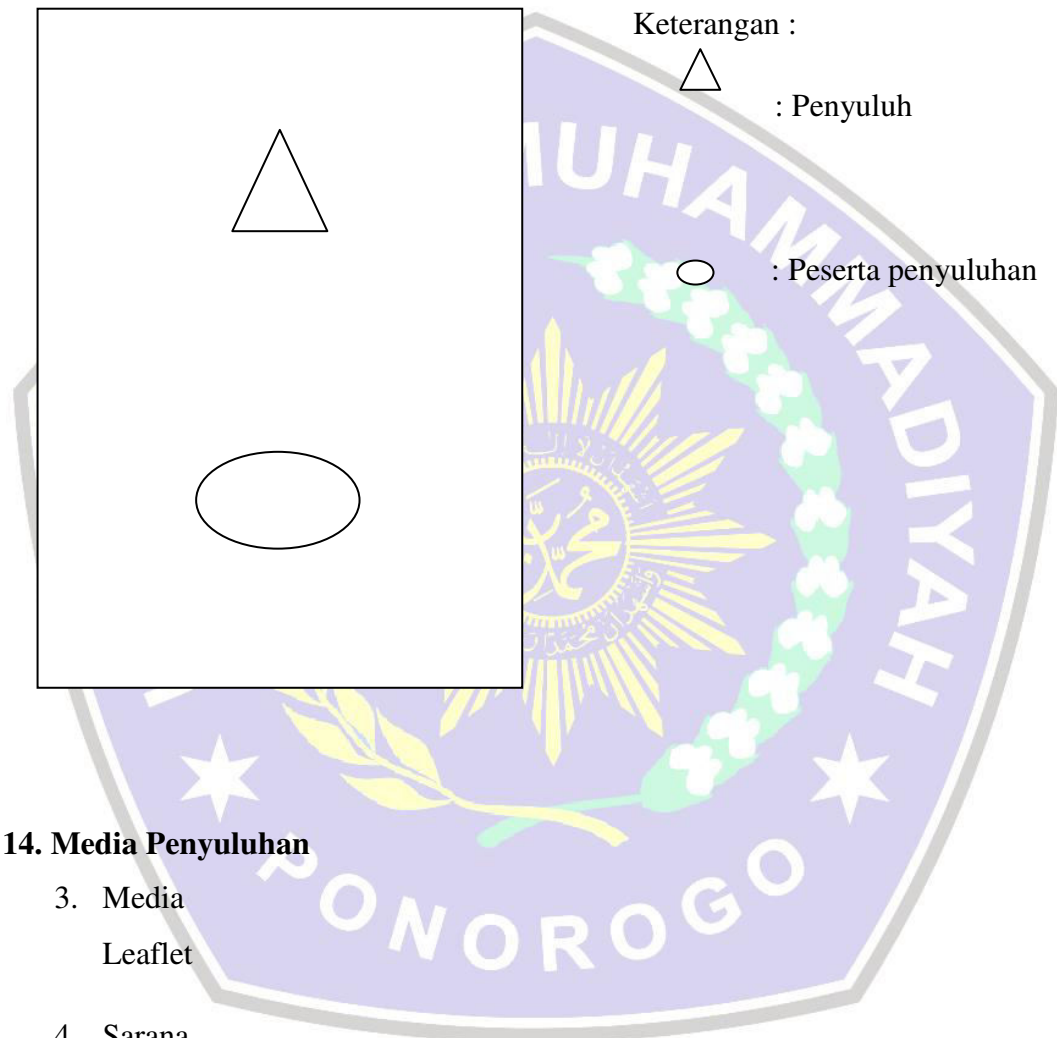
Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta	Media	Metode
Pendahuluan	08.30	Mempersiapkan peserta, peraga, pemateri	Pasien menyiapkan alat dan diri di ruang tunggu.	-	-
Pembukaan	08.30 - 08.35	Pembukaan : 5. Memberi salam pembuka. 6. Memperkenalkan diri. 7. Menjelaskan tujuan. 8. Kontrak waktu.	5. Mendengarkan dan menjawab salam. 6. Membalas salam. 7. Mendengarkan 8. Memberi respon	-	Ceramah

Penyajian	08.35 – 08.50	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian perawatan payudara 2. Tujuan perawatan payudara 3. Manfaat perawatan payudara 4. Alat yang digunakan dalam perawatan payudara 5. Cara perawatan payudara pada ibu nifas 	<p>Mendengarkan dan memberikan umpan balik terhadap materi yang disampaikan.</p>	Leaflet	Ceramah
Penutup	08.50 – 09.00	<ol style="list-style-type: none"> 7. Tanya jawab 8. Menyimpulkan hasil Penyluhan 9. Memberikan salam penutup 10. Menanyakan hal-hal yang kurang jelas 	<p>- Mengajukan pertanyaan mengenai materi yang kurang dipahami.</p> <p>- Menjawab pertanyaan yang diajukan.</p>		Tanya Jawab

11. Feedback
dari ibu

12. Membalas
salam

13. Setting Tempat



14. Media Penyuluhan

3. Media
Leaflet

4. Sarana
Ruang penyuluhan, dan kursi

15. Evaluasi

4. Evaluasi Struktur

c. Kehadiran peserta.

d. Persiapan alat dan media penyuluhan dan demonstrasi

5. Evaluasi Proses

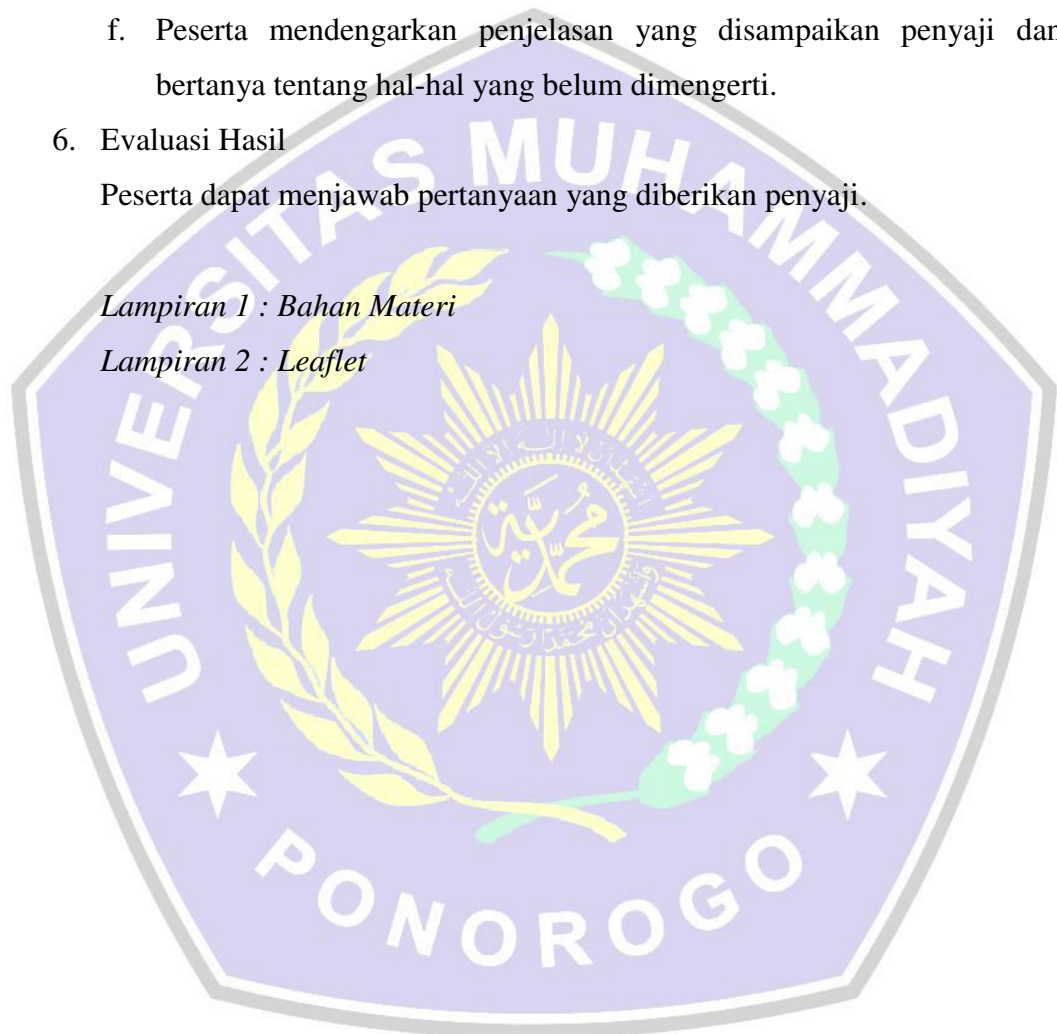
- d. Penyuluh, dan peserta mampu menjalankan fungsi dan perannya dengan baik.
- e. Peserta antusias dalam mendengarkan penyuluhan dengan kriteria : menyimak penyaji dalam menyampaikan materi, peserta aktif dalam diskusi dengan bertanya dan menjawab pertanyaan yang diajukan penyaji.
- f. Peserta mendengarkan penjelasan yang disampaikan penyaji dan bertanya tentang hal-hal yang belum dimengerti.

6. Evaluasi Hasil

Peserta dapat menjawab pertanyaan yang diberikan penyaji.

Lampiran 1 : Bahan Materi

Lampiran 2 : Leaflet



1. Pengertian perawatan payudara

Perawatan payudara adalah suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu keluar dengan lancar.

2. Tujuan perawatan payudara

Perawatan yang dilakukan terhadap payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI, untuk menjaga kebersihan payudara sehingga terhindar dari infeksi, untuk mengenyalkan puting susu supaya tidak mudah lecet, untuk menonjolkan puting susu, menjaga bentuk buah dada tetap bagus, dan untuk mengetahui adanya kelainan.

3. Manfaat perawatan payudara

Perawatan payudara hendaknya dilakukan sedini mungkin selama kehamilan dalam upaya mempersiapkan bentuk dan fungsi payudara sebelum ibu menyusui bayinya kelak. Berikut ini perawatan payudara banyak manfaat, antara lain:

- a. Menjaga kebersihan payudara terutama kebersihan puting susu.
- b. Melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga memudahkan bayi untuk menyusui.
- c. Merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI banyak dan lancar.
- d. Dapat mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya.
- e. Mempersiapkan mental (psikis) ibu untuk menyusui.

4. Alat yang digunakan dalam perawatan payudara

- a. Handuk
- b. Kapas secukupnya

- c. Baby oil atau secukupnya
- d. Waslap
- e. 2 baskom (masing-masing berisi air hangat dan air dingin)

5. Cara perawatan payudara pada ibu hamil

a. Langkah-langkah pengurutan payudara

1) Pengurutan pertama

Terdiri dari empat gerakan yang dilakukan pada kedua payudara selama lima menit. Berikut tahap-tahap yang dilakukan pada pengurutan pertama :

- a. Licinkan kedua tangan dengan minyak
- b. Tempatkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara
- c. Lakukan pengurutan, dimulai kearah atas, lalu telapak tangan kiri kearah sisi kiri dan telapak tangan kanan ke arah sisi kanan
- d. Lakukan terus pengurutan ke bawah / ke samping. Selanjutnya, pengurutan melintang. Telapak tangan mengurut ke depan, lalu kedua tangan dilepas dari payudara
- e. Ulang gerakan 20-30 kali tiap satu payudara

2) Pengurutan kedua

Sokong payudara dengan satu tangan, sedangkan tangan lain mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah tepi ke arah puting susu. Lakukan gerakan ini sekitar 30 kali.

3) Pengurutan ketiga

Sokong payudara kiri dengan tangan kiri, kemudian dua atau tiga jari tangan kanan membuat gerakan memutar sambil menekan mulai dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu. Lakukan tahap yang sama pada payudara kanan. Lakukan dua kali gerakan pada setiap payudara.

b. Pengompresan

Lakukan tahap pengompresan. Sebe;umnya, siapkan alat berupa dua buah wadah/baskom kecil yang masing-masing diisi dengan air hangat dan air dingin serta dua buah waslap. Selanjutnya, kompres kedua payudara dengan waslap hangat selama dua menit, lalu ganti dengan kompres waslap dingin

selama satu menit. Kompres bergantian selama tiga kali berturut-turut dan akhiri dengan kompres air hangat.

c. Perawatan puting susu

Berikut ini langkah-langkah yang perlu dilakukan untuk merawat puting susu :

- 1) Kompres kedua puting susu dengan kapas yang telah dibasahi minyak selama lima menit agar kotoran disekitar puting mudah terangkat
- 2) Jika puting susu normal, lakukan perawatan berikut. Oleskan minyak pada ibu jari dan telunjuk, lalu letakkan keduanya pada puting susu. Lakukan gerakan memutar kearah dalam sebanyak 30 kali putaran untuk kedua puting susu. Gerakan ini untuk meningkatkan elastisitas otot puting susu
- 3) Jika puting susu datar atau masuk kedalam, lakukan tahap berikut :
 - a. Letakkan kedua ibu jari di sebelah kiri dan kanan puting susu, kemudian tekan dan hentakkan ke arah luar menjauhi puting susu secara perlahan
 - b. Letakkan kedua ibu jari diatas dan dibawah puting susu, lalu tekan serta hentakkan ke arah luar menjauhi puting susu secara perlahan.

Catatan :

1. Hindari gerakan yang dapat memarkan puting susu.
2. Hindari penarikan puting susu dan payudara keluar karena dapat merusak jaringan-jaringan payudara.
3. Hindari penggesekan diatas payudara karena dapat menimbulkan rasa panas pada kulit payudara.
4. Selesai melakukan perawatan payudara, pakailah bra atau BH yang menyangga payudara dengan sempurna. Diharapkan dengan melakukan perawatan payudara, proses menyusui nantinya dapat berjalan dengan lancar.











DAFTAR PUSTAKA

Huliana mellyna,A.Md.keb, 2010. Perawatan Ibu Pasca Melahirkan. Jakarta :
Penerbit buku Puspa swara.

Marliandiani, dan Nyna, 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui*.Jakarta: Salemba Medika.



Lampiran Leaflet Perawatan Payudara

<p>PENGERTIAN Melakukan perawatan payudara pada Ibu sesudah melahirkan untuk melancarkan proses laktasi</p> <p>MANFAAT</p> <ul style="list-style-type: none"> > Menjaga kebersihan Payudara > Melancarkan sirkulasi di payudara > Merangsang produksi ASI > Mencegah pembengkakan payudara <p>PERSIAPAN ALAT</p> <ul style="list-style-type: none"> > Waskom berisi air hangat dan air dingin > Handuk kecil > Minyak kelapa / Baby Oil 	<p>CARA PERAWATAN</p> <p>CARA PERTAMA</p> <ul style="list-style-type: none"> > Basahi kedua telapak tangan dengan Baby Oil atau minyak kelapa > Tempatkan tangan pada Payudara kemudian lakukan gerakan memutar mengelilingi payudara ke arah luar > Ketika tangan kiri berada dibawah payudara dan kemudian angkat payudara sebentar dan lepaskan secara perlahan  <p>Lakukan gerakan 25 s/d 30 kali</p> <p>CARA KEDUA</p> <ul style="list-style-type: none"> > Tangan kanan membantu kepala tangan dengan buku-buku jari > Lakukan pengurutan dari pangkal ujung atau kearah puting susu dan merata keseluruh payudara 	<p>> Lakukan secara bergantian untuk payudara yang lain</p>  <p>Lakukan gerakan 25 s/d 30 kali</p> <p>CARA KETIGA</p> <ul style="list-style-type: none"> > Lanjutkan dengan sisi tangan dan lakukan pengurutan dari pangkal ujung atau ke arah puting sus. > Lakukan secara bergantian untuk payudara yang lain  <p>Lakukan gerakan 25 s/d 30 kali</p> <p>CARA KEEMPAT</p> <ul style="list-style-type: none"> > Cara yang lain dapat dilakukan dengan kedua tangan ke arah puting sus. 	<p>> Kedua Ibu jari di atas payudara dan jari-jari yang lain menopang payudara</p> <p>> Lakukan massage/memijat berulang ulang 25 s/d 30 kali</p> <p>PERAWATAN TERAKHIR</p> <ul style="list-style-type: none"> > Terakhir lakukan gerakan memencet puting susu sampai puting sus. Elastis dan kenyal  <ul style="list-style-type: none"> > Kemudian cuci payudara dengan air hangat dan kompres payudara dengan handuk kecil yang sudah dibasahi dengan air hangat secara bergantian pada payudara yang lain selama 1 menit 	<ul style="list-style-type: none"> > Kemudian lanjutkan dengan kompres dingin dan diakhiri dengan air dingin > Ulangi secara bergantian sebanyak 3 kali pada setiap payudara > Kemudian lakukan pengeluaran ASI dan keringat <p>IBU SIAP UNTUK MENYUSUI! Lakukan perawatan payudara setiap hari terutama sebelum mami</p>  <p>RAJATLAH PAYUDARA ANDA GUNA KESEHATAN BAYI ANDA</p> 	 <p>Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas</p>  <p>Olah :</p> <p>IKA WAHYUNINGSIH 166 12 834</p> <p>D3 KEPERAWATAN FAKULTA ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO 2019</p>
---	--	---	--	--	---



Lampiran 13





**BUKU KEGIATAN BIMBINGAN
KARYA TULIS ILMIAH (KTI)**




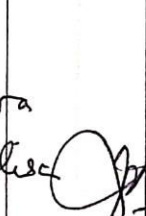
Pembimbing : Hery Ernawati, S.Kep., Ns, M.Kep




Nama Mahasiswa : Ika Wahyuningsih

NIM : 16612834

**PRODI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2018 / 2019**

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
1.	Senin/ 8/10 18	Acc Judul Asuhan Keperawatan pada ibu Post Partum Primipara dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI	
2.	Senin / 22/10 2018	Konsul BAB I mengganti ISKS semula tentang ASI menjadi Post partum primipara	
3.	Jum'at/ 02/11 2018	Konsul BAB I menganti data tahun-terbaru dan menambah konsep solusi	
4.	21/11 2018	Bab 1 : Ace Bab 2 : Perbaiki sesuai kawan - Lanjut bab 3.	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
5.	26 '18 11	bab 2 & 3 : Perbaiki Konsul Keseluruhan	
6.	30 '18 11	Perbaiki daftar Pustaka Prinsip Acc usian proposal	
7.	29 '19 A	Perbaiki pengisian terutama payudara	
8/ 7	19	Bab 4: Perbaiki - kelengkapan data antara pengisian & analisis data. - Tgl pulang 13 atau 17? lanjut bab 5	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
9.	$\frac{15}{7}$ '19	Perbaiki Bab 5 & 6 Penekanan pd Fakta, Teori & Opini. - Dik. ley & Rencana Intervensi gab' satu.	
10.	$\frac{18}{7}$ '19	Perbaiki Dapus & pengantar - Perbaiki Abstrak Konsul keseluruhan	
11.	$\frac{22}{7}$ '19	Ace ujian KTI Persiapan sig baik	

*Lampiran 14***BUKU KEGIATAN BIMBINGAN
KARYA TULIS ILMIAH (KTI)**





Pembimbing : Tetik Nurhayati, S. Kep, Ns. M. Kep
Rika Mayasari, S. Kep, Ns. M. Kep




Nama Mahasiswa : Ika Wahyuningsih

NIM : 16612834.

**PRODI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2018 / 2019

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
1	5/10 18	Judul: matematis Ayang ini pp primpur. Mk (tabel) (tabel) pembun. As 1.	
2.	23/10 18	Mengganti data baru Memperbaiki penulisan yang baik & benar	
3.	25/11 18	Bab 1 Menambahkan keterangan bulan pada data. Bab 2 Menuliskan sumber gambar, Memperbaiki sesuai saran	
4.	29/11 18	Bab 1 acc Bab 2 dan 3 memperbaiki sesuai saran Aze ujian proposal	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
	30/19 /4	⊕ Bab 4 - Revisi sesuai saran. - Cek ulang penulisan - Teknik penulisan bisa di cek pd buku panduan Lanjut bab 5.	
	9/19 /7	- Revisi sesuai saran. - Buat daftar pustaka. - Lengkapi draft. - Sertakan lampiran.	
	15/19 /7	Lengkapi draft keseluruhan.	
	18/19. /7	Siap uji KTI acc	