

Lampiran-Lampiran

Lampiran 1

PERSETUJUAN PASIEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Janal Mfan
Usia : 25 Th
Hubungan dengan pasien : Suami
Alamat : Jl. Baru Rt. / Rw. 04 / 01 Dk. Barakac Kec. Bojongsari

Setelah mendapatkan penjelasan, menyatakan setuju/bersedia untuk menerima asuhan kebidanan sesuai dengan prosedur yang telah ditentukan sehubungan dengan permasalahan kesehatan ibu/anak yang dialami oleh anak/istri saya berikut ini :

Nama : Fitriana
Usia : 26 Th
Alamat : Jl. Baru Rt. / Rw. 04 / 01 Dk. Barakac Kec. Bojongsari
Diagnosa :

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 26 Maret2024

Dimy
(.....Fitriana.....)

Lampiran 2

PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Bdn. Hesti Darajatun. S.keb.
NIP : 1979 11 16 2006 092 008
Jabatan : Kepala Ruangan
Institusi : RSUP Saurewaji

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : Talitha Adura
NIM : 01724221092

Untuk memberikan asuhan kebidanan sebagai bagian dri penyusunan Laporan

Tugas Akhir kepada pasien berikut:

Nama Pasien : Ny. Fitriani
Alamat : KP. Baru 9/1 Dsn. Barokan kec. Bojonegenteng
Diagnosa : Ny. F Uter 26 tahun P1A0

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakn sebagaimana mesinya.

Bogor, 25 maret 2024


(Bdn. Hesti Darajatun S.keb.)

Lampiran 3

GANGGUAN PSIKOLOGIS MASA NIFAS (Pengkajian 7 hr PP)

Skrining deteksi gangguan mood/depresi menggunakan *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) untuk mengukur intensitas perubahan perasaan depresi selama pasca salin. Pertanyaan-pertanyaannya berhubungan dengan libilitas perasaan, kecemasan, perasaan bersalah serta mencakup hal-hal lain yang terdapat pada post-partum blues. Kuesioner terdiri dari 10 (sepuluh) pertanyaan, di mana setiap pertanyaan memiliki 4 (empat) pilihan jawaban yang mempunyai nilai skor dan harus dipilih satu sesuai dengan gradasi perasaan yang dirasakan ibu pasca salin saat itu.

Berikut ini merupakan Tools yang digunakan untuk skrining gangguan psikologis post partum yang sudah diterjemahkan dalam b Indonesia :

(TERJEMAHAN) EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)

Bagaimana perasaan anda setelah melahirkan ?

Beri tanda silang (X) pada pernyataan di bawah ini yang paling sesuai dengan perasaan anda

No	Pernyataan
1.	Saya dapat tertawa bila melihat sesuatu yang lucu <input checked="" type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
2	Saya banyak mengerjakan banyak hal dengan senang <input type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang <input checked="" type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
3	Saya menyalahkan diri saya sendiri apabila terjadi hal yang tidak menyenangkan <input checked="" type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
4	Saya merasa khawatir dan cemas tanpa alasan yang jelas <input checked="" type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
5	Saya merasa ketakutan dan panik tanpa alasan yang jelas <input type="radio"/> (a) Sering <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
6	Segala sesuatu terasa membebani saya sehingga : <input type="radio"/> (a) Hampir selalu saya merasa tidak tidak bersemangat <input checked="" type="radio"/> (b) Kadang-kadang saya merasa tidak bisa mengatasi sebaik biasanya <input type="radio"/> (c) Hampir selalu saya merasa bisa mengatasi dengan baik <input type="radio"/> (d) Selalu saya bisa mengatasi sebaik biasanya
7	Saya merasa tidak bahagia sehingga sulit tidur <input type="radio"/> (a) hampir setiap hari (c) Jarang <input checked="" type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
8	Saya merasa sedih dan jengkel tanpa alasan

	(a) hampir setiap waktu (b) Kadang kadang	(c) Jarang (d) tidak pernah
9	Saya merasa sangat tidak bahagia sehingga saya menangis	(a) hampir setiap waktu (b) Kadang kadang (c) Jarang (d) tidak pernah
10	Pernah ada pikiran putus asa	(a) Sering (c) Jarang (b) Kadang kadang (d) tidak pernah

Cara penilaian EPDS

1. Pertanyaan 1, 2 dan 4 : mendapatkan nilai 0,1,2 atau 3 dengan option a mendapatkan nilai 0 dan option paling bawah mendapatkan nilai 3.
2. Pertanyaan 3,5 sampai dengan 10 merupakan penilaian terbalik, dengan option a mendapatkan nilai 3 dan option paling bawah mendapatkan nilai 0
3. Pertanyaan 10 merupakan pertanyaan yang menunjukkan keinginan bunuh diri
4. Nilai maksimal 30
5. Kemungkinan depresi nilai 10 atau lebih

Lampiran 4

LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN LTA

Nama Mahasiswa : Talitha Adara
 NIM : P17324221042
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Postpartum pada Ny. F usia 26 tahun
 PIAO di RSUD Sekarwangi
 Dosen Pembimbing : Hj. Enung Harni Susilawati, SKp, MKM

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Ttd Mahasiswa	Ttd Pembimbing
1	Selasa 26/03/2024	Konfirmasi pasien LTA	Memastikan judul LTA	<i>Jta</i>	<i>h</i>
2	Rabu 27/03/2024	Konfirmasi judul LTA	Acc judul LTA Melanjutkan pengkajian	<i>Jta</i>	<i>h</i>
3	Jumat 19/04/2024	Konsultasi bab 3	Melanjutkan pengkajian	<i>Jta</i>	<i>h</i>
4	Selasa 22/04/2024	Konsultasi bab 4	Revisi+mrenambahkan hasil evaluasi pada penataklasaan	<i>Jta</i>	<i>h</i>
5	Kamis 24/04/2024	Revisi bab 4	Perbaiki kata kata yang kurang huruf, rapihkan spasi, penulisan di usahakan konsisten.	<i>Jta</i>	<i>h</i>
6	Jumat 02/05/2024	Revisi bab 4	Revisi	<i>Jta</i>	<i>h</i>
7	Kamis 16/05/2024	Konsultasi bab 1	Mengurutkan kembali latar belakang masalah, baca kembali pedoman LTA	<i>Jta</i>	<i>h</i>
8	20/05/2024	Konsultasi bab 4	Acc bab 3&4	<i>Jta</i>	<i>h</i>
9	Minggu 27/05/2024	Revisi bab 1	Pelajari kembali materi	<i>Jta</i>	<i>h</i>

10	28/05/2024	Revisi bab 1	Lengkap kembali	<i>Jlu</i>	<i>h</i>
11	30/05/2024	Revisi bab 1 dan melanjutkan bab 2	Melanjutkan pembuatan bab 2	<i>Jlu</i>	<i>h</i>
12	31/05/2024	Konsultasi bab 2	Perbaikan kata kata	<i>Jlu</i>	<i>h</i>
13	Sabtu 01/06/2024	Konsul bab 1	Acc bab 1 melanjutkan materi selanjutnya	<i>Jlu</i>	<i>h</i>
14	Rabu 05/06/2024	Konsultasi Bab 5&6	Memasukan nama ahli dengan teori	<i>Jlu</i>	<i>h</i>
15	Kamis 07/06/2024	Konsultasi bab 2	Acc bab 2 dan perbaiki	<i>Jlu</i>	<i>h</i>
16	Rabu 12/06/2024	ACC LTA	ACC keseluruhan Bab LTA	<i>Jlu</i>	<i>h</i>

Lampiran 5

LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI PASCA SIDANG LTA

Nama Lengkap : Talitha Adara
 NIM : P17324221042
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Postpartum Pada Ny. F 26
 Tahun di RSUD Sekarwangi
 Tanggal Ujian LTA : Jumat, 26 Juni 2024
 Penguji LTA : 1. Elin Supliyani, M.Keb
 2. Dr. Fauzia, MKM
 3. Enung Harni Susilawati, S.Kp, MKM

No	Hari/ Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Nama Penguji	TTD Penguji
1	Kamis, 27 Juni 2024	Konsul revisi pasca sidang	ACC LTA	Elin Supliyani, M.Keb	
2	Kamis, 27 Juni 2024	Konsul revisi pasca sidang	ACC LTA	Dr. Fauzia .MKM	
3	Jumat, 25 Juni 2024	Konsul revisi pasca sidang	ACC LTA	Enung Harni Susilawati, Skp.MKM	

Lampiran 6

Satuan Acara Penyuluhan

Pokok Bahasan : Post Natal Care (PNC)

Sub Topik : Pijat oksitosin

Waktu : 20 Menit

Sasaran : Ny. F

Tempat : Ruang Raden Dewi Sartika, RSUD Sekarwangi

1. Tujuan:

Tujuan Umum:

Meningkatkan pengetahuan ibu-ibu menyusui tentang manfaat dan teknik pijat oksitosin untuk mendukung produksi ASI.

Tujuan Khusus:

- 1) Menjelaskan manfaat pijat oksitosin.
- 2) Mengajarkan teknik dasar pijat oksitosin.
- 3) Mendorong praktik pijat oksitosin secara rutin untuk mendukung laktasi.

2. Sasaran:

Ibu-ibu menyusui.

3. Materi:

- a) Pengertian Pijat Oksitosin:
- b) Definisi dan tujuan pijat oksitosin.
- c) Manfaat Pijat Oksitosin:
- d) Meningkatkan produksi ASI.
- e) Mengurangi risiko bendungan ASI.
- f) Membantu merelaksasi ibu menyusui.
- g) Teknik Pijat Oksitosin:
 - a. Langkah-langkah pijat oksitosin (demonstrasi dan praktik).
 - b. Area tubuh yang dipijat.

c. Frekuensi dan durasi pijat yang dianjurkan.

4. Metode:

- 1) Ceramah.
- 2) Demonstrasi.
- 3) Diskusi dan tanya jawab.
- 4) Praktik langsung.

5. Media dan Alat:

Brosur/leaflet tentang pijat oksitosin.

6. Waktu:

- 1) Durasi: 60 menit.
- 2) Pembagian waktu:
- 3) Pembukaan dan pengantar (10 menit).
- 4) Pemberian materi (20 menit).
- 5) Demonstrasi dan praktik (20 menit).
- 6) Diskusi dan tanya jawab (10 menit).

7. Evaluasi:

- 1) Observasi langsung saat praktik teknik pijat oksitosin.
- 2) Feedback dari peserta mengenai materi dan penyampaian.

Materi Penyuluhan

Pengertian Pijat Oksitosin

Pijat oksitosin adalah teknik pijat yang bertujuan untuk merangsang produksi hormon oksitosin dalam tubuh. Oksitosin adalah hormon yang berperan penting dalam proses persalinan, menyusui, dan membangun ikatan emosional. Hormon ini sering disebut sebagai "hormon cinta" karena pengaruhnya terhadap perasaan cinta dan keterikatan.

Manfaat Pijat Oksitosin

1. Merangsang Produksi ASI: Pijat oksitosin membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

2. Mengurangi Stres dan Kecemasan: Oksitosin memiliki efek menenangkan dan dapat membantu mengurangi stres serta kecemasan.
3. Meningkatkan Ikatan Emosional: Membantu memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, serta antara pasangan.
4. Meningkatkan Kebahagiaan: Pijat ini dapat membantu meningkatkan perasaan bahagia dan kesejahteraan.

Teknik Pijat Oksitosin

1. Posisi Nyaman: Ibu sebaiknya berada dalam posisi yang nyaman, misalnya duduk atau berbaring dengan santai.
2. Pijat Punggung Atas: Fokus pada area punggung atas, tepat di antara tulang belikat.
3. Gerakan Lembut: Gunakan gerakan lembut dan ritmis, mulai dari leher hingga ke punggung bagian atas.
4. Durasi Pijat: Lakukan pijatan selama 10-15 menit.
5. Keteraturan: Pijat sebaiknya dilakukan secara rutin, misalnya setiap hari atau beberapa kali dalam seminggu.

Teknik Pijat Mandiri

1. Menggunakan Bola Kecil: Ibu dapat menggunakan bola kecil (seperti bola tenis) untuk melakukan pijatan pada punggung atas dengan menempatkan bola di antara punggung dan dinding, lalu bergerak perlahan.
2. Pijat Dada: Pijat lembut di area dada dan sekitar payudara dengan gerakan melingkar dapat membantu merangsang produksi oksitosin.

Sumber Referensi:

Buku: "The Breastfeeding Book" oleh William Sears dan Martha Sears, yang membahas teknik pijat untuk ibu menyusui.

Jurnal: Artikel di "Journal of Human Lactation" manfaat oksitosin dalam proses menyusui.

Panduan Kesehatan: "Panduan Praktis Menyusui" oleh IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia)

Satuan Acara Penyuluhan

Breast Care

Pokok Bahasan : Post Natal Care (PNC)

Sub Topik : Breast care

Waktu : 20 Menit

Sasaran : Ny. F

Tempat : Ruang Raden Dewi Sartika, RSUD Sekarwangi

1. Tujuan

A. Tujuan Umum

Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu menyusui tentang perawatan payudara untuk mendukung proses laktasi.

B. Tujuan Khusus

- a) Menjelaskan pentingnya perawatan payudara selama masa menyusui.
- b) Mengajarkan teknik dasar perawatan payudara.
- c) Mendorong praktik rutin perawatan payudara untuk mencegah masalah laktasi.

2. Sasaran:

Ny.F usia 26 tahun P1A0

3. Materi:

- a) Pengertian Breast Care:
 - a. Definisi dan tujuan perawatan payudara.
- b) Manfaat Breast Care:
 - a. Mencegah bendungan ASI.
 - b. Mengurangi risiko infeksi payudara (mastitis).
 - c. Menjaga kesehatan dan kebersihan payudara.

c) Teknik Breast Care:

- a. Langkah-langkah perawatan payudara (demonstrasi dan praktik).
- b. Pemijatan payudara yang benar.
- c. Perawatan puting dan kulit sekitar payudara.
- d. Frekuensi dan waktu yang tepat untuk perawatan.

d) Metode:

- a. Ceramah.
- b. Demonstrasi.
- c. Diskusi dan tanya jawab.
- d. Praktik langsung.

e) Media dan Alat:

Brosur/leaflet tentang perawatan payudara.

f) Waktu:

- a. Durasi: 60 menit.
- b. Pembagian waktu:
- c. Pembukaan dan pengantar (10 menit).
- d. Pemberian materi (20 menit).
- e. Demonstrasi dan praktik (20 menit).
- f. Diskusi dan tanya jawab (10 menit)

g) Evaluasi:

- a. Observasi langsung saat praktik teknik perawatan payudara.
- b. Feedback dari peserta mengenai materi dan penyampaian.

h) Materi penyuluhan

E. Pengertian

Post natal breast care pada ibu nifas merupakan perawatan payudara yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan/nifas untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran payudara sehingga memperlancar pengeluaran ASI, pelaksanaan perawatan payudara dimulai sedini mungkin, yaitu 1-2 hari

setelah bayi dilahirkan dan dilakukan 2 kali sehari. Perawatan payudara adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar dan teratur untuk memelihara kesehatan payudara waktu hamil dengan tujuan untuk mempersiapkan laktasi pada waktu post partum perawatan payudara adalah perawatan yang dilakukan pada payudara ibu setelah melahirkan dan menyusui yang merupakan suatu cara yang dilakukan saat merawat payudara agar ASI keluar dengan lancar Jadi perawatan payudara masa nifas adalah kegiatan yang dilakukan oleh ibu pasca melahirkan sebagai upaya untuk memelihara kesehatan payudara dan membantu memperlancar produksi ASI.

B. Manfaat dan tujuan perawatan payudara

Perawatan payudara hendaknya dilakukan sedini mungkin selama kehamilan dalam upaya mempersiapkan bentuk dan fungsi payudara sebelum terjadi laktasi. jika persiapan kurang dapat terjadi gangguan penghisapan pada bayi akibat ukuran puting yang kecil atau mendelep. Akibat lain bisa terjadi produksi Asi akan terlambat serta kondisi kebersihan payudara ibu tidak terjamin sehingga dapat membahayakan kesehatan bayi. Dipihak ibu, akibat perawatan yang kurang pada saat persalinan ibu belum siap menyusui sehingga jika bayi disusukan ibu akan merasakan geli atau perih pada payudaranya.

Tujuan perawatan payudara adalah

- a) Memelihara kebersihan payudara
- b) Melenturkan dan menguatkan puting susu
- c) Payudara yang terawat akan memproduksi ASI cukup untuk kebutuhan bayi.
- d) Dengan perawatan payudara yang baik ibu tidak perlu khawatir bentuk payudaranya akan cepat berubah sehingga kurang menarik.

- e) Dengan perawatan payudara yang baik puting susu tidak akan lecet sewaktu dihisap oleh bayi.
- f) Melancarkan aliran ASI
- g) Mengatasi puting susu datar atau terbenam supaya dapat dikeluarkan
- h) sehingga siap untuk disusukan kepada bayinya

C. Akibat jika tidak dilakukan perawatan payudara

Berbagai dampak negatif dapat timbul jika tidak dilakukan perawatan payudara sedini mungkin.

D. Dampak tersebut meliputi

- a) Puting susu masuk kedalam
- b) Anak susah menyusui
- c) ASI lama keluar
- d) Produksi ASI terbatas
- e) Pembengkakan pada payudara
- f) Payudara meradang
- g) Payudara kotor
- h) Kulit payudara terutama puting akan mudah lecet.

D. Waktu Pelaksanaan

Pertama kali dilakukan pada hari kedua setelah melahirkan

Dilakukan minimal 2x dalam sehari

E. Hal-Hal Yang Perlu Diperhatikan Dalam Melakukan Perawatan Payudara

- a) Potong kuku tangan sependek mungkin,serta kikir agar halus dan tidak melukai payudara.
- b) Cuci bersih tangan dan terutama jari tangan.
- c) Lakukan pada suasana santai,misalnya pada waktu mandi sore atau sebelum berangkat tidur.

F. Langkah-langkah perawatan payudara

- a) Persiapan alat untuk perawatan payudara
- b) Handuk 2 buah
- c) Washlap 2 buah
- d) Waskom berisi air dingin 1 buah
- e) Waskom berisi air hangat 1 buah
- f) Minyak kelapa/baby oil
- g) Waskom kecil 1 buah berisi kapas/kasa secukupnya
- h) Baki, alas dan penutup

G. Pelaksanaan

- a) Memberikan prosedur yang akan dilaksanakan
- b) Mengatur lingkungan yang aman dan nyaman
- c) Mengatur posisi klien dan alat-alat peraga supaya mudah dijangkau
- d) Cuci tangan sebelum dilaksanakan perawatan payudara
- e) Pasang handuk di pinggang klien satu dan yang satu dipundak

H. Teknik Perawatan Payudara

- a) Tempelkan kapas yang sudah diberi minyak kelapa atau baby oil selama \pm 5 menit, kemudian puting susu dibersihkan,
- b) Tempelkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara.

- c) Pengurutan dimulai kearah atas, kesamping, lalu kearah bawah.dalam pengurutan posisi tangan kiri kearah sisi kiri, telapak tangan kanan kearah sisi kanan.

8. Sumber:

- a) Marmi, A. (2012). Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- b) Sulistiyowati, T. (2013). Teknik Perawatan Payudara dalam Manajemen Laktasi. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(2), 123-130.
- c) Dewi, I. (2019). Panduan Praktis Perawatan Payudara. Jakarta: EGC.

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

TEKNIK MENYUSUI YANG BENAR

Hari / Tanggal : Kamis,04 April 2024

Waktu : 30 menit

Ruangan : Ruang rawat inap nifas

Nama pelaksana: Talitha Adara

A. Tujuan umum

Setelah dilakukan penyuluhan, peserta mengerti tentang cara menyusui yang baik dan benar

B. Tujuan khusus

Setelah dilakukan penyuluhan, peserta dapat mengetahui tentang

- a) Pengertian tehnik menyusui yang benar
- b) Posisi dan perlekatan menyusui yang benar
- c) Persiapan memperlancar pengeluaran ASI
- d) Langkah-langkah menyusui yang benar
- e) Cara pengamatan tehnik menyusui yang benar.
- f) Lama dan frekuensi menyusui

C. Materi

- a) Pengertian tehnik menyusui yang benar
- b) Posisi dan perlekatan menyusui yang benar
- c) Persiapan memperlancar pengeluaran ASI
- d) Langkah-langkah menyusui yang benar
- e) Cara pengamatan tehnik menyusui yang benar.
- f) Lama dan frekuensi menyusui

D. Metode

Ceramah dan Tanya jawab

E. Media

1. Leaflet

2. Satuan Acara Pembelajaran (SAP)

No	Waktu	Kegiatan	Kegiatan peserta
1	Pembukaan 3 menit	Memberi salam pembuka - Memperkenalkan diri - Menjelaskan pokok bahasan dan tujuan penyuluhan - Membagi leaflet	Menjawab salam Memperhatikan
2	Pelaksanaan 20 menit	Menjelaskan pengertian teknik menyusui yang benar - Menjelaskan posisi dan perlekatan menyusui yang benar - Menjelaskan Persiapan memperlancar pengeluaran ASI	Memperhatika

		<ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan langkah-langkah menyusui yang benar - Menjelaskan cara pengamatan tehnik menyusui yang benar. - Lama dan frekuensi menyusui 	
	Evaluasi : 5 menit	Menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah diberikan.	Menjawab pertanyaan
	Terminasi 2 menit	<p>Mengucapkan terimakasih atas peran serta dan peserta</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengucapkan salam penutup 	<p>Mendengarkan</p> <p>Menjawab salam</p>

G. Evaluasi

- a) Jelaskan cara menyusui yang baik dan benar?
- b) Jelaskan posisi bagaimana cara menyusui bayi kemabar yang baik dan benar?
- c) Sebutkan langkah-langkah menyusui yang baik damn benar?

H. Hasil

- a) Ibu bisa menjelaskan tehnik cara menyusui yang baik dan benar.
- b) Ibu bisa menjelaskan dan memperagakan bagaimananya caranya menyusui

I. Materi Penyuluhan Cara Menyusui yang Baik dan Benar

1. Pengertian Menyusui

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

2. Manfaat dan kerugian menyusui Manfaat menyusui dengan benar, adalah sebagai berikut:

- a) Putting tidak lecet
- b) Bayi merasa puas dan nyaman karna perlekatan menyusu pada bayi kuat.
- c) Bayi menjadi tenang
- d) Bayi tidak gumoh atau muntah
- e) Nutrisi pada bayi tercukupi

Kerugian menyusui tidak benar, adalah:

- a) Putting menjadi lecet
- b) ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI
- c) Bayi enggan menyusu
- d) Perut bayi kembung

2. Cara menyusui yang benar

Teknik menyusu yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi yang

benar, dengan tujuan untuk merangsang produksi susu dan memperkuat reflek menghisap bayi.

Langkah – langkah adalah sebagai berikut:

- a) Cuci tangan sebelum menyusui
- b) ibu duduk atau baring dengan santai (bila duduk lebih baik menggunakan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak menggantung dan punggung ibu bersandar pada sandaran kursi).
- c) Mempersilahkan dan membantu ibu membuka pakaian bagian atas
- d) Sebelum menyusui bersihkan puting sampai areola dengan kapas dibasahi air hangat DTT lalu ASI di keluarkan sedikit, kemudian dioleskan pada puting dan sekitar areola payudara cara ini mempunyai manfaat sebagai desinfektan dan menjaga kelembapan puting susu.
- e) Jelaskan pada ibu bagaimana teknik memegang bayinya
- f) Kepala dan badan bayi berada pada satu garis.
- g) Perut bayi menempel pada perut ibu dengan melekatkan satu tangan bayi kebelakang badan ibu dan yang satu di depan. perlekatan/menyusui yang benar
- h) Muka bayi menghadap payudara, sedangkan hidung kearah puting susu.
- i) Ibu memegang bayinya berdekatan dengan ibu.
- j) Untuk bayi baru lahir ibu harus menopang badan bayi bagian belakang, disamping kepala dan bahu.
- k) Mengajari ibu untuk menopang payudara dengan jari diatas dan jari yang lain menopang di bawah serta jangan menekan puting susu dan areolanya.
- l) Mengajari ibu untuk merangsang membuka mulut bayi, menyentuh sudut mulut bayi dengan puting susu.
- m) Setelah bayi membuka mulut (anjurkan ibu mendekatkan dengan cepat kepala bayi ke payudara ibu, kemudian

memasukan puting susu serta sebagian besar areola masuk ke mulut bayi)

n) Setelah bayi mulai menghisap, menganjurkan ibu untuk tidak memegang atau menyangga payudara lagi.

o) Menganjurkan ibu untuk memperhatikan bayi selama menyusui.

1) Mengajari ibu cara melepas isapan bayi dengan cara jari klingking dimasukan kemulut bayi melalui sudut mulut atau dagu bayi ditekan ke bawah.

2) Setelah selesai menyusui, mengajarkan ibu mengoleskan sedikit ASI pada puting susu dan areola. Biarkan kering dengan sendirinya.

3) Setelah menyusui maka bayi harus di sendawakan terlebih dahulu dengan cara:

a) Posisi memeluk bayi di bahu bayi di gendong menghadap ke belakang tepat di dada atau bahu ibu. Pastikan bayi tegak dan posisi dagu bayi menopang bahu ibu. Gunakan satu tangan ibu untuk menopang badannya. Tangan yang lain, melakukan gerakan menepuk – nepuk punggung bayi secara pelan sampai bayi bersendawa.

b) Posisi menggendong depan gendong bayi dengan menyangga tubuh bayi menghadap kedepan. Pastikan kepala bayi lebih tinggi dari tubuhnya. Sama seperti posisi sebelumnya, lakukan gerakan menepuk pada punggung secara perlahan sampai bayi bersendawa.

c) Posisi tengkurapkan bayi di pangkuan. Baringkan bayi dengan posisi tengkurap diatas pangkuan ibu. Gunakan satu tangan untuk menopang tubuh bayi dan pastikan posisi kepala lebih tinggi. Lakukan gerakan menepuk – nepik punggung bayi dengan pelan sampai bayi bersendawa.

4. Tanda bayi menyusui dengan benar

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

- a) Bayi tampak tenang
- b) Badan bayi menempel pada perut ibu
- c) Mulut bayi terbuka lebar
- d) Dagunya bayi menempel pada payudara ibu
- e) Sebagian areola masuk ke dalam mulut bayi, areola bawah lebih banyak yang masuk.
- f) Hidung bayi mendekati dan kadang – kadang menyentuh payudara ibu.
- g) Mulut bayi mencakup sebanyak mungkin areola (tidak hanya puting saja), lingkaran areola atas terlihat banyak bila dibandingkan dengan lingkaran areola bawah.
- h) Lidah bayi menompang puting dan areola bagian bawah
- i) Bibir bayi melengkung keluar
- j) Bayi tampak menghisap kuat
- k) Puting susu tidak terasa nyeri
- l) Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus
- m) Kepala bayi agak mengadiah
- n) Bayi menghisap kuat dan dalam secara perlahan dan kadang disertai berhenti sejenak.

**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)
TANDA BAHAYA IBU NIFAS**

Pokok Bahasan	: Tanda Bahaya
Sub Pokok Bahasan	: Tanda Bahaya Pada Ibu Nifas
Sasaran	: Ibu Pospartum Ny. F
Waktu	: 10 menit
Hari/Tanggal	: Senin, 26 Maret 2024
Tempat	: RSUD Sekarwangi
Penyuluh	: Talitha Adara

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan 15 menit, diharapkan ibu Ny. S mampu mengerti tanda- tanda bahaya pada ibu nifas.

2. Tujuan khusus

Setelah diberikan penyuluhan tentang tanda – tanda bahaya pada ibu nifas diharapkan:

- a. Memahami pengertian nifas.
- b. Memahami tanda – tanda bahaya nifas
- c. Memahami apa saja yang harus dihindari oleh ibu bersalin dan nifas.

B. Metode

Ceramah dan diskusi

C. Media

Buku KIA

D. Materi

- a. Pengertian Nifas
- b. Tanda – tanda bahaya pada ibu nifas
- c. Hal yang harus di hindari pada ibu bersalin dan nifas.

E. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan	2 Menit	<ol style="list-style-type: none">1. Memulai penyuluhan dengan mengucapkan salam.2. Memperkenalkan diri3. Menjelaskan tujuan penyuluhan.4. Menyebutkan materi yang akan diberikan.	Menjawab salam dan memperhatikan
2.	Pembahasan	5 menit	<ol style="list-style-type: none">1. Pengertian Nifas2. Tanda – tanda bahaya ibu nifas3. Hal yang harus dihindari oleh ibu bersalin dan nifas.	Memperhatikan dan mendengarkan penjelasan.
3.	Penutup	3 menit	<ol style="list-style-type: none">1 Diskusi tanya jawab.2 Menyimpulkan materi.3 Evaluasi4 Mengucapkan salam	Memperhatikan dan menjawab salam

F. Evaluasi

1. Ibu dapat menjelaskan ulang tentang pengertian nifas
2. Ibu dapat menjelaskan tentang tanda – tanda bahaya ibu nifas
3. Ibu dapat menjelaskan apa yang harus dihindari pada ibu bersalin dan nifas.

G. Daftar Pustaka

Riadinata S. 2023.Penyuluhan Tanda Bahaya Nifas di Karawang. Jurnal Pengabdian Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta, (2).
Buku asuhan Ibu dan Anak (KIA) pada tahun 2021 Hal 12-17

H. Lampiran Materi

Tanda-Tanda Bahaya Pada Ibu Nifas

A. Pengertian Nifas

Masa Nifas adalah dimulai setelah persalinan selesai dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung selama 6 minggu. Asuhan selama periode nifas mendapat perhatian karena masa nifas merupakan masa yang rawan bagi ibu. Tujuan dari asuhan masa nifa untuk menjaga kesehatan ibu dan bayinya, melaksanakan skrining secara komprehensif, dan memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu nifas. Pemantauan masa nifas dilakukan oleh tenaga kesehatan minimal 3 kali selama ibu dalam masa nifas.

B. Tanda – tanda masa nifas

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

1. Perdarahan lewat jalan lahir

Bila di temukan adanya perdarahan yang cukup banyak dalam waktu 24 jam dan ibu menurun kesadarannya, maka keluarga dan ibu perlu mencurigai bahwa ibu mengalami suatu tanda bahaya nifas. Jika ditemukan keadaan ibu seperti ini, maka keluarga harus segera membawanya kerumah sakit.

2. Demam lebih dari 2 hari dan nyeri serta merah pada payudara

Jika setelah melahirkan ibu mengalami sakit demam $\geq 38^{\circ}\text{C}$ selama 2 hari disertai adanya infeksi/peradangan pada alat genitalia, maka dapat ditangani lebih awal dengan banyak istirahat baring, diberi infus dan dilakukan kompres hangat. Namun jika ibu mengalami syok segera bawa ibu ke tenaga kesehatan untuk mencegah hal yang tidak baik.

3. Keluar cairan yang berbau dari jalan lahir

Biasanya cairan yang keluar paling lama adalah 2 minggu disertai bau busuk, maka hal tersebut termasuk tanda bahaya nifas. Oleh karena itu, harus segera dibawa ketenaga kesehatan agar mendapatkan tindakan.

4. Payudara bengkak, merah disertai rasa sakit

Keadaan ini dapat disebabkan oleh payudara yang disusui secara adekuat, puting susu lecet, BH yang terlalu ketat, ibu dengan diet yang kurang baik, kurang istirahat, serta anemia. Keadaan ini juga dapat merupakan tanda bahaya dan gejala adanya komplikasi dan penyulit pada proses laktasi, misalnya pembengkakan payudara, bendungan ASI, mastitis dan abses payudara.

5. Bengkak di wajah, tangan dan kaki, atau sakit kepala dan kejang-kejang

Keadaan ini secara klinis dapat menyebabkan peradangan peredaran darah panggul atau tungkai. Pembengkakan ini juga dapat terjadi karena keadaan oedem yang merupakan tanda klinis adanya preeklamsi/eklamsi.

6. Ibu terlihat sedih, murung dan menangis tanpa sebab (depresi)

Saat ini ibu masih dalam penyusuaian dengan keadaan dimana ibu sudah melahirkan dan memiliki bayi, dan adapun ibu telah mengalami kegagalan dalam kehamilan atau persalinannya. Oleh karena itu, ibu perlu dukung psikologi dari keluarga terutama suaminya. Agar ibu terhindar dari rasa sakit tidak menerima keadaan ini.

C. Hal yang harus dihindari oleh ibu bersalin dan nifas

1. Membuang ASI yang pertama keluar (kolostrum) karena sangat berguna untuk kekebalan tubuh anak.
2. Membersihkan payudara dengan alkohol, obat merah atau sabun karena bisa terminum oleh bayi.
3. Mengikat perut terlalu kencang
4. Menempelkan daun – daunan pada kemaluan karena menimbulkan infeksi.

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

PERAWATAN LUKA PERINEUM

Hari/Tanggal : Selasa, 26 Maret 2024

Waktu : 10.00-10.15 (15 Menit)

Tempat : RSUD Sekarwangi

Penyuluh : Talitha Adara

A. Tujuan Intruksional Umum

Setelah diberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan, diharapkan ibu dapat memahami tentang Perawatan Luka Perineum

B. Tujuan Intruksional Khusus

Setelah diberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan, diharapkan ibu dapat mengetahui dan memahami tentang :

1. Manfaat Perawatan Luka Perineum
2. Waktu Perawatan Luka Perineum
3. Langkah Perawatan Luka Perineum
4. Hal-hal yang perlu diperhatikan

C. Materi

1. Manfaat Perawatan Luka Perineum
2. Waktu Perawatan Luka Perineum
3. Langkah Perawatan Luka Perineum
4. Hal-hal yang perlu diperhatikan

D. Metode

Diskusi

E. Media

Leaflet

F. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluh	Kegiatan Audience
1.	Pembukaan	3 menit	<ol style="list-style-type: none">1. Mengucapkan salam pembuka2. Perkenalan3. Menjelaskan tujuan	<ol style="list-style-type: none">1. Menjawab salam2. Memperhatikan
2.	Pembahasan	7 menit	<ol style="list-style-type: none">1. Pengertian Perawatan Luka Perineum2. Manfaat Perawatan Luka Perineum3. Waktu Perawatan Luka Perineum4. Hal yang perlu diperhatikan dalam Perawatan Luka Perineum	<ol style="list-style-type: none">1. Memperhatikan2. Mendengarkan penjelasan
3.	Penutup	5 menit	<ol style="list-style-type: none">1. Evaluasi2. Tanya jawab3. Salam penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Bertanya2. Memperhatikan3. Menjawab pertanyaan4. Menjawab salam

G. Evaluasi

Menanyakan kembali kepada ibu dan ibu menjelaskan kembali tentang :

1. Manfaat Perawatan Luka Perineum
2. Waktu Perawatan Luka Perineum
3. Langkah-langkah Perawatan Luka Perineum
4. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam Perawatan Luka Perineum

H. Materi

A. PERAWATAN LUKA PERINEUM

Perawatan luka perineum adalah salah satu cara untuk mencegah terjadinya kuman masuk melalui luka jahitan yang akan menimbulkan infeksi, demam, luka basah, jahitan terbuka bahkan sampai berbau busuk pada jalan lahir. Setiap ibu nifas harus mengetahui cara untuk melakukan perawatan luka perineum dengan baik karena jika ibu nifas tidak benar dalam perawatannya maka akan menghambat dalam proses penyembuhan luka perineum. Perawatan ini dilakukan segera mungkin setelah 2 jam persalinan normal. Adapun waktu yang harus diperhatikan untuk melakukan perawatan luka perineum agar luka tetap bersih, yakni:

1. Saat Mandi Pada saat mandi, ibu akan melepas pembalut maka ada kemungkinan terjadinya kontaminasi bakteri pada cairan yang tertampung pada pembalut. Dengan demikian, ibu harus melakukan pembersihan pada luka jahitannya.
2. Setelah Buang Air Kecil Pada saat buang air kecil, kemungkinan besar akan terkontaminasi air urine akibatnya akan menimbulkan pertumbuhan bakteri pada perineum untuk itu harus dilakukan pula pembersihan terhadap luka perineum.
3. Setelah Buang Air Besar Pada saat buang air besar, diperlukan pembersihan sisa-sisa kotoran disekitar anus, untuk mencegah terjadinya kontaminasi bakteri dari anus ke perineum yang letaknya bersebelahan maka diperlukan proses pembersihan anus dan perineum secara keseluruhan.

B. Faktor yang Mempengaruhi Penyembuhan Luka Perineum

a) Gizi

Faktor gizi terutama asupan protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka karena pergantian jaringan sangat membutuhkan protein. Peningkatan kebutuhan protein dibutuhkan dalam proses inflamasi, imun dan pertumbuhan jaringan baru.

b) Keturunan

Sifat genetik akan mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum yang dapat mengakibatkan buang air kecil yang terhambat dan dapat menaikkan glukosa darah.

c) Sarana Prasarana

Dalam menyediakan sarana prasarana ibu menyiapkan antiseptic akan mempengaruhi proses penyembuhan.

d) Budaya dan Keyakinan

Budaya dan keyakinan akan mempengaruhi penyembuhan perineum, misalnya kebiasaan larangan telur, ikan dan daging ayam, akan mempengaruhi asupan gizi ibu yang akan sangat mempengaruhi penyembuhan luka.

C. Manfaat Melakukan Perawatan Luka Perineum

Perawatan perineum yang dilakukan dengan baik dapat menghindarkan hal berikut ini :

1. Infeksi Kondisi perineum yang terkena lokia dan lembab akan sangat menunjang perkembangbiakan bakteri yang dapat menyebabkan timbulnya infeksi pada perineum.
2. Komplikasi Munculnya infeksi pada perineum dapat merambat pada saluran kandung kemih ataupun pada jalan lahir yang dapat berakibat pada munculnya komplikasi infeksi kandung kemih maupun infeksi pada jalan lahir.
3. Kematian ibu post partum Penanganan komplikasi yang lambat dapat menyebabkan terjadinya kematian pada ibu post partum mengingat kondisi fisik ibu post partum masih lemah.