



Lampiran 2. Persetujuan Menjadi Responden



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

**(INFORMED CONCENT)**

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : AYU APRILIA  
Umur : 20 TH  
Jenis kelamin : PEREMPUAN  
Alamat : Jl. SUROPATI BULULAWANG.  
Pendidikan : SMA  
Pekerjaan : IRI

Setelah mendapatkan informasi tentang manfaat asuhan kebidanan komprehensif, saya (bersedia / tidak bersedia\*) berpartisipasi dan menjadi responden studi kasus yang berjudul "Asuhan kebidanan komprehensif pada Ny "A" usia 28 tahun G2P1001Ab00 UK 38 Minggu 4 Hari dengan Braxton Hicks pada kehamilan trimester III sampai penggunaan kontrasepsi di PMB Ike Sri Mei Wulan Bululawang." Secara sukarela tanpa adanya tekanan dan juga paksaan dari pihak lain.

Malang,

Peneliti

(Lailatul Mucharomah)

NIM. 202007

Responden

(...AYU APRILIA...)

Tanda tangan dan nama terang

Saksi

(.....)

Tanda tangan dan nama terang



**SATUAN ACARA PENYULUHAN**  
**KETIDAKNYAMANAN KEHAMILAN TRIMESTER III DENGAN BRAXTON**  
**HICKS DI PMB IKESRI MEI WULAN BULULAWANG**

Tema : Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester Iii Dengan Braxton Hicks

Di Pmb Ikesri Mei Wulan Bululawang

Sasaran : Ibu Hamil

Hari/ Tanggal : 22 Februari 2023

Tempat : PMB Ike Sri Mei Wulan Bululawang

Waktu : 30 menit

a. Analisa situasi

Ibu hamil trimester III di PMB Ike Sri Mei Wulan BULulawang kebanyakan mengalami ketidaknyamanan berupa kontraksi palsu atau Braxton hicks. Mayoritas dari ibu hamil tersebut tidak bisa dan sulit membedakan antara kontraksi palsu dengan kontraksi persalinan dan hal tersebut mengganggu pola harian ibu

b. Tujuan

1. Tujuan umum

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan ibu hamil dapat mengetahui dan mendapat pengetahuan tentang ketidaknyaman Braxton hicks dan perbedaanya dengan kontraksi persalinan

2. Tujuan khusus

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan ibu hamil mampu :

- a. Untuk mengetahui apa yang dimaksud dengan Braxton hicks
- b. Untuk mengetahui penyebab Braxton hicks
- c. Untuk mengetahui cara mengatasi Braxton hicks
- d. Untuk mengetahui perbedaan Braxton hicks dengan kontraksi persalinan

c. Pokok bahasan

1. Konsep pengetahuan
2. Konsep Braxton hicks

d. Metode

1. Ceramah
2. Diskusi

e. Alat bantu

1. Leaflet

f. Susunan acara

No.	Kegiatan	Waktu	Kegiatan penyuluhan	Kegiatan audien
1.	Pembukaan	5 menit	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mengucapkan salam</li><li>2. Memperkenalkan diri</li><li>3. Menyampaikan maksud dan tujuan</li><li>4. Menyampaikan pokok bahasan</li><li>5. Memnanyakan pokok bahasa kepada audien</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Menjawab salam</li><li>2. Memperhatikan</li><li>3. Memperhatikan</li><li>4. Memperhatikan</li><li>5. Menjawab</li></ol>
2.	Isi	15 menit	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Menjelaskan konsep pengetahuan</li><li>2. Menjelaskan konsep Braxton hicks</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Memperhatikan</li><li>2. Memperhatikan</li><li>3. Mampu mempraktekkan</li></ol>
3.	Pertanyaan	10 menit	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Memberikan kesempatan pada audien untuk bertanya</li><li>2. Memberi kesempatan pada audien lain untuk mennangapi</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Bertanya</li><li>2. Bertanya</li></ol>
4.	Penutup	5 menit	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Memberikan kesempatan jika</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Menjawab</li><li>2. Mendengar</li></ol>

			<p>masih ada pertanyaan</p> <p>2. Memberikan kesimpulan dan saran</p> <p>3. Ucapan terimakasih</p> <p>4. Salam</p>	<p>3. Memperhatikan</p> <p>4. Menjawab salam</p>
--	--	--	--	--

g. Evaluasi

1. Menjelaskan konsep pengetahuan
2. Menjelaskan Konsep Braxton hicks

h. Lampiran

1. Materi
2. Leaflet
3. Daftar hadir

**PERTANYAAN PRE DAN POST**

1. Apakah yang dimaksud kontraksi palsu?
2. Berapa lama durasi kontraksi palsu?
3. Bagaimana cara mengatasi kontraksi palsu?
4. Apa perbedaan kontraksi palsu dan kontraksi persalinan?

**Materi penyuluhan**

**BRAXTON HICKS**

a. Definisi

Pada trimester akhir kontraksi terjadi lebih sering dan menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu. Hal ini menjadikan persalinan palsu atau false labour. Kontraksi Braxton hicks merupakan suatu tanda yang tidak pasti dalam persalinan, hal ini diawali dengan berkontraksinya uterus saat ada rangsangan dan dalam durasi dan intensitas yang tidak menentu. Braxton hicks biasanya terjadi pada usia kehamilan 32 minggu sampai 36 minggu dan semakin bertambahnya usia kehamilan maka kontraksi akan semakin kuat.

b. Penyebab

Kontraksi ini disebabkan karena ada perubahan dan pergerakan uterus yang bertambah keras. Kontraksi Braxton hicks ini dirasakan lebih lemah daripada kontraksi persalinan berdurasi satu hingga dua menit. Kontraksi juga terjadi karena

ibu mengalami dehidrasi dikarenakan volume darah yang berisikan plasma dan cairan mengalami peningkatan.

c. Perbedaan Braxton hicks dan kontraksi persalinan

Braxton hicks atau kontraksi palsu merupakan kontraksi yang terjadi pada awal trimester III yang tidak disertai tanda persalinan seperti kontraksi persalinan. Diantaranya tanda yang menyertai adalah keluarnya bercak darah atau pecahnya air ketuban. (Wibowo, 2018)

Adapun perbedaan antara kontraksi palsu dengan kontraksi persalinan, yaitu

Kontraksi palsu (Braxton Hicks)	Kontraksi persalinan
Frekuensi dan durasi waktu tidak teratur	Frekuensi dan durasi lebih teratur kurang lebih 10 menit sekali
Rasa sakit yang dirasakan umumnya ditengah perut	Bagian rasa sakit umumnya mulai dari punggung bawah hingga perut bagian bawah
Kontraksi hilang jika dilakukan perubahan posisi atau aktivitas	Kontraksi menetap meskipun sudah dilakukan perubahan posisi ataupun aktivitas yang dilakukan
Tidak ada perubahan atau pembukaan pada serviks atau leher Rahim	Terjadi pembukaan serviks

(Debora, 2019)

d. Ciri-ciri Braxton hicks

Adapun ciri-ciri dari Braxton hicks yaitu

1. Frekuensi yang tidak teratur dan hilang timbul
2. Kontraksi dimulai dari bagian atas Rahim dan akan menjalar menuju bagian bawah serta kontraksi ini tidak menimbulkan nyeri
3. Rasa mulas cenderung konstan tidak terdapat penambahan ataupun pengurangan
4. Pengurangan rasa sakit atau mulas dapat terjadi jika ibu melakukan aktivitas

e. Penatalaksanaan Braxton hicks

1. Menganjurkan ibu untuk melakukan pergerakan ringan atau mengubah posisi ibu untuk mengurangi ketidaknyamanan ibu
2. Memenuhi kebutuhan asupan cairan dan nutrisi karena salah satu penyebab kontraksi palsu adalah kurang minum atau dehidrasi
3. Menerapkan Teknik relaksasi pernafasan

Teknik ini digunakan untuk memberikan kenyamanan pada ibu. Teknik ini dilakukan selama 30 menit, dengan cara Tarik nafas dalam dari hidung dan dikeluarkan dari mulut. Teknik ini mengurangi ketegangan baik fisik maupun psikis. Pada system pernafasan terjadi pertukaran gas pada paru-paru dan memompa ventilasi paru. Pompa ventilasi ini terjadi dari dinding dada, otot pernafasan diperkecil dan diperbesar, saraf yang menghubungkan otot pernafasan dengan pusat pernafasan, juga otot pernafasan yang dipusat kendali oleh otak. Saat kerja otak meingkan dikarenakan oleh kecemasan yang bermula dengan ketidaknyamanan, dapat mempengaruhi kerja otot pernafasan sehingga terjadi gangguan nafas yang mengakibatkan berkurangnya penyerapan oksigen.

Prosedur Teknik relaksasi pernafasan diantaranya :

- a. Tempat tenang. Tempat tenang diperlukan untuk mendapatkan situasi yang kondusif dan menimbulkan kenyamanan pada ibu, posisi nyaman juga diperlukan. Posisi nyaman yang disarankan adalah posisi duduk daripada posisi berbaring. Posisi yang direkomendasikan adalah duduk bersilan dengan badan tegak, kedua telapak tangan disimpan diatas lutut kaki dengan keadaan rileks.
- b. Perangkat mental. Alat yang digunakan untuk mengalihkan perhatian seperti music, kata-kata atau yang lainnya
- c. Sikap pasif. Ibu meminimalkan Gerakan dan memusatkan pikiran kepada hal yang positif



  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

***ini kontraksi palsu atau asli sih***

**PENGERTIAN**  
Kontraksi Braxton hicks merupakan suatu tanda yang tidak pasti dalam persalinan, hal ini diawali dengan berkontraksinya uterus saat ada rangsangan dan dalam durasi dan intensitas yang tidak menentu. Braxton hicks biasanya terjadi pada usia kehamilan 32 minggu sampai 36 minggu dan semakin bertambahnya usia kehamilan maka kontraksi akan semakin kuat.

**CIRI-CIRI**

1. Frekuensi yang tidak teratur dan hilang timbul
2. Kontraksi dimulai dari bagian atas Rahim dan akan menjalar menuju bagian bawah serta kontraksi ini tidak menimbulkan nyeri
3. Rasa mulas cenderung konstan tidak terdapat penambahan ataupun pengurangan
4. Pengurangan rasa sakit atau mules dapat terjadi jika ibu melakukan aktivitas

**PENATALAKSANAAN**

1. Menganjurkan ibu untuk melakukan peregangan ringan atau mengubah posisi ibu untuk mengurangi ketidaknyamanan ibu
2. Memenuhi kebutuhan asupan cairan dan nutrisi karena salah satu penyebab kontraksi palsu adalah kurang minum atau dehidrasi
3. Menerapkan Teknik relaksasi pernafasan

## PERBEDAAN KONTRAKSI PALSU DAN KONTRAKSI PERSALINAN

Kontraksi palsu (Braxto Hicks)	Kontraksi persalinan
Frekuensi dan durasi waktu tidak teratur	Frekuensi dan durasi lebih teratur kurang lebih 10 menit sekali
Rasa sakit yang dirasakan umumnya ditengah perut	Bagian rasa sakit umumnya mulai dari punggung bawah hingga perut bagian bawah
Kontraksi hilang jika dilakukan perubahan posisi atau aktivitas	Kontraksi menetap meskipun sudah dilakukan perubahan posisi ataupun aktivitas yang dilakukan
Tidak ada perubahan atau pembukaan pada serviks atau leher Rahim	Terjadi pembukaan serviks



**KENALI TANDANYA  
SIAPKAN PERSALINAN SEHAT  
IBU DAN BAYI**

Lampiran 5. SPR



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPROAEN MALANG

Lampiran 5. Score Pudji Rochyati



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPROAEN MALANG

**SKRINING / DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI**

Nama: Ny. Ayu Alamat: Bululawang  
 Umur Ibu: 28th Kec/Kab: Bululawang  
 Pendidikan: SMA Pekerjaan: IRT  
 Hamil Ke: 2 Haid Terakhir: 6/6/20 perkiraan Persalinan: 13/8/23

Periksa I  
 Umur Kehamilan: 2 btl Di: PMB IKe

KEL	NO	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	Tributan			
				I	II	III	III.2
F.R.		Skor awal ibu hamil					
	1	Tertalu muda, hamil < 16 th	4				
	2	Tertalu tua, hamil > 35 th	4				
	3	Tertalu lambat hamil I, > 4 th	4				
	4	Tertalu lambat hamil lagi (> 10 th)	4				
	5	Tertalu banyak anak, > 4 rebn	4				
	6	Tertalu tua, umur > 35 th	4				
	7	Tertalu pendek < 145 cm	4				
	8	Pemah gagal kehamilan	4				
	9	Pemah melahirkan dengan:					
	a	Tanah tang - vakum	4				
	b	Un ditron	4				
	c	Diber intus / Transusi	4				
	10	Pemah Operasi Sesar	3				
	11	Penyakit pada ibu hamil					
	a	Kurang Darah / Malaria	4				
	b	TBC Paru / d Payah Jantung	4				
	c	Kencing Manis (Diabetes)	4				
	d	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 (Hydatidion)	4				
	15	Bayi mati dalam kandungan	4				
	16	Ketuban lebih bulan	4				
	17	Letak sungsang	8				
	18	Letak lintang	8				
	19	Perdarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	Preeklampsia Berat / Kejang 2	8				
		JUMLAH SKOR	<u>2</u>				

**KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI' PERENCANAAN PERSALINAN AMAN**

Persalinan Melahirkan tanggal: 09/09/23

RUJUK DARI: 1. Sendiri 2. Dukun 3. Bidan 4. Puskesmas  
 RUJUK KE: 1. Bidan 2. Puskesmas 3. RS

RUJUKAN: 1. Rujukan Dini Berencana (RDB) 2. Rujukan Tepat Waktu (RTW)

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

Kompikasi Obstetrik: 3. Perdarahan postpartum 4. Un tertinggal 5. Persalinan Lama

TEMPAT: 1. Rumah Ibu 2. Rumah Bidan 3. Polides 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Perjalanan  
 PENOLONG: 1. Dukun 2. Bidan 3. Dokter 4. Lainnya  
 MACAM PERSALINAN: 1. Normal 2. Tindakan Pevaginam 3. Operasi Sesar

PASCA PERSALINAN: IBU: 1.    2.    3.    4.    5.    6.     
 TEMPAT KEMATIAN IBU: 1. Rumah Ibu 2. Rumah Bidan 3. Polides 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Perjalanan

BAYI: 1. Berat lahir: 2300 gram, Laki-2 (Perempuan)  
 2. Lahir hidup: APGAR Skor 10  
 3. Lahir mati, penyebab:     
 4. Mati kemudian, umur:    h, penyebab:     
 5. Kelainan bawaan: tidak ada pada

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

Keluarga Berencana: 1. Ya 2. Tidak  
 Kategori Keluarga Miskin: 1. Ya 2. Tidak

**PENYULUHAN KEHAMILAN PERSALINAN AMAN - RUJUKAN TERENCANA**

KEHAMILAN		KEHAMILAN DENGAN RISIKO			
JML SKOR	JML PERAWATAN	RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN
		RDB	RDB	RDB	RTW
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES PKM / RS	BIDAN DOKTER
≥12	IPRT	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER

Lampiran 6. Penapisan Ibu Bersalin



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG

Lampiran 6. Penapisan Persalinan



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG

PENAPISAN IBU BERSALIN

DETEKSI KEMUNGKINAN KOMPLIKASI GAWAT DARURAT

No	Indikator	Ya	Tidak
1	Riwayat Bedah Sesar		✓
2	Perdarahan Pervaginam		✓
3	Persalinan Kurang Bulan (Uk < 17 Minggu)		✓
4	Ketuban Pecah Disertai Mekonium Kental		✓
5	Ketuban Pecah Lama (>24 Jam)		✓
6	Ketuban Pecah Pada Persalinan Kurang Bulan (Uk <37 Minggu)		✓
7	Ikterus		✓
8	Anemia Berat		✓
9	Tanda Gejala Infeksi		✓
10	Preeklamsia/ Hipertensi Dalam Kehamilan		✓
11	Tinggi Fundus 40 Cm/ Lebih		✓
12	Gawat Janin		✓
13	Primipara Dalam Fase Aktif Kala I Persalinan Dan Kepala Janin Masih 5/5		✓
14	Presentasi Bukan Belakang Kepala		✓
15	Presentasi Ganda (Majemuk)		✓
16	Kehamilan Ganda/ Gemeli		✓
17	Tali Pusat Menumbung		✓
18	Syok		✓



**CATATAN PERSALINAN**

- Tanggal : 4-3-20
- Nama Bidan : R. IAN VE
- Tempat Persalinan :
  - Rumah Ibu
  - Puskesmas
  - Polindes
  - Rumah Sakti
  - Klinik Swasta
  - Lainnya : RUMAH
- Alamat tempat persalinan : RUMAH
- Calatan :  rujuk, kala : I / II / III / IV
- Alasan merujuk :
- Tempat rujukan :
- Pendamping pada saat merujuk :
  - Bidan
  - Teman
  - Suami
  - Dukun
  - Keluarga
  - Tidak ada
- Masalah dalam kehamilan/persalinan ini :
  - Gawat darurat
  - Perdarahan
  - HDK
  - Infeksi
  - PMTCT

**KALA I**

- Partograf melewati garis wastepada : Y /
- Masalah lain, sebutkan :
- Penatalaksanaan masalah tsb :
- Hasilnya :

**KALA II**

- Episiotomi :
  - Ya, Indikasi : Perineal tear
  - Tidak
- Pendamping pada saat persalinan :
  - Suami
  - Dukun
  - Keluarga
  - Tidak ada
  - Teman
- Gawat janin :
  - Ya, tindakan yang dilakukan
  - Tidak
  - Pemantauan DJJ setiap 5-10 menit selama kala II, hasil
- Distosia bahu
  - Ya, tindakan yang dilakukan :
  - Tidak
- Masalah lain, penatalaksanaan masalah tsb dan hasilnya :

**KALA III**

- Inisiasi Menyusu Dini
  - Ya
  - Tidak, alasannya :
- Lama kala III : menit
- Pemberian Oksitosin 10 U lm ?
  - Ya, waktu : menit sesudah persalinan
  - Tidak, alasan
- Penjepitan tali pusat : menit setelah bayi lahir
- Pemberian utang Oksitosin (2 X) ?
  - Ya, alasan
  - Tidak
- Pengagangan tali pusat terkendali ?
  - Ya
  - Tidak, alasannya :

**TABEL PEMANTAUAN KALA IV**

Jam ke.	Waktu	Tekanan darah	Nadi	Suhu	Tinggi fundus uteri	Kontraksi uterus	Kandung kemih	Darah yang keluar
1	04-03	110/80	80	36.5	110-120 PA	Ball	Ball	60 ml
	04-20	110/80	80		80-100 PA	Ball	Ball	30 ml
	04-35	110/80	80		20-30 PA	Ball	Ball	15 ml
	04-50	110/80	80		20-30 PA	Ball	Ball	15 ml
2	05-30	110/80	80	36.5	20-30 PA	Ball	Ball	15 ml
	05-50	110/80	80		20-30 PA	Ball	Ball	15 ml

- Masase fundus uteri ?
  - Ya
  - Tidak, alasan :
- Persenta lahir lengkap (inlet) / tidak
  - Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan
  - a. ....
  - b. ....
- Persenta tidak lahir > 30 menit
  - Tidak
  - ya, tindakan
- Laserasi :
  - Ya, dimana : Perineal
  - Tidak
- Jika Laserasi perineum, derajat : 1 (2) 3 / 4
  - Tindakan :
    - Penjahitan, dengan/ tanpa anestesi
    - Tidak dijahit, alasan
- Atonia uteri :
  - Tidak
  - ya, tindakan
- Jumlah darah yang keluar/pendarahan : 150 ml
- Masalah dan penatalaksanaan masalah tersebut
  - Hasilnya :

**KALA IV**

- Kondisi ibu : KU : M, TD : 110 mmHg Nadi : 80 x/mnt Napas : 20 x/mnt
- Masalah dan penatalaksanaan masalah :

**BAYI BARU LAHIR**

- Berat badan : 3300 gram
- Panjang badan : 48 cm
- Jenis kelamin : L (P)
- Penilaian bayi baru lahir : baik / ada penyulit
- Bayi lahir :
  - Normal, tindakan :
    - mengeringkan
    - menghangatkan
    - rangsangan taktil
    - memastikan IMD atau natun meriyusu segera
  - Asfiksia ringan / pucat / biru / lemas, tindakan :
    - mengeringkan
    - menghangatkan
    - rangsangan taktil
    - lain-lain, sebutkan :
    - bebaskan jalan napas
    - pakaian/selimut bayi dan tempatkan di sisi ibu
  - Cacat bawaan, sebutkan :
  - Hipotermi, tindakan :
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
- Pemberian ASI setelah jam pertama bayi lahir
  - Ya, waktu : jam setelah bayi lahir
  - Tidak, alasan :
- Masalah lain, sebutkan
  - Hasilnya :

Lampiran 8. Penilaian Sepintas



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN

Kriteria	Ya	Tidak
Bayi menangis kuat dan bernafas spontan	✓	
Warna Kulit Kemerahan	✓	
Tonus otot baik, bergerak aktif	✓	

Lampiran 9. Cap Kaki



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG

**Lampiran 11 : Cap Telapak Kaki**



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN

**CAP TELAPAK KAKI**

Nama Ibu Bayi : Ny. AYU APRILIA . Berat Badan Bayi : 2800 gram .  
Alamat : Jl. SUROPATI BULLAWANG Panjang Bayi : 49 cm .  
Tanggal Lahir Bayi : 4-3-23 . Jenis Kelamin Bayi : Perempuan .  
Jam Lahir Bayi : 09.00

**CAP TELAPAK JARI KAKI BAYI (Kanan dan Kiri)**

KAKI KIRI	KAKI KANAN

Petugas Pelaksana

Lampiran. 10. SOP Perawatan Payudara

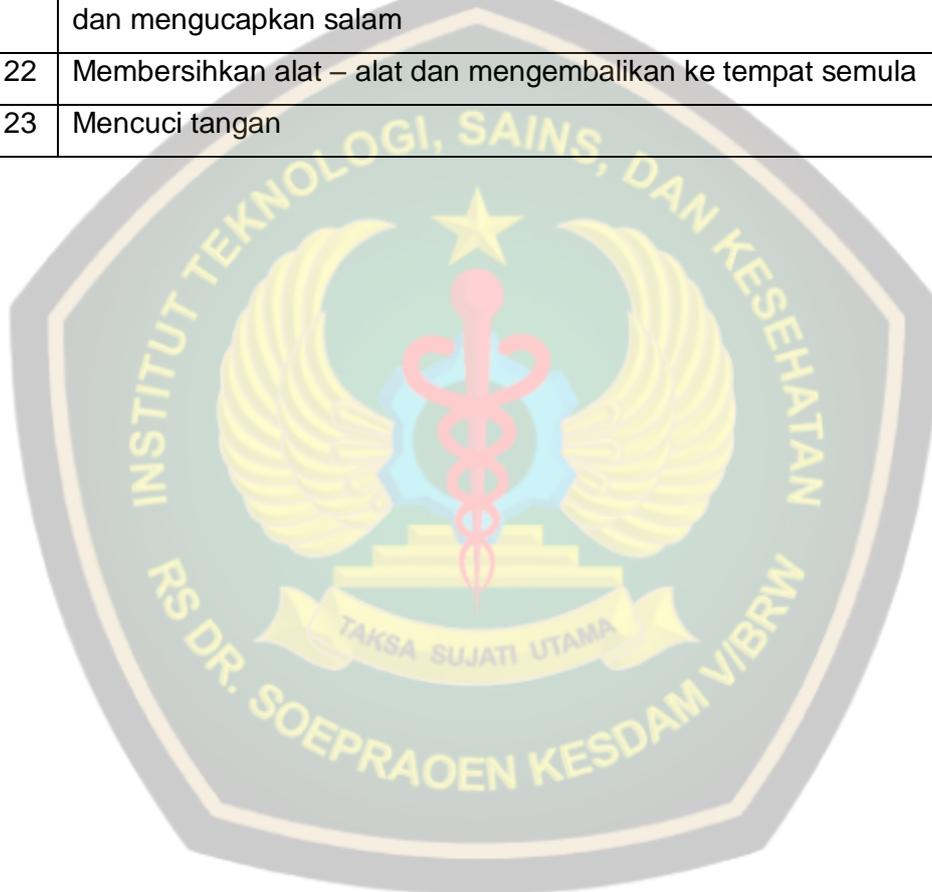


INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG

PERAWATAN PAYUDARA SEHARI-HARI

NO	LANGKAH KLINIK
1	Memberi salam, menjelaskan tujuan perawatan payudara
2	Menjelaskan langkah – langkah perawatan payudara
3	Memastikan ibu telah mengerti perawatan payudara dan menyetujui
4	Menyiapkan alat
5	Memasang lampiran
6	Menyiapkan posisi pasien
7	Mencuci tangan
8	Mendekatkan peralatan ke pasien
9	Mempersilahkan (K/P membantu) pasien melepaskan pakaian bagian atas
10	Menutup punggung dan sebagian dada pasien bagian depan dengan handuk
11	Memasang handuk kedua di bawah payudara sampai pada pangkuan pasien
12	Mengkompres kedua puting susu dan sekitarnya.
13	Mengoleskan minyak pada kedua tangan dan tempatkan kedua telapak tangan diantara payudara
14	<p>Pengurutan 1</p> <p>Lakukan pengurutan dimulai ke arah atas lalu telapak tangan kiri ke arah sisi kiri dan telapak tangan kanan ke arah sisi kanan. Pengurutan diteruskan ke bawah atau ke samping. Selanjutnya pengurutan melingkar, telapak tangan mengurut ke depan, lalu kedua tangan di lepaskan dari payudara. Ulangi gerakan 20 – 30 kali gerakan</p>
15	<p>Pengurutan II</p> <p>Telapak tangan kiri menopang payudara kiri, kemudian jari – jari tangan kanan sisi kelingking mengurut payudara ke arah puting susu. Lakukan tahap yang sama pada payudara kanan. Lakukan 2 kali gerakan pada setiap payudara</p>
16	Pengurutan III

	Telapak tangan menopang payudara, sedangkan tangan yang lain mengurut payudara dengan sendi – sendi dari arah tepi ke puting susu. Lakukan gerakan ini sekitar 30 kali setiap payudara
17	Guyur / kompres payudara dengan waslap hangat dan dingin
18	Mengeringkan payudara dengan handuk kering
19	Membantu pasien mengenakan BH.
20	Mempersilahkan pasien untuk mengenakan pakaian kembali
21	Memberitahu pada pasien bahwa perawatan payudara sudah selesai dan mengucapkan salam
22	Membersihkan alat – alat dan mengembalikan ke tempat semula
23	Mencuci tangan



Lampiran 11. Leaflet Perawatan Payudara



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPROAEN MALANG

**PERAWATAN PAYUDARA**

**PERAWATAN PAYUDARA UNTUK IBU MENYUSUI**

Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas untuk memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara dapat dilakukan dua kali sehari yaitu saat mandi pagi dan mandi sore

**PAYUDARA ANDA ADALAH SUMBER NUTRISI BAYI ANDA, JAGALAH AGAR TETAP BERSIH**

**MANFAAT PERAWATAN PAYUDARA**

- Memelihara kebersihan payudara sehingga bayi mudah menyusu pada ibunya
- Melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga bayi mudah menyusu
- Mengurangi risiko luka saat bayi menyusu
- Merangsang kelenjar air susu sehingga produksi ASI menjadi lancar
- Untuk persiapan psikis ibu menyusui dan menjaga bentuk payudara

**AKIBAT TIDAK MALAKUKAN PERAWATAN PAYUDARA**

- Anak susah menyusu karena payudara yang kotor
- Puting susu tenggelam sehingga bayi susah menyusu
- ASI menjadi lama keluar sehingga berdampak pada bayi
- Produksi ASI terbatas karena kurang dirangsang melalui pemijitan dan pengurutan
- Terjadi pembengkakan, peradangan pada payudara dan kulit payudara terutama pada bagian puting mudah lecet

**OLEH  
LAILATUL MUCHAROMAH  
202007**

**PRODI DIII KEBIDANAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS  
DAN KESEHATAN RS dr.  
SOEPROAEN MALANG**



*Menyusui adalah anugerah seorang ibu bagi dirinya, bayinya dan bumi. Pamela K. Wiggins*

## TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA

### Langkah-langkah perawatan

#### ● Persiapan ibu

- Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir
- Buka pakaian
- Persiapan alat :
  1. Handuk
  2. Kapas yang dibentuk bulat
  3. Minyak kelapa atau baby oil
  4. Waslap atau handuk kecil untuk kompres
  5. Dua baskom masing-masing berisi air hangat dan air dingin

#### ● Pelaksanaan

1. Buka pakaian ibu
2. Letakkan handuk di atas pangkuan ibu tutuplah payudara dengan handuk
3. Buka handuk pada daerah payudara dan taruh di pundak
4. Kompres puting susu dengan menggunakan kapas minyak selama 3-5 menit agar epitel yang lepas tidak menumpuk lalu bersihkan kerak-kerak pada puting susu
5. Bersihkan dan tariklah puting susu keluar terutama untuk puting susu yang datar
6. Ketuk-ketuk sekeliling puting susu dengan ujung-ujung jari

Payudara dikompres dengan air hangat lalu dingin secara bergantian kira-kira 5 menit (air hangat dahulu). Keringkan dengan handuk dan pakailah BH khusus yang dapat menopang dan mengganggu payudara.



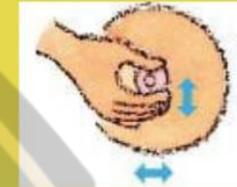
Pengurutan I Mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah pangkal ke arah puting susu.



Pengurutan II Membuat gerakan memutar sambil menekan dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu (dilakukan 5-6 kali/20-30 kali) pada kedua payudara



Pengurutan III Meletakkan kedua tangan diantara payudara, mengurut dari tengah ke atas sambil mengangkat kedua payudara dan lepaskan keduanya perlahan.



**SELAMAT  
MEMPRAKTEKKAN**



Lampiran 12. SOP Senam Nifas



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TATALAKSANA SENAM NIFAS

NO	LANGKAH- LANGKAH
1.	<b>Persiapan Alat</b>
	Ruangan yang nyaman
	Matras senam
	Air putih untuk minum
	Tensimeter, stetoskop, termometer dan jam tangan
2.	<b>ORIENTASI</b>
	Menjelaskan tujuan dan prosedur senam yang akan dilaksanakan
	Komunikasi dengan ibu selama melakukan bimbingan
	Tanggap terhadap respon ibu
	Menjaga privasi ibu
	Mengajak ibu berdoa sebelum memulai kegiatan
3.	<b>Langkah Pelaksanaan</b>
	Memperhatikan KU ibu, keluhan dan mengidentifikasi adanya kontraindikasi
	Mengukur tanda-tanda vital sebelum melakukan senam nifas
	<b>HARI PERTAMA</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tidur terlentang tangan dengan kedua kaki lurus ke depan</li> <li>2. Tarik napas (pernapasan perut) melalui hidung sambil merelaksasikan otot perut</li> <li>3. Tahan napas selama 3-5 detik untuk relaksasi</li> <li>4. Keluarkan napas pelan sambil mengkontraksikan otot perut</li> <li>5. Lakukan secara perlahan</li> <li>6. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KEDUA</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tidur terlentang dengan kedua kaki lurus ke depan</li> <li>2. Kedua tangan ditarik lurus ke atas sampai kedua telapak tangan bertemu</li> <li>3. Turunkan tangan sampai sejajar dada (posisi terlentang)</li> <li>4. Lakukan secara perlahan</li> <li>5. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KETIGA</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tidur terlentang</li> <li>2. Kedua tangan berada di samping badan</li> <li>3. Kedua kaki ditekuk 45 derajat</li> <li>4. Bokong diangkat ke atas</li> <li>5. Kembali ke posisi semula</li> <li>6. Lakukan secara perlahan dan jangan menghentakkan</li> <li>7. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KEEMPAT</b>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tidur terlentang, kaki ditekuk 45 derajat</li> <li>2. Tangan kanan diatas perut, kepala ditekuk sampai dagu menyentuh dada</li> <li>3. Gerakan anus dikerutkan</li> <li>4. Kerutkan otot anus ketika mengempiskan perut, atur pernapasan</li> <li>5. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KELIMA</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi terlentang, kaki kiri ditekuk 45 derajat gerakan tangan kiri kearah kaki kanan, kepala ditekuk sampai dagu menyentuh dada</li> <li>2. Lakukan gerakan tersebut secara bergantian</li> <li>3. Kerutkan otot sekitar anus ketika mengempiskan perut, atur pernapasan</li> <li>4. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KEENAM</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tidur terlentang, lutut ditarik sampai ke atas, kedua tangan disamping badan</li> <li>2. Lakukan gerakan tersebut secara bergantian</li> <li>3. Lakukan secara perlahan dan bertenaga</li> <li>4. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KETUJUH</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tidur terlentang kedua kaki lurus kedepan</li> <li>2. Kedua kaki diangkat ke atas dalam keadaan lurus</li> <li>3. Turunkan kedua kaki secara perlahan</li> <li>4. Pada saat mengangkat kaki, perut ditarik ke dalam</li> <li>5. Atur pernapasan</li> <li>6. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KEDELAPAN</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi nungging</li> <li>2. Nafas melalui pernapasan mulut</li> <li>3. Kerutkan anus tahan 5-10 hitungan, kemudian lepaskan</li> <li>4. Saat anus dikerutkan ambil napas dan tahan 5-10 hitungan. Kemudian buang nafas saat melepaskan Gerakan</li> <li>5. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KESEMBILAN</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tidur terlentang kedua tangan disamping badan</li> <li>2. Kedua kaki diangkat 90° kemudian turunkan secara perlahan</li> <li>3. Atur pernapasan saat mengangkat dan menurunkan kaki</li> <li>4. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali</li> </ol>
	<b>HARI KESEPULUH</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tidur terlentang kedua tangan ditekuk ke belakang kepala</li> <li>2. Bangun sampai posisi duduk dengan kedua tangan tetap di belakang kepala</li> <li>3. Kembali posisi semula (tidur kembali)</li> <li>4. Lakukan secara perlahan dan jangan menghentak/memaksa</li> <li>5. Atur pernapasan dan lakukan sebanyak 8 kali</li> </ol>
4.	Memperhatikan keluhan dan KU ibu serta mengukur vital sign setelah melakukan senam nifas
5.	Menganjurkan ibu untuk minum
6.	Melakukan evaluasi dengan cara meminta ibu untuk mengulangi gerakan yang telah diajarkan



**SENAM NIFAS**

DISUSUN OLEH  
LAILATUL MUCHAROMAH  
NIM. 202007

INSTITUT TEKNOLOGI SAINS  
DAN KESEHATAN RS dr.  
SOEPRAOEN MALANG

## APA ITU SENAM NIFAS?

**Indikasi Senam nifas**

- Untuk ibu melahirkan yang sehat dan tidak ada kelainan
- Senam ini dilakukan setelah 6 jam setelah persalinan normal dan 8 jam setelah persalinan Sectio Caesarea

**Pengertian Senam Nifas**

Senam nifas adalah senam yang dilakukan sejak hari pertama melahirkan setiap hari sampai hari yang kesepuluh, terdiri dari sederetan gerakan tubuh yang dilakukan untuk mempercepat pemulihan keadaan ibu.

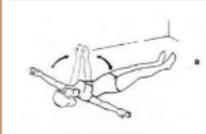
**Tujuan Senam**

- membantu mempercepat pemulihan keadaan ibu
- mempercepat proses involusi dan pemulihan alat kandungan
- memulihkan kekuatan dan kecanggungan ott panggul, perut dan perineum
- memperlancar pengeluaran lochea
- mengurangi sakit pada otot
- relaksasi otot

**GERAKAN SENAM NIFAS HARI 1**

- Posisi tidur terlentang tangan dengan kedua kaki lurus ke depan
- Tarik nafas (pernafasan perut) melalui hidung sambil merelaksasikan otot perut kemudian keluarkan perlahan 3. Tahan nafas selama 3-5 detik untuk relaksasi lakukan sebanyak 8

### GERAKAN HARI KEDUA



Pada hari kedua, gerakan mulai ditingkatkan. Posisi ibu masih sama, yaitu berbaring pada tempat yang datar dan aman. Lebarkan kedua tangan ibu sampai sejajar dengan bahu, lalu gerakan dengan lurus kedua tangan sampai bertemu di atas kepala. Lakukan latihan ini sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

### GERAKAN HARI KELIMA



Pada hari kelima gerakan dilakukan dengan posisi terlentang. Tekuk salah satu kaki dengan sudut 45 derajat, lalu angkat tubuh serta tangan yang berlawanan. Jika lutut yang ditekuk sebelah kiri, maka tangan yang digunakan yaitu sebelah kanan (begitu juga sebaliknya). Usahakan tangan yang berlawanan, mampu menyentuh lutut yang ditekuk. Lakukan gerakan ini secara bergantian, sebanyak 5 sampai 10 kali.

### GERAKAN HARI KEDELAPAN



Pada hari ke delapan, posisi sudah tidak berbaring lagi. Dimana posisi tubuh tampak seperti bayi yang merangkak. Angkat perut ibu ke atas dan kebawah (gerakan dilakukan hanya otot perut saja), lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali.

### GERAKAN HARI KETIGA

Pada hari kedua, gerakan mulai ditingkatkan. Posisi ibu masih sama, yaitu berbaring pada tempat yang datar dan aman. Lebarkan kedua tangan ibu sampai sejajar dengan bahu, lalu gerakan dengan lurus kedua tangan sampai bertemu di atas kepala.



Lakukan latihan ini sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

### GERAKAN HARI KEENAM



Pada hari keenam, latihan dilanjutkan ke bagian anggota gerak bawah. Posisi dilakukan dengan berbaring (terlentang), tekuk lutut sampai membentuk sudut lurus ke atas (sudut 90 derajat). Lakukan gerakan ini secara bergantian antara kaki kiri dan kaki kanan.

Latihan gerak ini, dilakukan sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

### GERAKAN HARI KESEMBILAN



Pada hari ke sembilan, posisi tubuh kembali terlentang. Rapatkan kedua kaki, lalu angkat kedua kaki secara bersamaan dengan sudut lurus atau membentuk sudut 90 derajat. Turunkan kedua kaki kebawah secara perlahan, dan lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

### GERAKAN HARI KEEMPAT



Pada hari selanjutnya, yaitu menggerakkan anggota badan bagian atas. Posisi tubuh terlentang, dengan telapak kaki menyentuh lantai, dan lutut ditekuk dengan sudut 45 derajat. Lalu gunakan satu tangan untuk memegang perut. Angkat tubuh ke atas dengan sudut kurang lebih 45 derajat, lalu tahan sampai hitungan ke 3 atau 5. Lalu turunkan secara perlahan. Lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali.

### GERAKAN HARI KETUJUH



Pada hari keenam, latihan dilanjutkan ke bagian anggota gerak bawah. Posisi dilakukan dengan berbaring (terlentang), tekuk lutut sampai membentuk sudut lurus ke atas (sudut 90 derajat). Lakukan gerakan ini secara bergantian antara kaki kiri dan kaki kanan.

Latihan gerak ini, dilakukan sebanyak 5 sampai 10 kali gerakan.

### GERAKAN HARI KESEPULUH



Pada hari terakhir senam nifas, yaitu gerakan sit-up. Mula-mula tubuh pada posisi terlentang, taruh kedua tangan dibawah kepala, dan angkat tubuh sampai membentuk posisi duduk. Lakukan gerakan ini sebanyak 5 sampai 10 kali.



**SATUAN ACARA PENYULUHAN**  
**PELATIHAN PERAWATAN PAYUDARA DAN SENAM NIFAS PADA IBU**  
**NIFAS DAN MENYUSUI DI PMB IKE SRI MEI WULAN KECAMATAN**  
**BULULAWANG**

Tema : Pelatihan Perawatan Payudara dan Senam Nifas Pada Ibu Nifas dan Menyusui

Sasaran : Ibu Nifas

Hari/ Tanggal : Selasa, 7 Maret 2023

Tempat : PMB Ike Sri Mei Wulan Bululawang

Waktu : 60 menit

a. Analisa situasi

Ibu nifas di PMB Ike Sri Mei Wulan kebanyakan belum mampu menerapkan perawatan payudara dengan baik dan juga bahkan tidak mengetahui tentang senam nifas. Pengetahuan ibu yang minim dan beranggapan bahwa hal tersebut tidak penting dan tidak berpengaruh pada kondisi ibu setelah melahirkan.

b. Tujuan

1. Tujuan umum

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan ibu nifas dapat mengetahui dan mendapat pengetahuan tentang senam hamil dan perawatan payudara

2. Tujuan khusus

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan ibu nifas mampu :

- a. Untuk mengetahui apa yang dimaksud dengan senam hamil dan perawatan payudara
- b. Untuk mengetahui tujuan senam hamil dan perawatan payudara
- c. Untuk mengetahui manfaat senam hamil dan perawatan payudara
- d. Untuk mengetahui Langkah-langkah senam hamil dan perawatan payudara

c. Pokok bahasan

1. Konsep pengetahuan
2. Konsep senam hamil dan perawatan payudara

3. Gerakan senam hamil dan perawatan payudara

d. Metode

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Diskusi

e. Alat bantu

1. Leaflet

f. Susunan acara

No	Kegiatan	Waktu	Kegiatan penyuluhan	Kegiatan audien
1.	Pembukaan	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengucapkan salam</li> <li>2. Memperkenalkan diri</li> <li>3. Menyampaikan maksud dan tujuan</li> <li>4. Menyampaikan pokok bahasan</li> <li>5. Memnanyakan pokok bahasa kepada audien</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjawab salam</li> <li>2. Memperhatikan</li> <li>3. Memperhatikan</li> <li>4. Memperhatikan</li> <li>5. Menjawab</li> </ol>
2.	Isi	60 menit	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan konsep pengetahuan</li> <li>2. Menjelaskan konsep Konsep senam hamil dan perawatan payudara</li> <li>3. Gerakan senam hamil dan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memperhatikan</li> <li>2. Memperhatikan</li> <li>3. Mampu mempraktekkan</li> </ol>

			perawatan payudara	
3.	Pertanyaan	20 menit	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan kesempatan pada audien untuk bertanya</li> <li>2. Memberi kesempatan pada audien lain untuk menanggapi</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bertanya</li> <li>2. Bertanya</li> </ol>
4.	Penutup	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan kesempatan jika masih ada pertanyaan</li> <li>2. Memberikan kesimpulan dan saran</li> <li>3. Ucapan terimakasih</li> <li>4. Salam</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjawab</li> <li>2. Mendengar</li> <li>3. Memperhatikan</li> <li>4. Menjawab salam</li> </ol>

g. Evaluasi

1. Menjelaskan konsep pengetahuan
2. Menjelaskan Konsep senam hamil dan perawatan payudara
3. Menjelaskan Gerakan senam hamil dan perawatan payudara

h. Lampiran

1. Materi
2. Leaflet
3. Daftar hadir

PERTANYAAN PRE DAN POST

1. Apakah yang dimaksud senam nifas?
2. Berapa hari harus senam nifas?
3. Perawatan payudara bermanfaat untuk?
4. Kapan dilakukan perawatan payudara?

5. Bagaimana waktu menyusui yang tepat?

## **Materi penyuluhan**

### **SENAM NIFAS**

#### 1. Pengertian

Senam nifas adalah perawatan dan pemeliharaan keindahan tubuh pasca persalinan, untuk memulihkan otot yang kendur dan mengencangkan otot abdomen. atau senam yang dilakukan ibu setelah melahirkan. Senam nifas bertujuan untuk mempercepat penyembuhan, mencegah timbulnya komplikasi, memulihkan dan menguatkan otot-otot punggung, otot dasar panggul dan otot perut. Senam nifas adalah latihan jasmani yang dilakukan oleh ibu-ibu setelah melahirkan setelah keadaan tubuhnya pulih dimana fungsinya adalah untuk mengembalikan kondisi kesehatan, untuk mempercepat penyembuhan, mencegah timbulnya komplikasi, memulihkan dan memperbaiki regangan pada otot-otot setelah kehamilan, terutama pada otot bagian punggung, dasar panggul dan perut

#### 2. Tujuan

Senam nifas dapat dilakukan oleh ibu-ibu pasca persalinan, dimana senam nifas mempunyai tujuan untuk :

- a. Membantu mencegah pembentukan bekuan (thrombosis) pada pembuluh tungkai dan membantu kemajuan ibu dari ketergantungan peran sakit menjadi sehat dan tidak bergantung.
- b. Mengencangkan otot perut, liang senggama, otot-otot sekitar vagina maupun otot-otot dasar panggul.
- c. Memperbaiki regangan otot perut.
- d. Untuk relaksasi dasar panggul.
- e. Memperbaiki tonus otot pinggul.
- f. Memperbaiki sirkulasi darah.
- g. Memperbaiki regangan otot tungkai.
- h. Memperbaiki sikap tubuh dan punggung setelah melahirkan

#### 3. Manfaat senam nifas

- a. Meningkatkan kebugaran kardiovaskular
- b. Retensi berat badan yang sedikit signifikan
- c. Peningkatan kesejahteraan psikologi

4. Kontraindikasi Senam nifas seyogyanya tidak dilakukan oleh ibu yang menderita anemia atau yang mempunyai riwayat penyakit jantung dan paru-paru

## **PERAWATAN PAYUDARA**

- Pengertian perawatan payudara

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

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.

- **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.

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)

Cara perawatan payudara pada ibu hamil

1. Langkah-langkah pengurutan payudara

a. Pengurutan pertama

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

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

b. 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

c. 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.

• 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.

- Perawatan puting susu

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

- a. Kompres kedua puting susu dengan kapas yang telah dibasahi minyak selama lima menit agar kotoran disekitar puting mudah terangkat
- b. 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
- c. Jika puting susu datar atau masuk kedalam, lakukan tahap berikut :
  - Letakkan kedua ibu jari di sebelah kiri dan kanan puting susu, kemudian tekan dan hentakkan ke arah luar menjauhi puting susu secara perlahan
  - Letakkan kedua ibu jari diatas dan dibawah puting susu, lalu tekan serta hentakkan ke arah luar menjauhi puting susu secara perlahan.

Catatan :

- ✓ Hindari gerakan yang dapat memarkan puting susu
- ✓ Hindari penarikan puting susu dan payudara keluar karena dapat merusak jaringan-jaringan payudara
- ✓ Hindari penggesekan diatas payudara karena dapat menimbulkan rasa panas pada kulit payudara
- ✓ 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.

Lampiran 15. Curriculum vitae



INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, dan KESEHATAN RS  
dr. SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN

**CURRICULUM VITAE**



1. Identitas Diri

Nama lengkap	Lailatul Mucharomah
Jenis Kelamin	Perempuan
Program studi	Kebidanan
NIM	202007
Tempat Tanggal Lahir	Malang, 24 Februari 2003
e-mail	<a href="mailto:Lailatulmucharomah29@gmail.com">Lailatulmucharomah29@gmail.com</a>
No. Telepon	0895396127951
Alamat	Jl. Kendedes RT. 06 RW. 01 Dusun Krajan Desa Tulusbesar Kec. Tumpang Kab. Malang

2. Riwayat Pendidikan

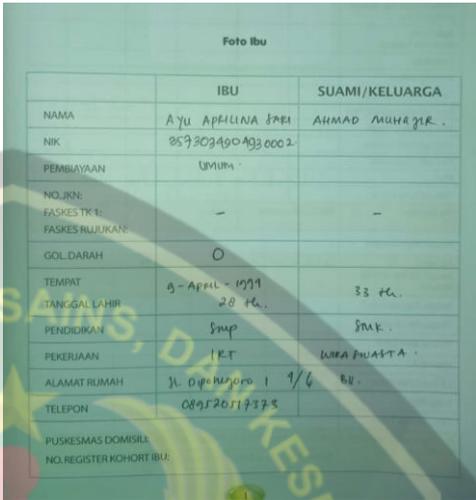
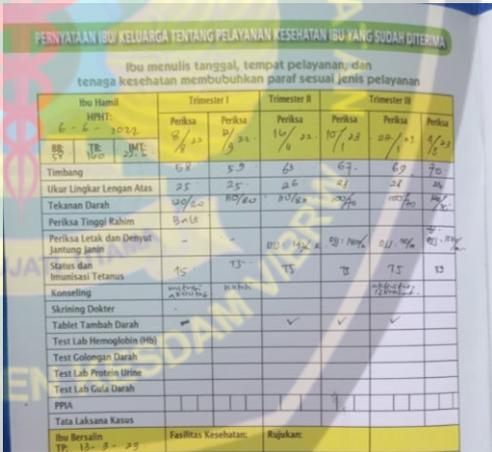
No	Jenjang Pendidikan	Lembaga Pendidikan	Lulus
1.	TK	TK PGRI 2 Tumpang	2009
2.	SD	SDN Tumpang 4	2015
3.	SMP	MTsN 7 Malang	2018
4.	SMA	SMAN 1 Tumpang	2020

Lampiran 16. Dokumentasi



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG

DOKUMENTASI ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF

No	Keterangan	Dokumentasi																																																																																																																																																																
1	Buku ANC Ibu	 <p style="text-align: center;">Foto Ibu</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th>IBU</th> <th>SUAMI/KELUARGA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>NAMA</td> <td>Ayu APELLINA SAEI</td> <td>AHMAD MUHAJIR.</td> </tr> <tr> <td>NIK</td> <td>8593034904330002</td> <td></td> </tr> <tr> <td>PEMBAYARAN</td> <td>UMUM</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NO. JKN</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>FASKES TKI</td> <td>-</td> <td>-</td> </tr> <tr> <td>FASKES BUJUKAN</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>GOL. DARAH</td> <td>O</td> <td></td> </tr> <tr> <td>TEMPAT TANGGAL LAHIR</td> <td>9-April-1999 28 Hk.</td> <td>33 Hk.</td> </tr> <tr> <td>PENDIDIKAN</td> <td>SMP</td> <td>SMA.</td> </tr> <tr> <td>PEKERJAAN</td> <td>IRT</td> <td>UKA MUATTA.</td> </tr> <tr> <td>ALAMAT RUMAH</td> <td>Jl. Diponegoro 1 1/4</td> <td>Bk.</td> </tr> <tr> <td>TELEPON</td> <td>08952017375</td> <td></td> </tr> <tr> <td>PUSKESMAS DOMISILI</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>NO. REGISTER KOHORT IBU</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		IBU	SUAMI/KELUARGA	NAMA	Ayu APELLINA SAEI	AHMAD MUHAJIR.	NIK	8593034904330002		PEMBAYARAN	UMUM		NO. JKN			FASKES TKI	-	-	FASKES BUJUKAN			GOL. DARAH	O		TEMPAT TANGGAL LAHIR	9-April-1999 28 Hk.	33 Hk.	PENDIDIKAN	SMP	SMA.	PEKERJAAN	IRT	UKA MUATTA.	ALAMAT RUMAH	Jl. Diponegoro 1 1/4	Bk.	TELEPON	08952017375		PUSKESMAS DOMISILI			NO. REGISTER KOHORT IBU																																																																																																																					
	IBU	SUAMI/KELUARGA																																																																																																																																																																
NAMA	Ayu APELLINA SAEI	AHMAD MUHAJIR.																																																																																																																																																																
NIK	8593034904330002																																																																																																																																																																	
PEMBAYARAN	UMUM																																																																																																																																																																	
NO. JKN																																																																																																																																																																		
FASKES TKI	-	-																																																																																																																																																																
FASKES BUJUKAN																																																																																																																																																																		
GOL. DARAH	O																																																																																																																																																																	
TEMPAT TANGGAL LAHIR	9-April-1999 28 Hk.	33 Hk.																																																																																																																																																																
PENDIDIKAN	SMP	SMA.																																																																																																																																																																
PEKERJAAN	IRT	UKA MUATTA.																																																																																																																																																																
ALAMAT RUMAH	Jl. Diponegoro 1 1/4	Bk.																																																																																																																																																																
TELEPON	08952017375																																																																																																																																																																	
PUSKESMAS DOMISILI																																																																																																																																																																		
NO. REGISTER KOHORT IBU																																																																																																																																																																		
2	Kunjungan ANC	 <p style="text-align: center;">PERNYATAAN IBU/KELUARGA TENTANG PELAYANAN KESEHATAN IBU YANG SUDAH DITERIMA</p> <p>Ibu menulis tanggal, tempat pelayanan, dan tenaga kesehatan membubuhkan paraf sesuai jenis pelayanan</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Ibu Hamil</th> <th colspan="2">Trimester I</th> <th colspan="2">Trimester II</th> <th colspan="2">Trimester III</th> </tr> <tr> <th>Periksa</th> <th>Periksa</th> <th>Periksa</th> <th>Periksa</th> <th>Periksa</th> <th>Periksa</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>HPHT: 6-6-2022</td> <td>12/22</td> <td>19/22</td> <td>16/22</td> <td>10/23</td> <td>20/23</td> <td>1/23</td> </tr> <tr> <td>BB: 57</td> <td>68</td> <td>55</td> <td>63</td> <td>67</td> <td>67</td> <td>70</td> </tr> <tr> <td>TR: 100</td> <td>25</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>21</td> <td>21</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>IMT: 22,6</td> <td>109/60</td> <td>109/60</td> <td>107/60</td> <td>107/60</td> <td>107/60</td> <td>107/60</td> </tr> <tr> <td>Timbang</td> <td>68</td> <td>55</td> <td>63</td> <td>67</td> <td>67</td> <td>70</td> </tr> <tr> <td>Ukur Lingkar Lengan Atas</td> <td>25</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>21</td> <td>21</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>Tekanan Darah</td> <td>109/60</td> <td>109/60</td> <td>107/60</td> <td>107/60</td> <td>107/60</td> <td>107/60</td> </tr> <tr> <td>Periksa Tinggi Rahim</td> <td>21-15</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Periksa Letak dan Denyut Jantung Janin</td> <td></td> <td></td> <td>100/140</td> <td>100/140</td> <td>100/140</td> <td>100/140</td> </tr> <tr> <td>Skala dan Imunisasi Tetanus</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>Konseling</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Skriming Dokter</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Tablet Tambah Darah</td> <td></td> <td></td> <td>✓</td> <td>✓</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Test Lab Hemoglobin (Hb)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Test Colongan Darah</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Test Lab Protein Urine</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Test Lab Gula Darah</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>PPIA</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Tata Laksana Kasus</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ibu Bersalin TP: 12-8-22</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Facilitas Kesehatan:</td> <td></td> <td>Rujukan:</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Ibu Hamil	Trimester I		Trimester II		Trimester III		Periksa	Periksa	Periksa	Periksa	Periksa	Periksa	HPHT: 6-6-2022	12/22	19/22	16/22	10/23	20/23	1/23	BB: 57	68	55	63	67	67	70	TR: 100	25	25	26	21	21	20	IMT: 22,6	109/60	109/60	107/60	107/60	107/60	107/60	Timbang	68	55	63	67	67	70	Ukur Lingkar Lengan Atas	25	25	26	21	21	20	Tekanan Darah	109/60	109/60	107/60	107/60	107/60	107/60	Periksa Tinggi Rahim	21-15						Periksa Letak dan Denyut Jantung Janin			100/140	100/140	100/140	100/140	Skala dan Imunisasi Tetanus	15	15	15	15	15	15	Konseling							Skriming Dokter							Tablet Tambah Darah			✓	✓	✓		Test Lab Hemoglobin (Hb)							Test Colongan Darah							Test Lab Protein Urine							Test Lab Gula Darah							PPIA							Tata Laksana Kasus							Ibu Bersalin TP: 12-8-22								Facilitas Kesehatan:		Rujukan:			
Ibu Hamil	Trimester I			Trimester II		Trimester III																																																																																																																																																												
	Periksa	Periksa	Periksa	Periksa	Periksa	Periksa																																																																																																																																																												
HPHT: 6-6-2022	12/22	19/22	16/22	10/23	20/23	1/23																																																																																																																																																												
BB: 57	68	55	63	67	67	70																																																																																																																																																												
TR: 100	25	25	26	21	21	20																																																																																																																																																												
IMT: 22,6	109/60	109/60	107/60	107/60	107/60	107/60																																																																																																																																																												
Timbang	68	55	63	67	67	70																																																																																																																																																												
Ukur Lingkar Lengan Atas	25	25	26	21	21	20																																																																																																																																																												
Tekanan Darah	109/60	109/60	107/60	107/60	107/60	107/60																																																																																																																																																												
Periksa Tinggi Rahim	21-15																																																																																																																																																																	
Periksa Letak dan Denyut Jantung Janin			100/140	100/140	100/140	100/140																																																																																																																																																												
Skala dan Imunisasi Tetanus	15	15	15	15	15	15																																																																																																																																																												
Konseling																																																																																																																																																																		
Skriming Dokter																																																																																																																																																																		
Tablet Tambah Darah			✓	✓	✓																																																																																																																																																													
Test Lab Hemoglobin (Hb)																																																																																																																																																																		
Test Colongan Darah																																																																																																																																																																		
Test Lab Protein Urine																																																																																																																																																																		
Test Lab Gula Darah																																																																																																																																																																		
PPIA																																																																																																																																																																		
Tata Laksana Kasus																																																																																																																																																																		
Ibu Bersalin TP: 12-8-22																																																																																																																																																																		
	Facilitas Kesehatan:		Rujukan:																																																																																																																																																															
3	Hasil ANC-T	 <p>Pemeriksaan laboratorium ( tanggal 16 / 11 / 20 ... )</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>Pemeriksaan</th> <th>Hasil</th> <th>Rencana Tindak Lanjut</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Hemoglobin</td> <td>gr/dL 12,5</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Colongan darah &amp; Rhesus</td> <td>0</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Gula darah sewaktu</td> <td>mg/dL -</td> <td></td> </tr> <tr> <td>PPIA</td> <td>-</td> <td></td> </tr> <tr> <td>• H</td> <td>R/NR</td> <td></td> </tr> <tr> <td>• S</td> <td>R/NR</td> <td></td> </tr> <tr> <td>• Hepatitis B</td> <td>R/NR</td> <td></td> </tr> <tr> <td>• Lain-lain</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>Kesimpulan : .....</p> <p>Rekomendasi : .....</p> <p>(ANC dapat dilakukan di FKTP atau rujuk ke FKRTL)</p>	Pemeriksaan	Hasil	Rencana Tindak Lanjut	Hemoglobin	gr/dL 12,5		Colongan darah & Rhesus	0		Gula darah sewaktu	mg/dL -		PPIA	-		• H	R/NR		• S	R/NR		• Hepatitis B	R/NR		• Lain-lain																																																																																																																																							
Pemeriksaan	Hasil	Rencana Tindak Lanjut																																																																																																																																																																
Hemoglobin	gr/dL 12,5																																																																																																																																																																	
Colongan darah & Rhesus	0																																																																																																																																																																	
Gula darah sewaktu	mg/dL -																																																																																																																																																																	
PPIA	-																																																																																																																																																																	
• H	R/NR																																																																																																																																																																	
• S	R/NR																																																																																																																																																																	
• Hepatitis B	R/NR																																																																																																																																																																	
• Lain-lain																																																																																																																																																																		

<p>4. <b>Kunjungan ANC I</b>  Tanggal : 10-01-23  Pukul : 18.00 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
<p><b>Kunjungan ANC II</b>  Tanggal : 22-02-23  Pukul : 11.00 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
<p><b>Kunjungan ANC III</b>  Tanggal : 01-03-23  Pukul : 14.00 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	

<p>5.</p>	<p><b>Dokumentasi persalinan</b>  Tanggal : 04-03-23  Pukul : 03.30 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
<p>6</p>	<p><b>BBL (Penilaian Sesaat)</b>  Tanggal : 04-03-23  Pukul : 04.00 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
<p>7</p>	<p><b>Perawatan BBL</b>  Tanggal : 04-03-23  Pukul : 04.30 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	

<p>8</p>	<p><b>Penimbangan BBL</b>  Tanggal : 04-03-23  Pukul : 04.30 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
<p>9</p>	<p><b>Penyuntikan Vit.K dan Salep mata</b>  Tanggal : 04-03-23  Pukul : 05.00 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
<p>10</p>	<p><b>Penyuntikan Hb0</b>  Tanggal : 04-03-23  Pukul : 06.00 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	

11 **Mandi Bayi**  
 Tanggal : 04-03-23  
 Pukul : 10.00WIB  
 Tempat :  
 PMB Ike Sri Mei  
 Wulan



12 **Cap kaki bayi**  
 Tanggal : 04-03-23  
 Pukul : 10.00WIB  
 Tempat :  
 PMB Ike Sri Mei  
 Wulan



13 **Data BBL dan kunjungan neonatal**

**RINGKASAN PELAYANAN PERSALINAN**

Ibu Bersalin dan Ibu Nifas  
 Tanggal persalinan : 04.03.23 Pukul : 10.00 WIB  
 Umur kehamilan : 35 minggu  
 Penolong persalinan : Sp04/ Dokter umum/ Bidan  
 Cara persalinan : Normal/ Tidak ada  
 Keadaan ibu : Sehat/ Tidak ada keluhan/ Demam/ Kejang/ Tidak ada berbau/ laktasi/ Meninggal

KB Pasca persalinan :  
 Keterangan tambahan :  
 \* Lingkari yang sesuai

**Bayi Saat Lahir**  
 Anak ke : (0/0)  
 Berat Lahir : 2600 gram  
 Panjang Badan : 49 cm  
 Lingk. Kepala : 31 cm  
 Jenis Kelamin : Laki-laki/ Perempuan/ Tidak bisa ditentukan

Kondisi bayi saat lahir\*\*  
 Segera menangis  Angguk gerak-gerakan  
 Mengisap beberapa saat  Seluruh tubuh biru  
 Tidak menangis  Kelainan bawaan  
 Seluruh tubuh kemerahan  Meninggal

Asuhan Bayi Baru Lahir\*\*  
 Inisiasi menyusui dini (IMD) dalam 3 jam pertama kelahiran bayi  
 Suntikan Vitamin K1  
 Salep mata antibiotika profilaktik  
 Imunisasi HB0

Keterangan tambahan :  
 \* Lingkari yang sesuai  
 \*\* Beri tanda (✓) pada kolom yang sesuai

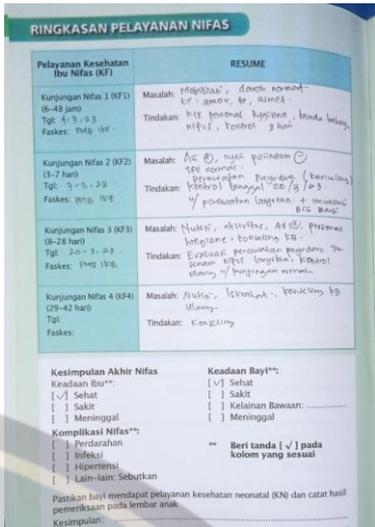
**PELAYANAN KESEHATAN NEONATUS (0-28 HARI)**

Pelayanan kesehatan neonatus menggunakan pendekatan MTBS algoritma bayi muda umur <2 bulan

	0 - 6 jam (KN1)	6 - 48 jam (KN1)	3 - 7 hari (KN2)	8 - 28 hari (KN3)
Kondisi	Menyusu <input checked="" type="checkbox"/> Tuli Pusat <input checked="" type="checkbox"/> Vt K1 <input checked="" type="checkbox"/> Saley/Tetes Mata* <input checked="" type="checkbox"/> Imunisasi K1 <input checked="" type="checkbox"/> Tgl lahir: 04/03/23 Jenis: 10.00 WIB Nomor Batz: 10-10-10 Nomor Batz: 10-10-10	Menyusu <input checked="" type="checkbox"/> Tuli Pusat <input checked="" type="checkbox"/> Tanda bahaya <input checked="" type="checkbox"/> Identifikasi kuning <input checked="" type="checkbox"/> Imunisasi HB <input checked="" type="checkbox"/> Tgl lahir: 04/03/23 Jenis: 10.00 WIB Nomor Batz: 10-10-10 Nomor Batz: 10-10-10	Menyusu <input checked="" type="checkbox"/> Tuli Pusat <input checked="" type="checkbox"/> Tanda bahaya <input checked="" type="checkbox"/> Identifikasi kuning <input checked="" type="checkbox"/> Imunisasi HB <input checked="" type="checkbox"/> Tgl lahir: 04/03/23 Jenis: 10.00 WIB Nomor Batz: 10-10-10 Nomor Batz: 10-10-10	Menyusu <input checked="" type="checkbox"/> Tuli Pusat <input checked="" type="checkbox"/> Tanda bahaya <input checked="" type="checkbox"/> Identifikasi kuning <input checked="" type="checkbox"/> Imunisasi HB <input checked="" type="checkbox"/> Tgl lahir: 04/03/23 Jenis: 10.00 WIB Nomor Batz: 10-10-10 Nomor Batz: 10-10-10
Masalah:	Masalah:	Masalah:	Masalah:	
Dirujuk ke**	Dirujuk ke**	Dirujuk ke**	Dirujuk ke**	
Nama jales petugas:	Nama jales petugas:	Nama jales petugas:	Nama jales petugas:	

\* Catatan penting  
 Nama tenaga kesehatan:  
 \*\* Beri tanda (✓) pada kolom yang sesuai

<p>14</p>	<p><b>Kunjungan neonatal 1</b>  Tanggal : 04-03-23  Pukul : 10.00WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
<p>15</p>	<p><b>Kunjungan Neonatal 2</b>  Tanggal : 07-03-23  Pukul : 10.00WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
<p>16</p>	<p><b>Kunjungan Neonatal 3</b>  Tanggal : 20-03-23  Pukul : 09.30 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	

17	<p><b>Data kunjungan nifas</b></p>	 <p><b>RINGKASAN PELAYANAN NIFAS</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Pelayanan Kesehatan Ibu Nifas (KN)</th> <th>RESUME</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Kunjungan Nifas 1 (KN1) (0-48 jam) Tgl: 4-3-23 Faskes: PMB Ike</td> <td>Masalah: Malesial, demam normal, Er, amon, ap, amies. Tindakan: KIE neonatal hipotermia, benda bulat, nifas, kontrol 3 hari.</td> </tr> <tr> <td>Kunjungan Nifas 2 (KN2) (0-7 hari) Tgl: 9-3-23 Faskes: PMB Ike</td> <td>Masalah: An (0), nisc p-ndom (0) ses normal. Tindakan: Pemeriksaan payudara (menyusui), faskes kontrol 20/3/23, p-ndom (layutan + imulasi ses 20/3).</td> </tr> <tr> <td>Kunjungan Nifas 3 (KN3) (8-28 hari) Tgl: 20-3-23 Faskes: PMB Ike</td> <td>Masalah: Nukis, mltvtr, At (0), Preterm, hngiare + kontrol TB. Tindakan: Evaluasi perkembangan payudara, scan usg lanjutan, KBB (0) status / progres normal.</td> </tr> <tr> <td>Kunjungan Nifas 4 (KN4) (29-42 hari) Tgl: Faskes:</td> <td>Masalah: Nukis, kontrol, penyusui TB Ulang. Tindakan: konseling.</td> </tr> </tbody> </table> <p>Kesimpulan Akhir Nifas Kondisi Ibu**: <input checked="" type="checkbox"/> Sehat <input type="checkbox"/> Sakit <input type="checkbox"/> Meninggal Komplikasi Nifas**: <input type="checkbox"/> Perdarahan <input type="checkbox"/> Infeksi <input type="checkbox"/> Hipertensi <input type="checkbox"/> Lain-lain: Sebutkan</p> <p>Kondisi Bayi**: <input checked="" type="checkbox"/> Sehat <input type="checkbox"/> Sakit <input type="checkbox"/> Kelainan Bawaan: ..... <input type="checkbox"/> Meninggal</p> <p>** Beri tanda [ <input checked="" type="checkbox"/> ] pada kolom yang sesuai</p> <p>Pastikan bayi mendapat pelayanan kesehatan neonatal (KN) dan catat hasil pemeriksaan pada lembar anak. Kesimpulan:</p>	Pelayanan Kesehatan Ibu Nifas (KN)	RESUME	Kunjungan Nifas 1 (KN1) (0-48 jam) Tgl: 4-3-23 Faskes: PMB Ike	Masalah: Malesial, demam normal, Er, amon, ap, amies. Tindakan: KIE neonatal hipotermia, benda bulat, nifas, kontrol 3 hari.	Kunjungan Nifas 2 (KN2) (0-7 hari) Tgl: 9-3-23 Faskes: PMB Ike	Masalah: An (0), nisc p-ndom (0) ses normal. Tindakan: Pemeriksaan payudara (menyusui), faskes kontrol 20/3/23, p-ndom (layutan + imulasi ses 20/3).	Kunjungan Nifas 3 (KN3) (8-28 hari) Tgl: 20-3-23 Faskes: PMB Ike	Masalah: Nukis, mltvtr, At (0), Preterm, hngiare + kontrol TB. Tindakan: Evaluasi perkembangan payudara, scan usg lanjutan, KBB (0) status / progres normal.	Kunjungan Nifas 4 (KN4) (29-42 hari) Tgl: Faskes:	Masalah: Nukis, kontrol, penyusui TB Ulang. Tindakan: konseling.
Pelayanan Kesehatan Ibu Nifas (KN)	RESUME											
Kunjungan Nifas 1 (KN1) (0-48 jam) Tgl: 4-3-23 Faskes: PMB Ike	Masalah: Malesial, demam normal, Er, amon, ap, amies. Tindakan: KIE neonatal hipotermia, benda bulat, nifas, kontrol 3 hari.											
Kunjungan Nifas 2 (KN2) (0-7 hari) Tgl: 9-3-23 Faskes: PMB Ike	Masalah: An (0), nisc p-ndom (0) ses normal. Tindakan: Pemeriksaan payudara (menyusui), faskes kontrol 20/3/23, p-ndom (layutan + imulasi ses 20/3).											
Kunjungan Nifas 3 (KN3) (8-28 hari) Tgl: 20-3-23 Faskes: PMB Ike	Masalah: Nukis, mltvtr, At (0), Preterm, hngiare + kontrol TB. Tindakan: Evaluasi perkembangan payudara, scan usg lanjutan, KBB (0) status / progres normal.											
Kunjungan Nifas 4 (KN4) (29-42 hari) Tgl: Faskes:	Masalah: Nukis, kontrol, penyusui TB Ulang. Tindakan: konseling.											
18	<p><b>Kunjungan nifas 1</b> Tanggal : 04-03-23 Pukul : 10.00WIB Tempat : PMB Ike Sri Mei Wulan</p>											
	<p><b>Kunjungan Nifas 2</b> Tanggal : 07-03-23 Pukul : 10.00WIB Tempat : PMB Ike Sri Mei Wulan</p>											

	<p><b>Kunjungan Nifas 3</b>  Tanggal : 20-03-23  Pukul : 09.30 WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	
	<p><b>Kunjungan nifas 4</b>  Tanggal : 05-04-23  Pukul : 15.00 WIB  Tempat :  Rumah Ny. A (Jl.  Suropati I  Bululawang)</p>	
<p>19</p>	<p><b>Penyuluhan perawatan payudara dan senam nifas</b>  Tanggal : 07-03-23  Pukul : 10.00WIB  Tempat :  PMB Ike Sri Mei  Wulan</p>	

20

**Foto Bersama**

Tanggal : 07-03-23

Pukul : 10.00WIB

Tempat :  
PMB Ike Sri Mei  
Wulan

