

LAMPIRAN

Lampiran 1 : POA Laporan Tugas Akhir



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

POA LAPORAN STUDI KASUS

NO	KEGIATAN	SEPTEMBER 2021				OKTOBER 2021				NOVEMBER 2021				DESEMBER 2021				JANUARI 2022			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengarahan penyusunan proposal Studi Kasus	█																			
2	Proses bimbingan dan penyusunan Studi Kasus					█															
3	Pelaksanaan asuhan kebidanan secara komprehensif													█							
	a. Kunjungan 1																				
	b. Kunjungan 2																				
	c. Kunjungan 3																				
	d. Kunjungan 4																				
	e. Kunjungan 5																				
	f. Kunjungan 6																				
4	Pendokumentasian menggunakan SOAP																	█			

NO	KEGIATAN KEGIATAN	JANUARI 2022				FEBRUARI 2022				MARET 2022				APRIL 2022				MEI 2022				JUNI 2022			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
5	Proses bimbingan dan hasil studi kasus	■																							
6	Penatalaksanaan ujian studi kasus													■											
7	Revisi dan persetujuan studi kasus																	■							
8	Pengesahan studi kasus																					■			



Lampiran 2 : Inform Consent



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



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

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Ny "R"
Umur : 21 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Loandeng , Rt.06 / Rw .04
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : IRT

Setelah mendapatkan informasi tentang manfaat asuhan kebidanan komprehensif, saya (bersedia/tidak bersedia*) berpartisipasi dan menjadi responden studi kasus yang berjudul "**Asuhan Kebidanan pada Kehamilan Trimester III Sampai dengan Penggunaan Alat Kontrasepsi**". Secara sukarela tanpa adanya tekanan dan juga paksaan dari pihak lain.

Peneliti

Safrina Amalia
NIM. 19.2.029

Malang,
Responden

(Pinata Dipasrika)
Tanda tangan dan inisial

Saksi

(Alex Kanda)
Tanda tangan

(*) Coret yang tidak perlu

Lampiran 3 : Score Poedji Rochati



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

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

Nama : Ny. R Umur Ibu : Ny. R Th. 2021
 Hamil ke : 1 Hajid terakhir tgl : 2-3-2021 Perkiraan persalinan tgl : 8-12-2021
 Pendidikan ibu : SMA Suami : Tn. A
 Pekerjaan ibu : IRT Suami : Tn. A

I KEL. F.R	II NO.	III Masalah/Faktor Risiko	SKOR	IV Tribulan			
				I	II	III.1	III.2
		Skor Awal ibu Hamil	2				<input checked="" type="checkbox"/>
I	1	Terlalu muda, hamil ≤ 16 Th	4				
	2	a. Terlalu lambat hamil 1. kawin ≥ 4 Th	4				
		b. Terlalu tua, hamil 1 ≥ 35 Th	4				
	3	Terlalu cepat hamil lagi (<2 Th)	4				
	4	Terlalu lama hamil lagi (≥ 10 Th)	4				
	5	Terlalu banyak anak, 4/lebih	4				
	6	Terlalu tua, umur ≥ 35 Th	4				
	7	Terlalu pendek ≤ 145 cm	4				
	8	Pernah gagal kehamilan	4				
	9	Pernah Melahirkan dengan					
	a. Tarikan lang/vakum	4					
	b. Uri dirogoh	4					
	c. Diberi infus/Transfusi	4					
	10. Pernah Operasi Sesar	8					
II	11	Penyakit pada ibu hamil	4				
		a. Kurang darah b. Malaria					
		c. TBC Paru d. Payah jantung	4				
		e. Kencing manis (Diabetes)	4				
		f. Penyakit Menular Seksual	4				
	12	Bengkak pada muka/tangkai dan tekanan darah tinggi	4				
	13	Hamil kembar 2 atau lebih	4				
14	Hamil kembar air (hidraminon)	4					
15	Bayi mati dalam kandungan	4					
16	Kehamilan lebih bulan	4					
	17. Letak sungsang	8					
	18. Letak lintang	8					
III	19	Pendarahan dalam kehamilan ini	8				
	20	pre-eklampsia Berat/Kejang-kejang	8				
JUMLAH SKOR			2				

**PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN
~ RUJUKAN TERENCANA**

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

Kematian ibu dalam kehamilan : 1. Abortus 2. lain-lain

Lampiran 4 : Hasil Cek Laboratorium



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

PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
 DINAS KESEHATAN
 UPT PUSKESMAS DAU
 Jln. Raya Mulyoagung No. 212 Telp. (0341) 462123
 e-mail: puskesmasdau@yahoo.com
 DAU-65151

HASIL PEMERIKSAAN LABORATORIUM PUSKESMAS DAU

Tanggal : 12/06/2021 Jam Pengambilan / Penyerahan Spesimen :
 No. Reg. Lab. : No. RM :
 Nama : (R. W. M. D. P. S. K. S.) Jam hasil pemeriksaan selesai :
 Umur : 31
 Jenis kelamin : Perempuan
 Alamat : Kali Sungsang
 Dokter Pengirim :
 Pengirim / Ruang : Bedah

NO.	JENIS PEMERIKSAAN	HASIL	NILAI NORMAL
DARAH LENGKAP			
1	Leukosit	$\times 10^3 / \mu\text{l}$	4,8 - 10,8 $\times 10^3 / \mu\text{l}$
2	Eritrosit	$\times 10^6 / \mu\text{l}$	4,7 - 6,1 $\times 10^6 / \mu\text{l}$
3	Hemoglobin	g/dl	L: 14 - 17 g/dl ; P: 12 - 15 g/dl
4	Hematokrit	%	L: 42 - 52 % ; P: 36 - 46 %
5	MCV	fL	90 - 94 fL
6	MCH	pg	27 - 31 pg
7	MCHC	g/dl	33 - 37 g/dl
8	Trombosit	$\times 10^3 / \mu\text{l}$	150 - 450 $\times 10^3 / \mu\text{l}$
9	LEO	mm/jam	L: 20 mm/jam ; P: 15 mm/jam
10	Differential Cell Eos/Bas/Stab/Seg/Lym/Mon	Eos/Bas/Stab/Seg/Lym/Mon / / / / / %	Eos / Bas / Stab / Seg / Lym / Mon 1-3 / 0-1 / 2-4 / 50-60 / 25-40 / 4-10 %
KIMIA DARAH			
11	Gula Darah Puasa (GDP)	mg/dl	70-115 mg/dl
12	Gula Darah 2 jam PP	mg/dl	< 140 mg/dl
13	Gula Darah Sewaktu (GDS)	mg/dl	< 180 mg/dl
14	Asam Urat	mg/dl	L: 3,0 - 7,2 mg/dl ; P: 2,0 - 6,0 mg/dl
15	Cholesterol Total	mg/dl	< 200 mg/dl
16	Trigliserida	mg/dl	< 150 mg/dl
IMUNOLOGI			
17	Tes Kehamilan		Neg
18	Golongan Darah		Neg
19	Widal - Salmonella typhi O - Salmonella typhi H - Salmonella paratyphi A - Salmonella paratyphi B		Neg Neg Neg Neg
20	Malaria (Rapid Test)	N/A	Non Reaktif (NR)
21	Anti HIV	N/A	Non Reaktif (NR)
22	HBsAg	N/A	Non Reaktif (NR)
23	Sifilis RPR	N/A	Non Reaktif (NR)
24	Sifilis TPHA (Rapid)	N/A	Non Reaktif (NR)
Lain-lain			
	Protein Urin		Negatif
	Glukosa Urin		Negatif

Penanggung jawab :
 Peneriksa :
 DR. SOEPRAOEN KESDAM VIBRW

Lampiran 5 : Penapisan Ibu Bersalin



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

78

Lampiran 4 : 18 Penapisan Ibu Bersalin



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

PENAPISAN IBU BERSALIN

DETEKSI KEMUNGKINAN KOMPLIKASI GAWAT DARURAT

	YA	TIDAK
1. Riwayat bedah sesar	1. <input type="checkbox"/>	1. <input checked="" type="checkbox"/>
2. Perdarahan Pervaginam	2. <input type="checkbox"/>	2. <input checked="" type="checkbox"/>
3. Persalinan kurang bulan (< 37 minggu)	3. <input type="checkbox"/>	3. <input checked="" type="checkbox"/>
4. Ketuban pecah dengan mekonium yang kental	4. <input type="checkbox"/>	4. <input checked="" type="checkbox"/>
5. Ketuban pecah lama (lebih 24 jam)	5. <input type="checkbox"/>	5. <input checked="" type="checkbox"/>
6. Ketuban pecah pada persalinan kurang bulan (< 27 minggu)	6. <input type="checkbox"/>	6. <input checked="" type="checkbox"/>
7. Ikterus	7. <input type="checkbox"/>	7. <input checked="" type="checkbox"/>
8. Anemia berat	8. <input type="checkbox"/>	8. <input checked="" type="checkbox"/>
9. Tanda / gejala infeksi	9. <input type="checkbox"/>	9. <input checked="" type="checkbox"/>
10. Pre eklampsia / hipertensi dalam kehamilan	10. <input type="checkbox"/>	10. <input checked="" type="checkbox"/>
11. TFU 40 cm atau lebih	11. <input type="checkbox"/>	11. <input checked="" type="checkbox"/>
12. Gawat janin	12. <input type="checkbox"/>	12. <input checked="" type="checkbox"/>
13. Primi para fase aktif dengan palpasi kepala janin masih 5/5	13. <input type="checkbox"/>	13. <input checked="" type="checkbox"/>
14. Presentasi bukan belakang kepala	14. <input type="checkbox"/>	14. <input checked="" type="checkbox"/>
15. Presentasi kepala ganda	15. <input type="checkbox"/>	15. <input checked="" type="checkbox"/>
16. Kehamilan gemeli	16. <input type="checkbox"/>	16. <input checked="" type="checkbox"/>
17. Tali pusat menumbung	17. <input type="checkbox"/>	17. <input checked="" type="checkbox"/>
18. Syok	18. <input type="checkbox"/>	18. <input checked="" type="checkbox"/>

Lampiran 6 : Lembar Observasi Ibu Bersalin



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

LEMBAR OBSERVASI

Tgl	Jam	His Dalam 10"		DJJ	Tekanan Darah	Suhu	Nadi	VT	Ket
		Berapa Kali	Lama						
8/12	08.20	2x	20"	146	100/70	37,4	80	V/V = Lendir (+), darah (-) p/s 2cm Rf - 25% Ket : (+) Ke terdahulu : Agal B6 terdahulu : Jike-pukal II Hodge : - tidak ada bagian kecil disekitar bagian terdahulu	
	08.50	2x	20"	145			82		
	09.20	2x	20"	146			82		
	09.50	2x	20"	140			81		
	10.20	3x	20"	140			81		
	10.50	3x	25"	146			81		
	11.20	3x	25"	145			82		
	11.50	3x	25"	146			82		

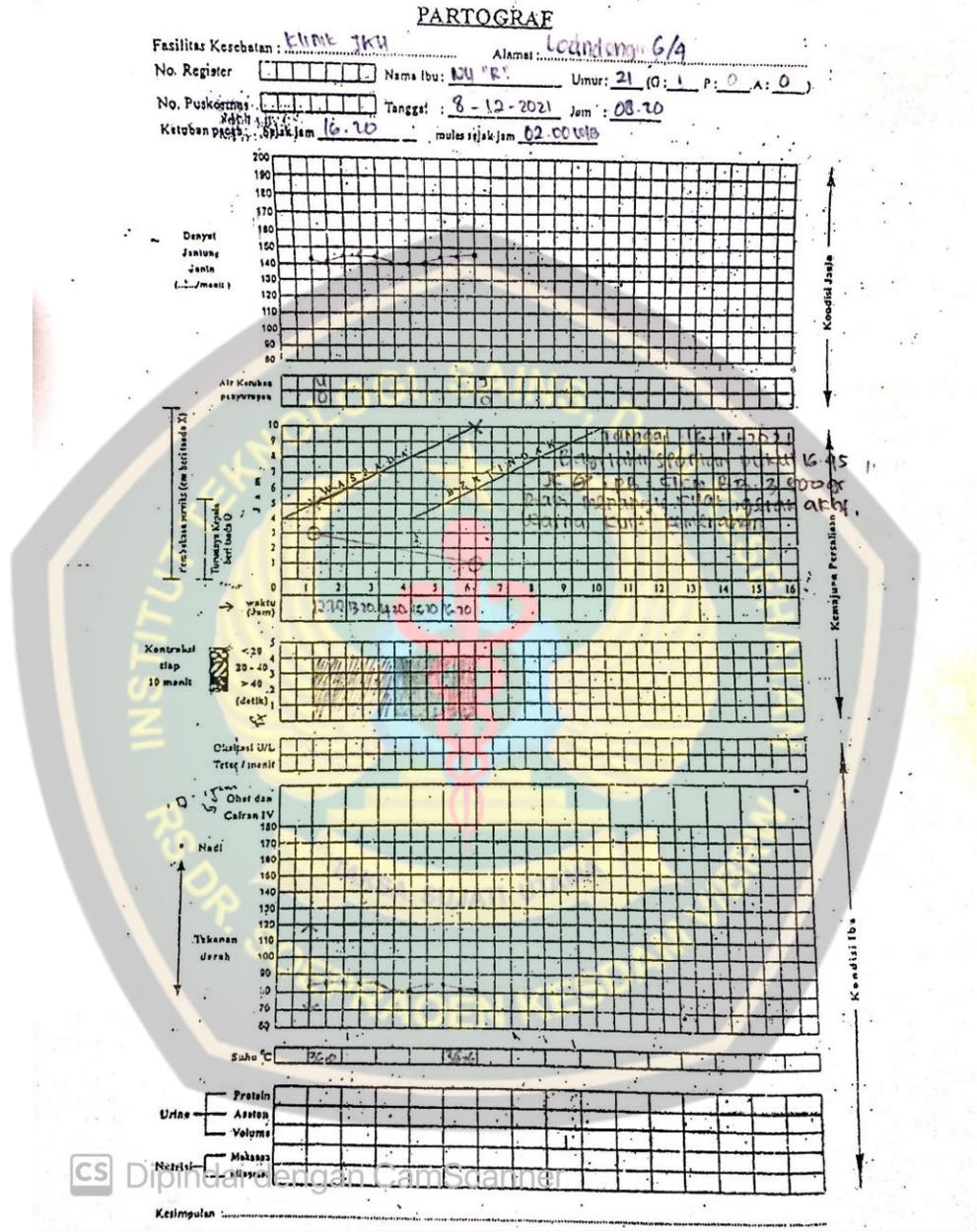
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN
 RS DR. SOEPRAOEN KESDAM VIBRW
 TARIK SUJATI UTAMA

CS Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 7 : Partograf



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



CATATAN PERSALINAN

1. Tanggal : 02-10-2021
2. Nama Bidan : Wina Wicakha
3. Tempat Persalinan :
 - Rumah Ibu Puskesmas
 - Polindes Rumah Sakit
 - Klinik Swasta Lainnya : ...
4. Alamat tempat persalinan : ...
5. Catatan : rujuk, kala : I / II / III / IV
6. Alasan merujuk : ...
7. Tempat rujukan : ...
8. Pendamping pada saat menujuk :
 - Bidan Teman Suami Dukun Keluarga Tidak ada
9. Masalah dalam kehamilan/persalinan ini :
 - Gawat darurat Perdarahan HDK Infeksi PMTCT

KALA I

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

KALA II

14. Episiotomi :
 - Ya, indikasi
 - Tidak
15. Pendamping pada saat persalinan :
 - Suami Dukun
 - Keluarga Tidak ada
 - Teman
16. Gawat janin :
 - Ya, tindakan yang dilakukan :
 - a.
 - b.
 - Tidak
 - Pemantauan DJJ setiap 5-10 menit selama kala II, hasil : ...
17. Distosia bahu :
 - Ya, tindakan yang dilakukan : ...
 - Tidak
18. Masalah lain, penatalaksanaan masalah tab dan hasilnya : ...

KALA III

19. Inisiasi Menyusu Dini :
 - Ya
 - Tidak, alasannya : ...
20. Lama kala III : 15 menit
21. Pemberian Oksitosin 10 U/ml ?
 - Ya, waktu : ... menit sesudah persalinan
 - Tidak, alasan : ...
22. Pemberian tali pusat (2 X) ?
 - Ya, alasan : ...
 - Tidak
23. Penagangan 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	17.10	100/70	81	36.5	21 L PSE	baik	kosong	25 ml
	17.35	100/70	81		21 L PSE	baik	kosong	30 ml
	17.40	100/70	82		21 L PSE	baik	kosong	40 ml
	17.55	100/70	81		21 L PSE	baik	kosong	45 ml
2	18.25	100/70	82	36.0	21 L PSE	baik	kosong	50 ml
	18.55	100/70	81		21 L PSE	baik	kosong	55 ml

24. Masase fundus uteri ?
 - Ya
 - Tidak, alasan : ...
25. Plasenta lahir lengkap (intak ya) tidak
 - Tidak lengkap, tindakan yang dilakukan : ...
 - Ya, tindakan : ...
26. Plasenta tidak lahir > 30 menit
 - Tidak
 - Ya, tindakan : ...
27. Laserasi :
 - Ya, dimana : ...
 - Tidak
28. Jika Laserasi perineum, derajat : 1/2/3/4
 - Tindakan :
 - Penjahitan, dengan / tanpa anestesi
 - Tidak dijahit, alasan : ...
29. Atonie uteri :
 - Tidak
 - Ya, tindakan : ...
30. Jumlah darah yang keluar/pendarahan : 150 ml
31. Masalah dan penatalaksanaan masalah tersebut : ...
- Hasilnya : ...

KALA IV

32. Kondisi ibu : KU 100 TD 100 mmHg Nadi 81 x/mnt Napas : 22 x/mnt
33. Masalah dan penatalaksanaan masalah : ...

BAYI BARU LAHIR

34. Berat badan 2400 gram
35. Panjang badan 50 cm
36. Jenis kelamin : L/P
37. Penilaian bayi baru lahir (baik/ ada penyulit) : baik
38. Bayi lahir :
 - Normal, tindakan :
 - mengeringkan
 - menghangatkan
 - rangsangan taktil
 - memastikan IMD atau naluri menyusu segera
 - Aktifitas 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 : ...
39. Pemberian ASI setelah jam pertama bayi lahir
 - Ya, waktu : ... jam setelah bayi lahir
 - Tidak, alasan : ...
40. Masalah lain, sebutkan : ...
- Hasilnya : ...

Lampiran 8 : SOP Konseling KB



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

SOP KONSELING KB

Pengertian	Pemberian informasi dan edukasi kepada calon akseptor KB pasca persalinan.		
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan penjelasan tentang alat dan metode kontrasepsi. 2. Membantu pasangan dalam memutuskan metode kontrasepsi yang akan digunakan 		
Kebijakan	Dalam pelaksanaan pemberian konseling diperlukan kerjasama yang berkesinambungan antara akseptor dan petugas sesuai dengan prosedur yang ada.		
Prosedur	Uraian tindakan	Ya	Tidak
	<p>I. Persiapan Pra Konseling</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Petugas memeriksa status usia kehamilan konseling (ANC) atau persalinan (Nifas). 2. Petugas memeriksa riwayat dan status klinis konseling. 3. Petugas memastikan pasien siap untuk menerima konseling. 4. Petugas menyiapkan tempat konseling yang nyaman dan privacy bagi konseling. 5. Menyiapkan media (kartu KBPP dan brosur) konseling. <p>II. Tahap Konseling Pra Pemilihan Metode KB Pasca Persalinan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Petugas menyapa dan memberikan salam dan menyatakan apakah ada anggota keluarga yang bersedia ikut konseling (membina hubungan baik). 2. Petugas memastikan pasien siap dan setuju untuk mengikuti konseling. 3. Petugas menanyakan kepada pasien tentang apakah berencana akan punya anak lagi setelah kehamilan atau kelahiran kali ini. 4. Petugas menentukan apakah Kartu MOW dan MOP akan disisihkan dan atau tetap terpakai berdasarkan respons dan menjelaskan bila kartu disisihkan. 		

	<p>5. Petugas menjelaskan pada pasien tentang waktu dan jarak yang sehat untuk hamil kembali dengan menggunakan Kartu Waktu dan jarak kehamilan yang dekat.</p> <p>6. Menanyakan kepada pasien kapan ibu yang baru melahirkan dapat kembali kemasa subur (atau dapat kembali menjadi hamil kembali).</p> <p>7. Menjelaskan pada pasien tentang kembali ke masa subur dan menggunakan kartu kembali ke masa subur.</p> <p>8. Menanyakan kepada pasien tentang kesiapan ibu memberi ASI Eksklusif.</p> <p>9. Petugas menentukan apakah Kartu MAL akan disisihkan atau tetap dipakai dan menjelaskan mengapa kartu disisihkan.</p> <p>10. Petugas menentukan kartu suntik 3 bulanan, kartu suntik 1 bulan, kartu dan pil kombinasi apakah disisihkan atau tetap dipakai dan menjelaskan mengapa kartu disisihkan.</p> <p>11. Petugas menjelaskan manfaat KB pasca persalinan dengan menggunakan kartu Mempromosikan KBPP sebelum ibu pulang.</p> <p>12. Petugas menanyakan pengalaman pasien tentang ber KB dan metode yang pernah dipilih, untuk mengetahui bila ada metode yang tidak sesuai dengan konseling.</p> <p>13. Menanyakan kesediaan pasien tentang kesiapa untuk memilih KB pasca salin pada kelahiran kali ini sebelum konseling pulang dari fasilitas.</p> <p>III. Tahap Konseling Pemilihan Metode KB Pasca Persalinan</p> <p>1. Petugas menjelaskan tahapan pemilihan metode KB pascasalin.</p> <p>2. Petugas menyusun dan menjelaskan setiap kartu konseling dari yang paling aktif.</p> <p>3. Petugas menjelaskan setiap kartu konseling dalam memanfaatkan</p>		
--	---	--	--

	<p>panduan informasi yang ada pada kartu (tidak menambah dan mengurangnya).</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Petugas menjelaskan kesesuaian metode KB pada kartu dengan kondisi pasien, dan menyisihkan kartu sesuai respon pasien (menjelaskan kondisi menyusui atau tidak menyusui). 5. Petugas menyusun kartu yang tersisa untuk menjadi pilihan bagi ibu. 6. Petugas meminta pasien untuk memilih salah satu metode yang paling diminati dan sesuai dengan kondisi pasien. <p>IV. Tahapan pasca Pemilihan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan metode KBPP yang menjadi pilihan pasien dengan menggunakan prosedur. 2. Menjelaskan pada pasien tentang kondisi kesehatan yang menjadi syarat pilihan metode KB yang dipilihnya. 3. Petugas menjelaskan pada pasien tentang efek samping metode KB yang dipilihnya. 4. Petugas meminta pasien mengulangi informasi efek samping metode KB terpilih. 5. Petugas menawarkan pasien apakah membutuhkan informasi lainnya tentang metode yang dipilih ibu sebagai tambahan informasi yang diperlukan untuk dibacakan dari brosur. 6. Petugas mencatat pilihan metode KB pada rekam medis dan buku KIA pasien. 		
Unit terkait	Ruang bersalin, ruang nifas, poliklinik kb		

Lampiran 9 : SAP KB



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

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Topik : Keluarga Berencana (KB)
Sasaran : Ny.R dan pasangan
Hari/Tanggal : 7 Januari 2022
Waktu : 25 menit
Tempat : Klinik Jaya Kusuma Husada
Penyaji : Safrina Amalia

A. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan selama 25 menit diharapkan sasaran mengetahui macam-macam kontrasepsi yang dapat digunakan pada ibu pasca bersalin.

2. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan selama 25 menit, sasaran diharapkan dapat:

- a. Sasaran mengetahui pengertian KB.
- b. Sasaran mengetahui tujuan KB.
- c. Sasaran mengetahui macam-macam alat kontrasepsi.

B. Strategi

1. Ceramah
2. Tanya jawab

C. Media

Leaflet

D. Kegiatan

No	Acara	Waktu	Kegiatan penyuluhan	Evaluasi
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri	Menjawab salam, mendengarkan
2.	Isi	10 menit	1. Menjelaskan tentang pengertian KB 2. Menjelaskan tujuan KB 3. Menjelaskan macam-macam metode KB.	Mendengarkan dan memperhatikan
3.	Diskusi	8 menit	Tanya jawab	Peserta bertanya
4.	Penutup	5 menit	1. Menyimpulkan hasil penyuluhan 2. Memberi saran-saran 3. Memberi salam	Menjawab salam

E. Evaluasi

1. Ibu dapat menjelaskan kembali pengertian
2. Ibu dapat menjelaskan tujuan KB
3. Ibu dapat menyebutkan macam-macam kontrasepsi.
4. Ibu dapat memilih atau menentukan metode kontrasepsi yang cocok dengan dirinya.

F. Materi

1. Pengertian

Keluarga Berencana merupakan usaha untuk mengukur jumlah anak dan jarak kelahiran yang diinginkan, maka itu pemerintah mencanangkan program atau cara untuk mencegah dan menunda kehamilan (Sulistiyawati, 2013). Program keluarga berencana (KB) merupakan upaya pemerintah untuk menekan laju pertumbuhan penduduk dan meningkatkan kesehatan

ibu dan anak, sehingga program keluarga berencana nasional tidak hanya berorientasi kepada masalah pengendalian pertumbuhan penduduk tapi untuk meningkatkan taraf hidup dan kesejahteraan penduduk Indonesia (IA Ludmila, 2018).

Kontrasepsi berasal dari kata kontra berarti “melawan” atau “mencegah” dan konsepsi adalah pertemuan antara sel telur yang matang dengan sperma yang mengakibatkan kehamilan. Maksud dari kotrasepsi adalah menghindari atau mencegah terjadinya kehamilan sebagai akibat pertemuan sel telur yang matang dengan sperma (Padila, 2014).

Program keluarga berencana adalah suatu program yang dimaksudkan untuk membantu para pasangan dalam mencapai tujuan reproduksi mereka, mencegah kehamilan yang tidak diinginkan dan mengurangi terjadinya kehamilan beresiko tinggi, kesakitan dan kematian, membuat pelayanan yang bermutu, terjangkau, diterima dan mudah diperoleh bagi semua orang yang membutuhkan, meningkatkan mutu informasi, edukasi, konseling dan pelayanan meningkat partisipasi dan tanggung jawab pria dalam praktek KB.

2. Tujuan Keluarga Berencana

Terciptanya penduduk yang berkualitas, sumber daya manusia yang bermutu dan meningkatkan kesejahteraan keluarga (Manuaba, 2014). Membentuk keluarga kecil sesuai dengan kekuatan sosial ekonomi suatu keluarga dengan cara pengaturan kelahiran anak agar diperoleh suatu keluarga bahagia dan sejahtera yang dapat memenuhi kebutuhan hidupnya.

3. Macam-macam Metode Kontrasepsi.

a. Metode Amenore Laktasi (MAL) adalah kontrasepsi yang mengandalkan pemberian air susu ibu (ASI). MAL sebagai kontrasepsi bila:

- 1) Menyusui secara penuh
- 2) Belum haid
- 3) Umur bayi kurang dari 6 bulan

Cara kerja: Penundaan/penekanan ovulasi

Keuntungan kontrasepsi:

- 1) Efektivitas tinggi
- 2) Tidak mengganggu senggama
- 3) Tidak ada efek samping secara sistemik
- 4) Tidak perlu obat atau alat
- 5) Tanpa biaya

Kekurangan:

- 1) Perlu persiapan sejak perawatan kehamilan agar segera menyusui dalam 30 menit pasca persalinan.
- 2) Tidak melindungi terhadap IMS.

Cara pemakaian:

- 1) Bayi disusui menurut kebutuhan bayi.
- 2) Biarkan bayi menghisap sampai melepaskan sendiri hisapannya.
- 3) Susui bayi anda juga pada malam hari, karena menyusui pada waktu malam membantu mempertahankan kecukupan kebutuhan ASI.
- 4) Bayi terus disusukan walau ibu atau bayi sedang sakit.
- 5) Ketika mendapat haid pertanda ibu sudah subur kembali dan harus segera mulai metode KB lainnya.

- b. KB Pil adalah Pil oral akan menggantikan produksi normal estrogen dan progesteron oleh ovarium.

Cara kerja:

- 1) Menekan ovulasi.
- 2) Mencegah implantasi.
- 3) Mengentalkan lender serviks.
- 4) Pergerakan tuba terganggu sehingga transportasi ovum akan terganggu.

Efektifitas:

Efektivitas pada penggunaan yang sempurna adalah 99,5-99,9% dan 97% (Handayani, 2010).

Keuntungan kontrasepsi:

- 1) Sangat efektif apabila digunakan dengan benar dan konsisten.
- 2) Tidak mempengaruhi ASI.
- 3) Nyaman dan mudah digunakan.
- 4) Tidak mengganggu hubungan seksual.
- 5) Keseburan cepat kembali.
- 6) Dapat dihentikan setiap saat
- 7) Tidak mengandung esterogen.

Keuntungan non kontrasepsi:

- 1) Mengurangi jumlah darah haid.
- 2) Mengurangi kejadian anemia.
- 3) Menurunkan pembekuan darah.
- 4) Mengurangi nyeri haid.
- 5) Mencegah kanker endometrium
- 6) Melindungi dari penyakit radang panggul
- 7) Tidak menyebabkan peningkatan tekanan darah, nyeri kepala, dan depresi.

Kerugian:

- 1) Memerlukan biaya
- 2) Harus selalu tersedia
- 3) Efektifitas berkurang apabila menyusui juga berkurang
- 4) Minipil harus diminum setiap hari dan pada waktu yang sama.
- 5) Angka kegagalan tinggi apabila penggunaan tidak benar dan konsisten.
- 6) Tidak melindungi dari penyakit menular seksual HBV dan HIV/AIDS.

Efek Samping:

- 1) Gangguan haid (perdarah bercak, spotting, amenore dan haid tidak teratur).
- 2) Peningkatan/penurunan berat badan.
- 3) Mual pusing.
- 4) Perubahan mood
- 5) Muncul jerawat.

c. Suntik KB 3 Bulan adalah metode kontrasepsi hormonal yang mengandung hormon progestin yang diberikan setiap 3 bulan.

Cara Kerja:

- 1) Menghentikan ovulasi atau proses pelepasan sel telur dari ovarium setiap bulannya.
- 2) Mengentalkan lendir di leher rahim, sehingga sperma terhalang dan sulit masuk ke rahim untuk membuahi sel telur.
- 3) Membuat lapisan rahim menjadi lebih tipis, sehingga bila ada sel telur yang berhasil dibuahi, sel tersebut tidak akan berkembang karena kondisi rahim tidak mendukungnya.

Efektifitas:

Jika dilakukan dengan benar dan sesuai jadwal, metode kontrasepsi KB suntik 3 bulan memiliki efektifitas yang tinggi dalam mencegah kehamilan, yakni hingga lebih dari 99%.

Keuntungan:

- 1) Efektif mencegah kehamilan.
- 2) Tidak mempengaruhi produksi ASI.
- 3) Bisa dihentikan kapan saja.

Kerugian:

- 1) Kenaikan berat badan.
- 2) Berkurangnya kepadatan tulang, tetapi kondisi ini akan berhenti setelah suntikan dihentikan.
- 3) Tidak melindungi dari infeksi menular seksual.
- 4) Setelah suntik dihentikan, anda kemungkinan membutuhkan waktu hingga setahun agar bisa hamil.
- 5) Mengalami iritasi dan bengkak pada area suntikan.
- 6) Meski jarang, KB suntik dapat menyebabkan alergi.

Efek Samping:

- 1) Perubahan pola menstruasi.
 - 2) Perubahan berat badan.
 - 3) Sakit kepala, nyeri payudara, dan perubahan suasana hati.
- d. IUD adalah Metode Kontrasepsi dengan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR).

Cara Kerja:

AKDR mengubah transportasi tubal dan rahim dan mempengaruhi sel telur dan sperma sehingga pembuahan tidak terjadi.

Keuntungan

- 1) Perlindungan jangka panjang sampai 10 tahun.
- 2) Tidak mengganggu hubungan saat senggama
- 3) Tidak mengganggu produksi ASI
- 4) Dapat dicabut setiap saat sesuai kebutuhan.

Kekurangan

- 1) IUD harus dipasang dan dilepas oleh petugas kesehatan yang terlatih
- 2) Dapat menyebabkan perdarahan pervaginam.
- 3) Menyebabkan nyeri peru atau rasa tidak enak diperut.
- 4) Dapat menyebabkan infeksi.

G. Leaflet



4. KB IUD
IUD adalah Metode Kontrasepsi dengan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR).
Keuntungan :
1)Perindungan jangka panjang sampai 10 tahun.
2)Tidak mengganggu hubungan saat senggama
3)Tidak mengganggu produksi ASI
4)Dapat dicabut setiap saat sesuai kebutuhan.
Kerugian :
1)IUD harus dipasang dan dilepas oleh petugas kesehatan yang terlatih
2)Dapat menyebabkan perdarahan pervaginam.
3)Menyebabkan nyeri peru atau rasa tidak enak diperut.
4)Dapat menyebabkan infeksi.



2. KB Pil
KB pil adalah,Pil oral akan menggantikan produksi normal estrogen dan progesteron oleh ovarium.
Keuntungan :
1)Tidak mempengaruhi ASI.
2)Nyaman dan mudah digunakan.
3)Tidak mengganggu hubungan seksual.
4)Keseburan cepat kembali.
Kerugian :
1) Memerlukan biaya
2) Harus selalu tersedia
3) Efektivitas berkurang apabila menyusui juga berkurang
4) Minipil harus diminum setiap hari dan pada waktu yang sama.
5)Angka kegagalan tinggi apabila penggunaan tidak benar dan konsisten.



3. KB suntik 3 bulan
metode kontrasepsi hormonal yang mengandung hormon progestin yang diberikan setiap 3 bulan.
Keuntungan :
1) Efektif mencegah kehamilan.
2) Tidak mempengaruhi produksi ASI.
3) Bisa dihentikan kapan saja.
Kerugian :
1) Kenaikan berat badan.
2) Berkurangnya kepadatan tulang, tetapi kondisi ini akan terhenti setelah suntikan dihentikan.
3) Tidak melindungi dari infeksi menular seksual.
4) Setelah suntik dihentikan, anda kemungkinan membutuhkan waktu hingga setahun agar bisa hamil.

KELUARGA BERENCANA PASCA MELAHIRKAN



Apa itu KB?
Keluarga Berencana merupakan Keluarga Berencana merupakan usaha untuk mengukur jumlah anak dan jarak kelahiran yang diinginkan, maka itu pemerintah mencanangkan program atau cara untuk mencegah dan menunda kehamilan saha untuk mengukur jumlah anak dan jarak kelahiran yang diinginkan, maka itu pemerintah mencanangkan program atau cara untuk mencegah dan menunda kehamilan

Tujuan KB
Terciptanya penduduk yang berkualitas, sumber daya manusia yang bermutu dan meningkatkan kesejahteraan keluarga

Apa saja KB pasca melahirkan?



1. Metode Amenore Laktasi (MAL)
Metode Amenore Laktasi (MAL) adalah kontrasepsi yang mengandalkan pemberian air susu ibu (ASI).
Kelebihan :
1)Efektivitas tinggi
2)Tidak mengganggu senggama
3)Tidak ada efek samping secara sistemik
4)Tidak perlu obat atau alat.
5)Tanpa biaya
Kerugian :
1)Perlu persiapan sejak perawatan kehamilan agar segera menyusui dalam 30 menit pasca persalinan.
2)Tidak melindungi terhadap IMS.

Lampiran 10 : SAP Kehamilan



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

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Topik : Ketidaknyamanan Fisiologis Kehamilan Trimester III
Sub Topik : Sering BAK Pada Ibu Hamil Trimester III
Sasaran : Ny.R
Hari/Tanggal : 10 November 2021
Waktu : 15 menit
Tempat : Klinik Jaya Kusuma Husada
Penyaji : Safrina Amalia

A. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Setelah diadakan penyuluhan tentang sering buang air kecil dalam kehamilan selama 15 menit, diharapkan ibu hamil dapat mengerti dan memahami tentang keluhan pada ibu hamil tersebut.

2. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan tentang anemia dalam kehamilan selama 15 menit, ibu hamil dapat mengetahui tentang:

- a. Pengertian ketidaknyamanan fisiologis pada kehamilan trimester III.
- b. Penyebab sering BAK pada ibu hamil trimester III.
- c. Cara pencegahan sering BAK pada ibu hamil trimester III.

B. Strategi Pelaksanaan

Materi : Sering BAK pada Ibu Hamil Trimester III
Media : Leaflet

C. Proses Pelaksanaan

No.	Kegiatan	Penyuluh	Peserta	Waktu
1.	Pendahuluan	1. Salam pembuka 2. Menyampaikan tujuan penyuluhan	3. Menjawab salam 4. Menyimak dan mendengarkan	2 menit
2.	Kerja	1. Penyampaian garis besar materi sering BAK pada ibu hamil trimester III. 2. Memberi kesempatan peserta untuk bertanya 3. Menjawab pertanyaan 4. Evaluasi (Tanya jawab)	1. Mendengarkan dengan penuh perhatian 2. Menanyakan hal-hal yang belum jelas 3. Memperhatikan jawaban dari penyuluh 4. Menjawab pertanyaan	11 menit
3.	Penutupan	1. Menyimpulkan 2. Salam penutup	1. Mendengarkan 2. Menjawab salam	2 menit

D. Evaluasi

Ibu dapat menjelaskan kembali tentang:

1. Pengertian ketidaknyamanan fisiologis pada ibu hamil trimester III.
2. Penyebab sering BAK pada ibu hamil trimester III.
3. Cara pencegahan sering BAK pada ibu hamil trimester III.

E. Materi

1. Pengertian Ketidaknyamanan Fisiologis Pada Ibu Hamil Trimester III

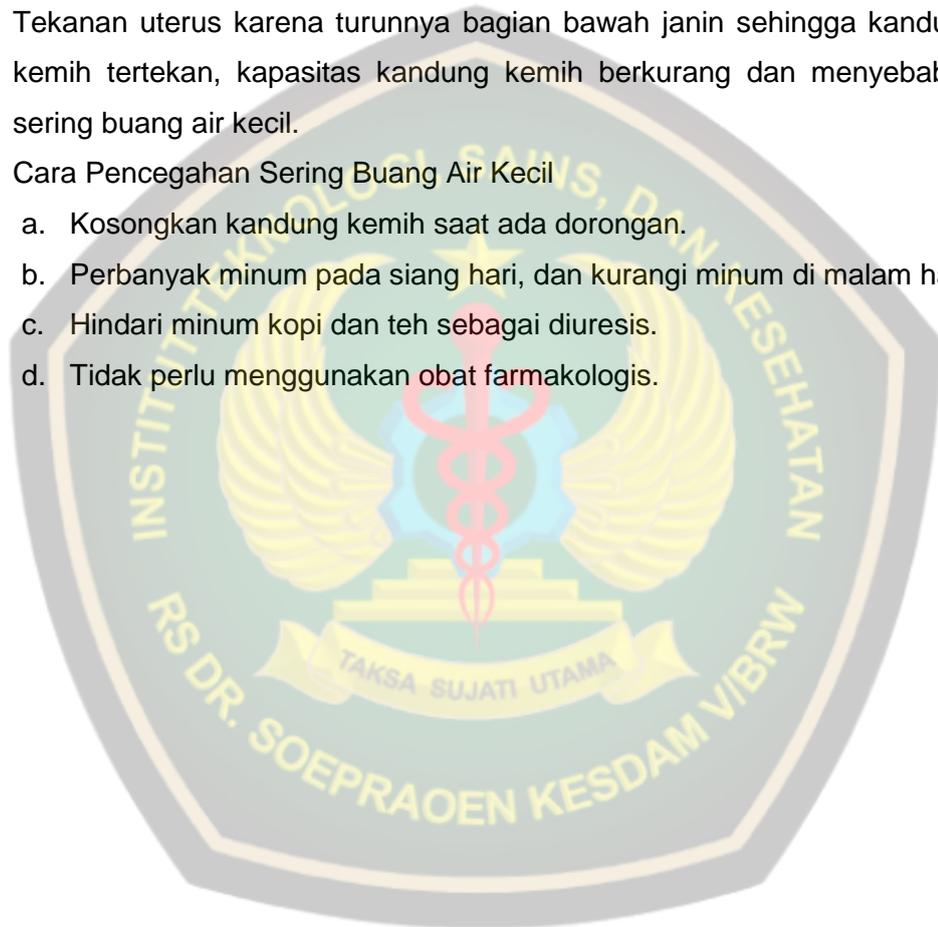
Kehamilan trimester ketiga merupakan trimester akhir yang berlangsung sejak minggu ke-28 hingga minggu ke-40. Ketidaknyamanan yang terjadi bisa disebabkan oleh bertambahnya ukuran bayi, perubahan hormonal, dan beragam perubahan lain yang terjadi sebagai respon tubuh ibu hamil untuk mempersiapkan kelahiran bayi.

2. Penyebab Sering BAK Pada Ibu Hamil Trimester III

Tekanan uterus karena turunnya bagian bawah janin sehingga kandung kemih tertekan, kapasitas kandung kemih berkurang dan menyebabkan sering buang air kecil.

3. Cara Pencegahan Sering Buang Air Kecil

- a. Kosongkan kandung kemih saat ada dorongan.
- b. Perbanyak minum pada siang hari, dan kurangi minum di malam hari.
- c. Hindari minum kopi dan teh sebagai diuresis.
- d. Tidak perlu menggunakan obat farmakologis.



G. Leaflet

<p>CARA PENCEGAHAN :</p> <ol style="list-style-type: none">Kosongkan kandung kemih saat ada dorongan.Perbanyak minum pada siang hari, dan kurangi minum di malam hari.Hindari minum kopi dan teh sebagai diuresis.Tidak perlu menggunakan obat farmakologis.	<p>SERING BUANG AIR KECIL</p>  <p>APA PENYEBAB SERING BAK PADA IBU HAMIL TRIMESTER III?</p> <p>Tekanan uterus karena turunnya bagian bawah janin sehingga kandung kemih tertekan, kapasitas kandung kemih berkurang dan menyebabkan sering buang air kecil.</p>	<p>IBU HAMIL TRIMESTER III</p>  <p>Pengertian Ketidaknyamanan Fisiologis Pada Ibu Hamil Trimester III</p> <p>Kehamilan trimester ketiga merupakan trimester akhir yang berlangsung sejak minggu ke-28 hingga minggu ke-40. Ketidaknyamanan yang terjadi bisa disebabkan oleh bertambahnya ukuran bayi, perubahan hormonal, dan beragam perubahan lain yang terjadi sebagai respon tubuh ibu hamil untuk mempersiapkan kelahiran bayi.</p>
--	---	--

INSTITUT TEKNOLOGI SEPULUH NOPEMBER
RS DR. SOEPRAOEN KESDAM VIBRW
TAKSA SUJATI UTAMA

Lampiran 11 : SAP Nifas



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

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Pokok bahasan	: Perawatan Kesehatan Ibu dalam konteks keluarga
Sub pokok bahasan	: Kebutuhan Nutrisi Ibu Nifas
Penyuluh	: Safrina Amalia
Hari / Tanggal	: 9 Desember 2021
Waktu	: 01.10 WIB
Lama Waktu	: 30 menit
Tempat	: Klinik Jaya Kusuma Husada
Sasaran	: Ibu Nifas dan Keluarga

A. Tujuan

1. Tujuan Intruksional umum

Setelah mengikuti penyuluhan ini, diharapkan ibu-ibu Nifas mengetahui dan menambah wawasan ibu-ibu untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi/ nutrisi yang diperlukan selama masa nifas, sehingga ibu-ibu Nifas dapat menjalani masa nifas dengan baik tanpa mengalami masalah.

2. Tujuan intruksional khusus

- Ibu mengetahui manfaat dan fungsi gizi pada masa nifas.
- Ibu dapat menyusun menu seimbang sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan pada masa nifas/menyusui.
- Ibu dapat mengetahui tanda kurang gizi pada ibu nifas.
- Ibu dapat mengetahui dampak kurang gizi pada ibu nifas.
- Ibu dapat mengetahui cara mengolah makanan sehat.

B. Metode penyuluhan

- Ceramah
- Diskusi
- Tanya jawab

C. Media

Leaflet

D. Kegiatan

Tahap/Waktu	Kegiatan Penyuluh	Kegiatan Klien
Pembukaan 2 menit	1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menjelaskan tujuan	1. Menjawab salam 2. Memperhatikan 3. Memperhatikan
Penyajian 15 menit	1. Menjelaskan pengertian, manfaat, fungsi gizi pada masa nifas. 2. Menjelaskan contoh menu ibu nifas 3. Menyebutkan tanda kurang gizi pada ibu nifas. 4. Menyebutkan dampak kurang gizi pada ibu nifas 5. Menjelaskan cara mengolah makanan yang benar	1. mendengarkan penjelasan 2. mendengarkan penjelasan 3. mendengarkan penjelasan 4. mendengarkan penjelasan 5. mendengarkan penjelasan
Diskusi 8 menit	Tanya jawab	Klien bertanya
Penutup 5 menit	1. Menyimpulkan materi 2. Mengevaluasi materi 3. Menutup dan memberi salam	1. Mendengarkan penjelasan 2. Menjawab pertanyaan 3. Menjawab salam

E. Evaluasi

1. Ibu mampu menyebutkan defenisi gizi, manfaat dan fungsi gizi pada masa nifas/menyusui.
2. Ibu bisa menyebutkan tanda ibu nifas kurang gizi.
3. Ibu bisa menyebutkan dampak kurang gizi pada ibu nifas.

4. Ibu bisa menyebutkan dan mengulang kembali menu seimbang ibu menyusui.
5. Ibu bisa menjelaskan cara mengolah makanan yang benar.

F. Materi

1. Definisi Gizi

Secara etimologi, kata “gizi” berasal dari bahasa Arab “ghidza”, yang berarti “makanan”. Gizi adalah proses makhluk hidup menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti (penyerapan), absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan. Ilmu gizi didefinisikan sebagai suatu cabang ilmu yang mempelajari proses pangan setelah dikonsumsi oleh manusia, masuk ke dalam tubuh, mengalami pencernaan, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme serta pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat serta gigi yang sehat pula.

Ibu nifas membutuhkan nutrisi yang cukup, gizi seimbang, terutama kebutuhan protein dan karbohidrat. Gizi pada ibu menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi air susu yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi. Bila pemberian ASI berhasil baik, maka berat badan bayi akan meningkat, integritas kulit baik, tonus otot serta kebiasaan makan yang memuaskan. Ibu menyusui tidaklah terlalu ketat dalam mengatur nutrisinya, yang terpenting adalah makanan yang menjamin pembentukan air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya. (Vivian Nany Lia dkk, 2011 hal 71)

2. Manfaat dan fungsi gizi pada ibu masa nifas/menyusui

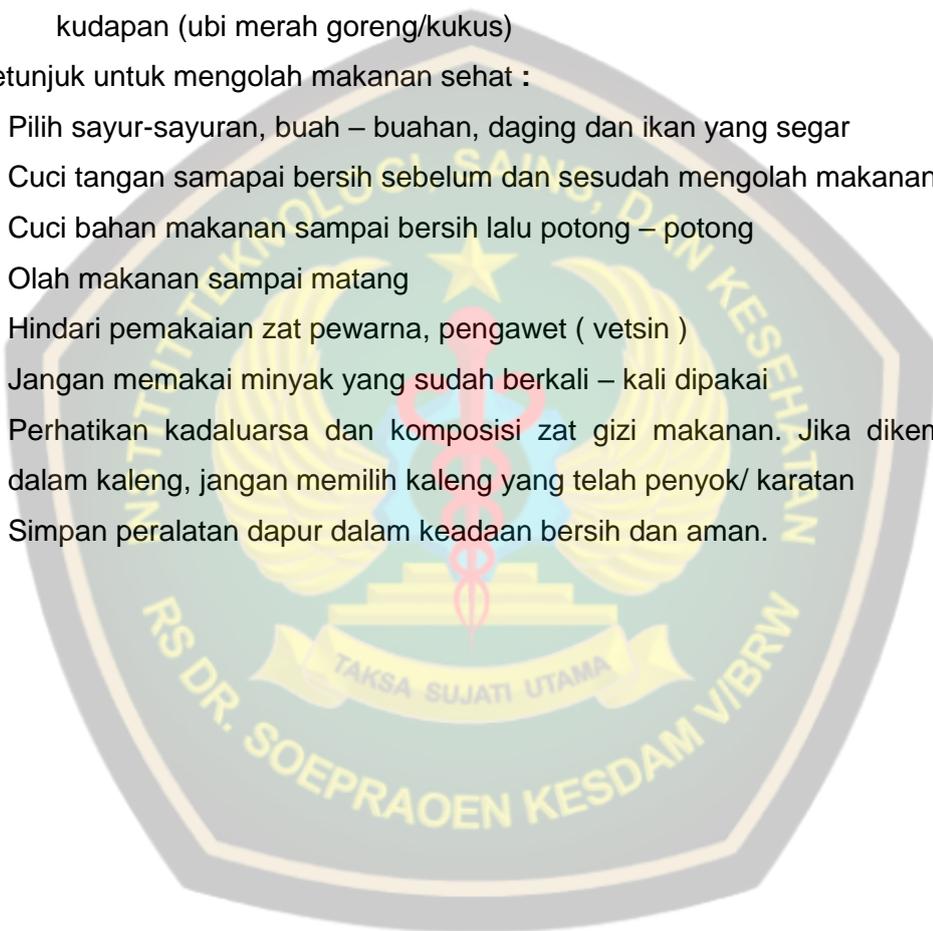
- a. Memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan/perkembangan serta mengganti jaringan tubuh yang rusak.
- b. Memperoleh energi guna melakukan kegiatan sehari-hari atau aktivitas.
- c. Mengatur metabolisme dan mengatur berbagai keseimbangan air, mineral dan cairan tubuh yang lain.

- d. Berperan dalam mekanisme pertahanan tubuh terhadap berbagai penyakit (protein).
 - e. Berguna untuk cadangan dalam tubuh.
 - f. Berguna untuk proses reproduksi ASI yang akan dikonsumsi bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan.
 - g. Mencegah anemia malnutrisi pada ibu post partum
3. Tanda ibu mengalami kurang gizi
 - a.lemah dan lesu
 - b. pusing
 - c. pucat
 - d. penurunan berat badan
 - e. pandangan berkunang-kunang
 4. Dampak kurang gizi pada ibu nifas
 - a. Dapat terjadi anemia
 - b. Zat gizi dalam ASI berkurang
 - c. Mudah terkena infeksi
 5. Menu Makanan yang Seimbang

Seorang ibu yang baru melahirkan harus makan makanan yang paling bergizi yang dapat diperolehnya, agar dapat mengatasi infeksi dan agar dapat menghasilkan air susu yang cukup untuk bayinya. Berikut adalah contoh makanan yang dapat dikonsumsi ibu yang baru melahirkan :

 - a. Sumber Karbohidrat: Nasi, ketela, sagu, jagung, terigu, roti, dan kentang.
 - b. Makanan yang Mengandung Lemak: Mentega dan keju
 - c. Makanan yang Mengandung Protein
 - 1) Protein Nabati: Tempe, tahu, kedelai, kacang hijau
 - 2) Protein Hewani: Hati, telur, susu, daging, ikan, udang, dan yoghurt
 - d. Sayur-sayuran dan Buah-buahan: Bayam, sawi, kangkung, wortel, tomat, jeruk, pepaya, pisang
 - e. Vitamin dan Suplemen
 - 1) Zat besi untuk menambah darah

- 2) Asam folat untuk kecerdasan anak
- 3) Vitamin b complex untuk mencegah anemia
- f. Mineral: Air putih 6-8 gelas per hari
- g. Contoh Menu Makanan
 - 1) Makan Pagi: Nasi, urap sayur, ikan goreng, kudapan (donat dan yoghurt)
 - 2) Makan Siang: Nasi, ayam goreng, rempeyek, rebon, sayur nangka, jeruk, kudapan (ubi merah goreng/kukus)
 - 3) Makan Malam: Nasi, semur daging, pepes tahu, cap cay, pepaya, kudapan (ubi merah goreng/kukus)
6. Petunjuk untuk mengolah makanan sehat :
 - a. Pilih sayur-sayuran, buah – buahan, daging dan ikan yang segar
 - b. Cuci tangan sampai bersih sebelum dan sesudah mengolah makanan
 - c. Cuci bahan makanan sampai bersih lalu potong – potong
 - d. Olah makanan sampai matang
 - e. Hindari pemakaian zat pewarna, pengawet (vetsin)
 - f. Jangan memakai minyak yang sudah berkali – kali dipakai
 - g. Perhatikan kadaluarsa dan komposisi zat gizi makanan. Jika dikemas dalam kaleng, jangan memilih kaleng yang telah penyok/ karatan
 - h. Simpan peralatan dapur dalam keadaan bersih dan aman.



G. Leaflet

Apa saja dampak kurang gizi pada ibu nifas?

1. Dapat terjadi anemia
2. Zat gizi dalam ASI berkurang
3. Mudah terkena infeksi



Bagaimana cara mengolah makanan yang benar?

1. Pilih sayur-sayuran, buah – buahan, daging dan ikan yang segar
2. Cuci tangan samapai bersih sebelum dan sesudah mengolah makanan
3. Cuci bahan makanan sampai bersih lalu potong – potong
4. Olah makanan sampai matang
5. Hindari pemakaian zat pewarna, pengawet (vetsin)
6. Jangan memakai minyak yang sudah berkali – kali dipakai
7. Perhatikan kadaluarsa dan komposisi zat gizi makanan. Jika dikemas dalam kaleng, jangan memilih kaleng yang telah penyok/ karatan
8. Simpan peralatan dapur dalam keadaan bersih dan aman

Apa saja tanda ibu nifas kurang gizi?

1. Lemah dan lesu
2. Pusing
3. Pucat
4. Penurunan berat badan
5. Pandangan berkunang-kunang

Apa saja zat gizi dan sumbernya yang dibutuhkan oleh ibu nifas?



Gizi Seimbang
Paling Dibutuhkan Tubuh Kamu

1. Sumber Karbohidrat: Nasi, ketela, sagu, jagung, terigu, roti, dan kentang.
2. Makanan yang Mengandung Lemak: Mentega dan keju
3. Makanan yang Mengandung Protein
 - a. Protein Nabati: Tempe, tahu, kedelai, kacang hijau
 - b. Protein Hewani: Hati, telur, susu, daging, ikan, udang, dan yoghurt
4. Sayur-sayuran dan Buah-buahan: Bayam, sawi, kangkung, wortel, tomat, jeruk, pepaya, pisang
 - a. Zat besi untuk menambah darah
 - b. Asam folat untuk kecerdasan anak
 - c. Vitamin b complex untuk mencegah anemia
6. Mineral: Air putih 6-8 gelas per hari

Gizi Ibu Nifas



Apa itu zat gizi?

Gizi adalah proses makhluk hidup menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti (penyerapan), absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan.

Apa saja manfaat gizi bagi ibu nifas?

1. Memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan/perkembangan serta mengganti jaringan tubuh yang rusak.
2. Memperoleh energi guna melakukan kegiatan sehari-hari atau aktivitas.
3. Berguna untuk proses reproduksi ASI yang akan dikonsumsi bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan.
4. Mencegah anemia malnutrisi pada ibu post partum.

Lampiran 12 : SAP BBL



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

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Topik : Perawatan bayi baru lahir di rumah
Sasaran : Ny.R
Hari/Tanggal : 8 Desember 2021
Waktu : 30 menit
Tempat : Klinik Jaya Kusuma Husada
Penyaji : Safrina Amalia

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah mendapatkan pembelajaran diharapkan peserta dapat mengetahui, memahami dan mengaplikasikan bagaimana perawatan bayi baru lahir di rumah sehingga dapat melakukan secara mandiri.

2. Tujuan Khusus

Setelah dilakukan penyuluhan (health education), peserta mampu menyebutkan dan mengaplikasikan :

- a. Memandikan bayi
- b. Perawatan tali pusat
- c. Pemeriksaan bayi di fasilitas kesehatan
- d. Menjemur bayi
- e. Kebiasaan yang merugikan bayi

B. Metode

1. Ceramah
2. Tanya jawab

C. Media

Leaflet

D. Kegiatan

Waktu	Tahap	Penyuluh	Klien
2 menit	Pembukaan	1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menyampaikan maksud dan tujuan	1. Menjawab salam 2. Mendengarkan penjelasan 3. Mendengarkan penjelasan
15 menit	Isi	1. Menjelaskan pengertian dan manfaat peserta mengenai perawatan bayi di rumah 2. Menjelaskan hal-hal yang dilakukan dalam perawatan bayi di rumah	1. Mendengarkan penjelasan 2. Mendengarkan penjelasan
8 menit	Diskusi	Tanya jawab	Peserta bertanya
5 menit	Penutup	1. Memberikan kesimpulan 2. Mengucapkan salam	1. Mendengarkan penjelasan 2. Menjawab salam

E. Evaluasi

1. Klien dapat menjelaskan cara memandikan bayi.
2. Klien dapat menjelaskan cara perawatan tali pusat.
3. Klien dapat menjelaskan pemeriksaan bayi di fasilitas pelayanan kesehatan.
4. Klien dapat menjelaskan tentang kegiatan menjemur bayi.
5. Klien dapat menjelaskan kebiasaan buruk pada bayi.

F. Materi

1. Pengertian

Bayi baru lahir adalah hasil konsepsi yang baru keluar dari rahim seorang ibu melalui jalan kelahiran normal atau dengan bantuan alat tertentu sampai usia 1 bulan. Bayi baru lahir normal adalah bayi yang lahir pada usia kehamilan 37-42 minggu dan berat badannya 2.500-4.000 gram. Bayi baru lahir adalah bayi yang baru mengalami proses

kelahiran dari kehamilan 37 minggu sampai 42 minggu dan berat badan lahir 2.500 gram sampai dengan 4000 gram.

2. Manfaat Perawatan Bayi Baru Lahir di Rumah
 - a. Meningkatkan kemandirian orang tua terhadap perawatan bayinya.
 - b. Meningkatkan kualitas hidup bayi.
 - c. Mengurangi angka kematian bayi baru lahir.
 - d. Meminimalkan biaya perawatan.
 - e. Meningkatkan hubungan orang tua dan bayi.

3. Tanda Bahaya Bayi Baru Lahir
 - a. Malas menyusu
 - b. Kejang
 - c. Mengantuk terus atau tidak sadar
 - d. Nafas cepat ($>60x/m$) atau nafas lambat ($<20x/m$)
 - e. Tangisan merintih
 - f. Tubuh tampak kuning
 - g. Tali pusat kemerahan atau berbau

4. Perawatan Bayi Baru Lahir di Rumah

Merawat bayi merupakan hal yang tidak mudah, apalagi bagi orang tua yang baru mempunyai anak pertama, banyak sekali pertanyaan-pertanyaan berkaitan dengan bayi. Hal yang sering di pertanyakan oleh orang tua baru adalah bagaimana memandikan bayi yang benar serta aman bagi bayi tersebut. Adapun perawatan bayi baru lahir yang dapat dilakukan dirumah:

- a. Memandikan bayi

Memandikan bayi adalah Membersihkan tubuh bayi dengan menggunakan sabun dan air hangat dengan suhu $38^{\circ}C$ dimana keadaan suhu bayi sudah stabil.

Prosedur :

- 1) Cuci tangan dengan sabun dibawah air mengalir
- 2) Bayi diposisikan membujur dan pakaian bayi dilepas
- 3) Bersihkan mata bayi dengan kapas mata dari dalam keluar
- 4) Bersihkan pantat dari tinja sebelum dimandikan agar air mandi tetap bersih
- 5) Bersihkan kelamin bayi dengan hati-hati

- 6) Bayi disabun mulai dari leher,dada,perut (tali pusat disabun dari ujung ke pangkal) dilanjutkan ke bagian kaki,terakhir kepala dan lengan
- 7) Bilas bayi mulai dari muka,lengan,dada,perut,paha,dan kaki
- 8) Bayi diposisikan telungkup,kemudian bersihkan leher belakang, tengkuk, punggung, dan pantat
- 9) Bayi dikeringkan dengan handuk
- 10) Rawat tali pusat,dikeringkan dengan kassa steril
- 11) Bayi diberi pakaian lengkap
- 12) Bersihkan alat dan lingkungan
- 13) Cuci tangan

Hal yang perlu diperhatikan.

- 1) Bayi dimandikan paling cepat 6 jam setelah lahir
- 2) Bayi mandi dengan air hangat, untuk menghindari suhu tubuhnya turun yang dapat berbahaya bagi bayi,
- 3) Mandikan dengan cepat, bersihkan muka, leher dan ketiak dengan air dan sabun
- 4) Keringkan seluruh tubuh dengan cepat
- 5) Bayi tidak boleh dibedong, cukup dipakaikan baju, topi, kaus kaki dan diselimuti sehingga terjaga kehangatannya.
- 6) Jangan memandikan bayi jika demam atau pilek
- 7) Bayi umur 1-7 hari dimandikan cukup 1 kali dalam sehari, menjelang siang hari.

b. Pengertian Tali Pusat Bayi

Tali pusat (Funiculus umbilicalis) adalah saluran kehidupan bagi janin selama dalam kandungan, dikatakan saluran kehidupan karena saluran inilah yang selama 9 bulan 10 hari menyuplai zat-zat gizi dan oksigen janin. Tetapi begitu bayi lahir, saluran ini sudah tidak diperlukan lagi sehingga harus dipotong dan diikat atau dijepit.

Cara Membersihkan Tali Pusat

Perawatan tali pusat pada bayi baru lahir harus diperhatikan betul. Sebab daerah ini, udah sekali terkena infeksi. Jika tali pusat belum

putus tak sengaja terkena air saat bayi dimandikan, keringkan dengan cotton buds atau kasa steril. Jangan bubuhi ramuan apapun pada pangkal tali pusat. Umumnya, tali pusat akan putus antara 1-2 minggu setelah kelahiran. Tapi bisa juga terjadi lebih dini atau lambat.

Perawatan menggunakan alcohol dan penutupan tali pusat sudah tidak dianjurkan lagi. Perawatan menggunakan air matang dan biarkan tali pusat tetap terbuka. Usahakan tali pusat tetap kering, untuk mengelap bisa menggunakan tissue atau kain kasa steril. Tetap amati terhadap tanda-tanda infeksi.

Hal yang perlu diperhatikan

- 1) Tali pusat dalam keadaan bersih, terbuka dan kering agar kuman tetanus tidak dapat hidup.
 - 2) Jangan membubuhi apapun pada pangkal tali pusat (termasuk alcohol dan povidon yodium) agar lekas kering dan lepas.
 - 3) Bila tali pusat terlihat kotor, bersihkan tali pusat dengan air bersih dan sabun mandi, lalu segera keringkan dengan kain bersih.
 - 4) Cuci tangan sebelum dan sesudah memegang bayi.
 - 5) Bila tali pusat basah, berbau atau dinding perut disekitarnya kemerahan harus segera dibawa ke petugas kesehatan, poskesdes, puskesmas atau fasilitas kesehatan yang lain.
- c. Pemeriksaan kesehatan bayi pada 1 minggu pertama :
- 1) Kematian bayi banyak terjadi pada minggu pertama atau hari-hari pertama setelah lahir.
 - 2) Bayi Baru Lahir gampang sakit dan gejala sakit pada Bayi Baru Lahir sulit dikenali. Apabila bayi sakit, penyakitnya cepat menjadi berat dan serius bahkan bisa meninggal.
 - 3) Pentingnya pemeriksaan bayi pada minggu pertama yaitu untuk mengetahui sedini mungkin bila bayi tidak sehat, atau ada kelainan bawaan.
 - 4) Ibu dan Ayah yang memeriksakan bayinya ke petugas kesehatan mendapatkan pengetahuan cara merawat bayi baru

lahir, menyusui yang benar, menghindari terjadinya infeksi serta pemantauan berat badan bayi.

Pemeriksaan bayi pada hari ke 8 - 28 :

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

d. Menjemur bayi

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

- 1) jemur bayi pada pagi antara pukul 07.00-08.00 selama 15-30 menit dengan posisi telentang dan tengkurap.
- 2) Jemur saat sebelum mandi
- 3) Bukalah baju bayi dan pakaikan popok yang minim
- 4) Hindarkan mata dari sinar matahari langsung.
- 5) Ganti posisi setiap 15 menit

e. Kebiasaan yang merugikan bayi.

Adapun kebiasaan yang dapat merugikan bayi adalah.

- 1) Tali pusat bayi dibubuhi ramuan
- 2) Bayi tidak boleh dibawa keluar rumah sebelum 40 hari
- 3) Bayi tidak boleh diimunisasi karena takut demam
- 4) Mengobati sendiri jika bayi sakit
- 5) Memberikan makanan-minuman selain ASI eksklusif
- 6) Mengayun bayi dengan kencang

G. Leaflet

3. Pemeriksaan kesehatan bayi



1.1 minggu pertama untuk mengetahui sedini mungkin bila bayi tidak sehat, atau ada kelainan bawaan

2. Hari ke 8-28

- untuk memantau kesehatan bayi, sehingga dapat segera diketahui bila ada tanda atau gejala bayi sakit.
- untuk mengetahui cara menyusui dan perawatan bayi yang benar dan kecukupan pemberian ASI

4. Menjemur bayi



Sinar matahari dan udara segar sangat penting untuk pertumbuhan dan pemeliharaan kesehatan.

5. Kebiasaan yang dapat merugikan bayi

- Bayi tidak boleh di imunisasi karena takut demam.
- mengobati sendirijika bayi sakit.
- Memberikan makanan minuman selain ASI eksklusif

Apa saja perawatan BBL dirumah?

1. Memandikan bayi



Memandikan bayi adalah Membersihkan tubuh bayi dengan menggunakan sabun dan air hangat dengan suhu 38°C dimana keadaan suhu bayi sudah stabil.

2. Perawatan Tali pusat



- jangan beri apapun, selalu pastikan dalam kondisi kering.
- perawatan menggunakan alkohol sudah tidak dianjurkan lagi.
- perawatan menggunakan air matang dan biarkan tali pusat tetap terbuka.
- usahakan tali pusat tetap kering, untuk mengelap gunakan tissue atau kasa steril.
- tetap amati tanda-tanda infeksi

PERAWATAN BAYI BARULAHIR



Apa itu bayi baru lahir?

Bayi baru lahir adalah bayi yang baru mengalami proses kelahiran dari kehamilan 37 minggu sampai 42 minggu dan berat badan lahir 2.500 gram sampai dengan 4000 gram.

Apa manfaat perawatan bayi?

- Meningkatkan kemandirian orang tua terhadap perawatan bayinya.
- Meningkatkan kualitas hidup bayi.
- Mengurangi angka kematian bayi baru lahir.
- Meminimalkan biaya perawatan.
- Meningkatkan hubungan orang tua dan bayi.

Apa saja tanda bahaya bayi baru lahir?

- Malas menyusu
- Kejang
- Mengantuk terus atau tidak sadar
- Nafas cepat ($>60x/m$) atau nafas lambat ($<20x/m$)
- Tangisan merintih
- Tubuh tampak kuning
- Tali pusat kemerahan atau berbau

Lampiran 13 : Dokumentasi



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

ANC



INC



PNC



BBL



KB



KARTU AKSEPTOR

Nama Dokter/Bidan: SIMBA DIBASTIKA
Nama Akseptor: 3 - 6 - 2000 / 21 tahun
Tgl. Lahir/Umur: ARIE - ELIASA
Nama Suami: LONDREO E/A

Tanggal	Tanggal pemberian	Keterangan
7-1-2022	1-4-2022	TD 12970, 86-76

Pilihan Berkualitas Dengan Harga Terjangkau



BUKU KIA

Formulir identitas ibu hamil dan bayi baru lahir. Bagian atas berisi nomor registrasi ibu, tanggal lahir, dan nama ibu. Bagian tengah berisi identitas keluarga, nama ibu, tanggal lahir, jenis kelamin, dan informasi kontak. Bagian bawah berisi alamat rumah, kecamatan, kabupaten/kota, dan nomor rekening.

Diisi oleh Tenaga Kesehatan. Bagian atas berisi identitas dokter/ibu, riwayat kesehatan ibu, dan riwayat kesehatan janin. Bagian bawah berisi riwayat obstetri dengan tabel yang mencatat jenis kehamilan, jumlah, jenis kelamin, dan berat badan bayi.

Diisi oleh Tenaga Kesehatan. Tabel riwayat obstetri yang mencatat riwayat kehamilan sebelumnya.

No. Kehamilan	Jenis	Tgl. Mulai	Tgl. Akhir	JK	B/B (kg)	Tinggi (cm)
1	M	01/01/19	01/01/20	L	3,5	48
2	M	02/02/19	02/02/20	L	4,0	49
3	M	03/03/19	03/03/20	L	4,5	50
4	M	04/04/19	04/04/20	L	5,0	51

Diisi oleh Tenaga Kesehatan. Tabel riwayat obstetri yang mencatat riwayat kehamilan sebelumnya.

No. Kehamilan	Jenis	Tgl. Mulai	Tgl. Akhir	JK	B/B (kg)	Tinggi (cm)
1	M	01/01/19	01/01/20	L	3,5	48
2	M	02/02/19	02/02/20	L	4,0	49
3	M	03/03/19	03/03/20	L	4,5	50
4	M	04/04/19	04/04/20	L	5,0	51

Catatan Kesehatan Ibu Bersalin (KIB). Bagian atas berisi identitas ibu dan bayi baru lahir. Bagian tengah berisi riwayat persalinan, pemeriksaan fisik ibu, dan pemeriksaan fisik bayi baru lahir. Bagian bawah berisi catatan kesehatan tambahan.

Catatan Kesehatan Ibu Nifas (KIN). Tabel riwayat pelayanan ibu nifas yang mencatat jenis pelayanan, tanggal, dan hasil pemeriksaan.

Jenis Pelayanan	Tgl. Pelayanan	Hasil Pemeriksaan
Pemeriksaan umum	01/01/20	Normal
Pemeriksaan payudara	01/01/20	Normal
Pemeriksaan alat reproduksi	01/01/20	Normal
Pemeriksaan kaki	01/01/20	Normal

Catatan Dokter/Bidan. Bagian atas berisi identitas kunjungan nifas dan tanggal. Bagian tengah berisi riwayat kesehatan ibu nifas dan pemeriksaan fisik. Bagian bawah berisi kesimpulan akhir nifas.

Keterangan Lahir. Bagian atas berisi identitas ibu dan bayi baru lahir. Bagian tengah berisi riwayat persalinan dan pemeriksaan fisik bayi baru lahir. Bagian bawah berisi catatan kesehatan tambahan.

Catatan Kesehatan Bayi Baru Lahir (CKBL). Tabel riwayat pelayanan kesehatan bayi baru lahir yang mencatat jenis pelayanan, tanggal, dan hasil pemeriksaan.

Jenis Pelayanan	Tgl. Pelayanan	Hasil Pemeriksaan
Pemeriksaan umum	01/01/20	Normal
Pemeriksaan kepala	01/01/20	Normal
Pemeriksaan leher	01/01/20	Normal
Pemeriksaan dada	01/01/20	Normal
Pemeriksaan perut	01/01/20	Normal
Pemeriksaan alat reproduksi	01/01/20	Normal
Pemeriksaan kaki	01/01/20	Normal

Catatan Imunisasi Anak. Tabel riwayat imunisasi anak yang mencatat jenis imunisasi, tanggal, dan hasil pemeriksaan.

Jenis Imunisasi	Tgl. Pelayanan	Hasil Pemeriksaan
BKIP	01/01/20	Normal
BCG	01/01/20	Normal
DTP1	01/01/20	Normal
DTP2	01/01/20	Normal
DTP3	01/01/20	Normal
Polio	01/01/20	Normal
Tetanus	01/01/20	Normal

Lampiran 14 : Curriculum Vitae



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

CURRICULUM VITAE



A. Identitas diri

Nama lengkap	Safrina Amalia
Jenis Kelamin	Perempuan
Program studi	Kebidanan
NIM	192029
Tempat Tanggal Lahir	Pasuruan, 27 Mei 2001
e-mail	safrinaamalia27@gmail.com
No. Telepon	081703189384
Alamat	Dsn.Genengan Timur RT.04/RW.03 Ds.Glagahsari Kec.Sukorejo Kab.Pasuruan

B. Riwayat Pendidikan

No	Jenjang Pendidikan	Lembaga Pendidikan	Lulus
1.	TK	TK-Plus Al-Hidayah Sukorejo	2007
2.	SD	SDN Glagahsari 1 Sukorejo	2013
3.	SMP	SMPN 1 Sukorejo	2016
4.	SMA	SMAN 1 Purwosari	2019