

**Lampiran 1**

**LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN LTA**

Nama Mahasiswa : Vina Rosdiana

Judul : Asuhan Kebidanan Pada Ny.R G2P1A0 Hamil 34 Minggu  
Dengan Anemia Ringan Di Puskesmas Parung

Dosen Pembimbing : Juariah, M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	TTD Mahasiswa	TTD Pembimbing
1.	25 Maret 2024	Konsultasi pengambilan kasus LTA	Memberitahukan tips mengambil kasus LTA		
2.	27 Maret 2024	Konsultasi mengenai kasus LTA	Menjelaskan tentang teori terkait kasus LTA		
3.	03 Maret 2024	Konsultasi mengenai pengerjaan LTA	Menyarankan untuk membuat bab IV dan bab V dahulu		
4.	01 April 2024	Konsultasi mengenai pasien Anemia	Menyarankan untuk kaji lebih dalam		
5.	03 April 2024	Konsultasi Asuhan yang akan diberikan	Menyarankan pola gizi dan konsumsi daun ubi jalar		

6.	20 April 2024	Konsultasi mengenai SOAP pasien LTA	Menjelaskan dan tambahkan data data penting yang berkaitan		
7.	27 April 2024	Konsultasi mengenai bab IV	Perbaiki urutan data, pemeriksaan penunjang yang berkaitan saja,		
8.	03 Juni 2024	Konsultasi mengenai Bab I, II, III	Tambahkan mengenai dampak Anemia dan metodologi SOAP yang digunakan		
9.	04 Juni 2024	Konsultasi BAB II dan IV	Tambahkan teori anemia mengenai peran bidan dan cek Kembali data objektif		
10.	05 Juni 2024	Konultasi mengenai Bab V	Tambahkan mengenai berapa penambahan gr hb dari ubi jalar		
11.	06 Juni 2024	Konsultasi mengenai Bab V, VI, dan Abstrak	Untuk kalimatnya dibuat agar tidak terlalu rumit untuk dipahami		
12	10 Juni 2024	Konsultasi Keseluruhan LTA	Betulan Kembali kalimat-kalimat atau kata yang typo		

**Lampiran 2**

**LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI  
PASCA UJIAN SIDANG LTA**

Nama Mahasiswa : Vina Rosdiana

NIM : P17324221043

Judul : Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny.R G2P1A0 34  
Minggu Dengan Anemia Ringan Di Puskesmas Parung

Nama Penguji : 1. Sri Mulyati, SKM. M.KM  
2. Ir Fauziah Djamilus, M.Kes  
3. Juariah, M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Nama Penguji	TTD Penguji
1	Kamis, 20 Juni 2024	Konsultasi LTA pasca sidang	Revisi Cover, Abstrak, BAB I, BAB III, BAB V	Ir Fauziah Djamilus, M.Kes	
2	Kamis, 20 Juni 2024	Konsultasi LTA pasca sidang	Revisi Cover, Abstrak, BAB I, BAB II, BAB III, BAB IV, BAB V	Sri Mulyati, SKM., M.KM	
3	Kamis, 20 Juni 2024	Konsultasi LTA pasca sidang	Revisi Cover, Abstrak, BAB I, BAB II, BAB III, BAB IV, BAB V	Juariah, M.Keb.	

4	Jum'at, 28 Juni 2024	Konsultasi LTA pasca sidang	Revisi Cover, Abstrak, BAB V	Juariah, M.Keb	
5	Senin, 01 Juli 2024	Konsultasi LTA pasca sidang	ACC	Juariah, M.Keb	
6	Rabu, 03 Juli 2024	Konsultasi LTA pasca sidang	ACC	Sri Mulyati, SKM., M.KM	
7	Rabu, 03 Juli 2024	Konsultasi LTA pasca sidang	ACC	Ir Fauziah Djamilus, M.Kes	

Lampiran 3

LEMBAR PERSETUJUAN PASIEN

PERSETUJUAN PASIEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hendri Suhandi  
Usia : 42 tahun  
Hubungan dengan pasien : Suami  
Alamat : Kp. Jopos 01/06

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 : Ratna Komala Dewi  
Usia : 32 tahun  
Alamat : Kp. Jopos 01/06  
Diagnosa :  
Ny. R. usia 32 tahun G2P1A0 Gravidia 34 minggu dengan anemia ringan

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 01 April .....2024

*[Handwritten Signature]*

(.....)

Lampiran 4

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : *Bd. Hartati S.ST*  
NIP : *196803031988032004*  
Jabatan : *Bidan*  
Institusi : *Puskesmas Parung Kabupaten Bogor*

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : *Vina Rosdiana*  
NIM : *17324221043*

Unuk memberikan asuhan kebidanan sebagai bagian dri penyusunan Laporan

Tugas Akhir kepada pasien berikut:

Nama Pasien : *Ny. Ratna*  
Alamat : *KP. Sopos a/06*  
Diagnosa : *Ny-R usia 32 tahun Gr.IA0 Hamil  
34 minggu dengan Anemia Ringan*

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, *01 April* .....2024



## *Lampiran 5*

### **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Pokok Bahasan : Anemia Pada Ibu Hamil

Sub Pokok Bahasan : Anemia Pada Ibu Hamil

Tempat : Puskesmas Parung

Waktu : 06 April 2024

Penyuluh : Vina Rosdiana

#### **A. Tujuan Umum (TU)**

Memberikan pemahaman mengenai anemia dalam kehamilan agar ibu hamil dapat mengetahui mengenai anemia pada kehamilan

#### **B. Tujuan Khusus (TK)**

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan ibu dapat :

1. Mengerti pengertian dan penyebab anemia dalam kehamilan
2. Mengetahui tanda-tanda anemia pada ibu hamil
3. Mengetahui pencegahan anemia pada ibu hamil
4. Mengetahui tentang tablet tambah darah
5. Mengetahui cara mengkonsumsi tablet tambah darah
6. Mengerti mengenai gizi ibu hamil
7. Mengetahui kebutuhan zat gizi selama kehamilan
8. Mengetahui kandungan daun ubi jalar untuk ibu hamil anemia

#### **C. Metode**

Metode yang digunakan adalah konseling

#### **D. Media Penyuluhan**

Leaflet

#### **E. Materi**

Terlampir

## **F. Strategi Pelaksanaan**

Berisi urutan/Langkah yang akan dilakukan dalam kegiatan penyuluhan:

1. Pembukaan : 2 menit
2. Penyampaian Materi : 30 menit
3. Diskusi/tanya jawab : 8 menit
4. Evaluasi : 5 menit
5. Penutup : 1 menit

## **G. Evaluasi**

1. Menjelaskan pengertian dan penyebab anemia dalam kehamilan
2. Menjelaskan tanda-tanda anemia pada ibu hamil
3. Menjelaskan pencegahan anemia pada ibu hamil
4. Menjelaskan tentang tablet tambah darah
5. Menjelaskan Mengerti mengenai gizi ibu hamil
6. Menjelaskan tahui kebutuhan zat gizi selama kehamilan
7. Menjelaskan kandungan daun ubi jalar untuk ibu hamil anemia

## **H. Daftar Pustaka**

- Permata, Septi Indah.2022.Anemia Kehamilan.Taman Karya Anggota IKAPI.Pekanbaru
- Agustkawati, Nurlaila.2022.Efektivitas Konsumsi Daun Ubi Jalar Ungu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Darah Ibu Hamil Trimester Pertama.Jurnal Kebidanan.Vol 11, No.1
- Dewi, Ika Mustika.2021.Bahan Ajar Anemia Pada Ibu Hamil.Stikes Wira Husada KEMENRISTEK Dikti.
- Sulistyoningsih,Hariyani.2011.Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu.



## LAMPIRAN MATERI

### A. Pengertian dan Penyebab Anemia

Anemia atau sering disebut kurang darah adalah keadaan di mana sel darah merah kurang dari normal, dan biasanya yang digunakan sebagai dasar adalah kadar Hemoglobin (Hb). WHO menetapkan kejadian anemia ibu hamil berkisar antara 20% dengan menentukan Hb 11 gr% sebagai dasarnya. Anemia kehamilan adalah anemia karena kekurangan zat besi.

Penyebab utama anemia ini adalah kekurangan zat besi (Fe), Selama kehamilan terjadi peningkatan kebutuhan zat besi hampir tiga kali lipat untuk pertumbuhan janin dan keperluan ibu hamil.

### B. Tanda – tanda Anemia

Tanda – tanda anemia meliputi:

1. Kepucatan
2. Letih, lemah lesu, Lelah
3. Mudah mengantuk
4. Berkunang – kunang
5. Jantung berdebar
6. Sesak nafas
7. Pusing, bahkan hingga pingsan

### C. Pencegahan Anemia

1. Meningkatkan konsumsi zat besi dari makanan

Memakan yang beraneka ragam memiliki zat gizi saling melengkapi termasuk vitamin yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi, seperti vitamin C.

2. Suplemen zat besi

Pemberian suplemen tablet besi dapat memperbaiki status hemoglobin dalam waktu yang relatif singkat. Di Indonesia tablet besi yang umum digunakan dalam suplementasi zat besi adalah ferrosus sulfat minimal 90 tablet selama hamil.

#### **D. Tablet Tambah Darah**

Tablet zat besi sering disebut tablet tambah darah yang mengandung 60 mg besi dan 0,25 mg asam folat yang dikonsumsi selama hamil. Zat besi adalah mineral yang diperlukan semua sistem biologi dalam tubuh dan adalah komponen dari hemoglobin, mioglobin, sitokrom enzim katalase, serta peroksidase. Zat ini diperlukan dalam pembentukan darah yaitu sintesis hemoglobin (Hb). Disamping itu berbagai jenis enzim memerlukan zat besi sebagai faktor penggiat. Sedangkan salah satu fungsi asam folat adalah membentuk sel darah merah. Tanpa asam folat yang cukup, maka produksi sel darah merah akan mengalami gangguan sehingga akan mudah mengidap anemia.

#### **E. Cara mengkonsumsi Tablet Tambah Darah**

Asupan zat besi 60 mg / hari dapat meningkatkan kadar Hb sebesar 1 gr% / bulan. Penyerapan zat besi sangat dipengaruhi oleh ketersediaan vitamin C, dalam reaksi vitamin C memiliki peranan sebagai sumber elektron untuk mereduksi oksigen dan sebagai agen pelindung untuk mempertahankan status pengurangan zat besi, dikonsumsi 1x1 setiap hari

Penyerapan zat besi dapat ditingkatkan dengan mengkonsumsi :

3. Buah-buahan sumber vitamin C (jeruk, papaya, manga, jambu biji dan lain-lain)
4. Sumber protein hewani, seperti ikan, hati, unggas dan daging

Hindari mengkonsumsi Tablet Tambah Darah bersamaan dengan : Teh dan kopi karena mengandung senyawa fitat dan tannin yang dapat mengikat zat besi menjadi senyawa yang kompleks sehingga dapat diserap

#### **F. Gizi Seimbang Ibu Hamil**

Gizi seimbang ibu hamil adalah makanan yang mengandung zat-zat yang dibutuhkan ibu selama kehamilan dalam susunan yang seimbang dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan gizi ibu hamil.

Gizi seimbang sangat penting terutama pada ibu yang sedang hamil untuk keperluan dirinya sendiri dan juga janinnya. Keadaan gizi juga dapat

mempengaruhi kesehatan ibu dan janin, pertumbuhan dan perkembangan janin, serta persiapan laktasi ibu. Sehingga kebutuhan makanan ibu meningkat.

### **G. Kebutuhan Zat Gizi Selama Kehamilan**

1. **KARBOHIDRAT** : Sebagai sumber tenaga. Dapat diperoleh dari jenis padi – padian, umbi – umbian seperti kentang.
2. **PROTEIN** : Sebagai zat utama untuk membangun jaringan – jaringan bagian tubuh. Sumber protein hewan, daging, ikan, unggas, telur. Sumber protein nabati : kacang kedelai, kacang tanah, kacang merah, kacang-kacangan dan lain-lain
3. **VITAMIN C** : Dapat meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi. Dapat diperoleh dari :Buah – buahan yang berwarna kuning seperti : jeruk, wortel, sayur – sayuran
4. **VITAMIN A** : Untuk perkembangan psikomotor dan penglihatan anak. Sumber vitamin A : Minyak ikan, kuning telur, ortel dan sayuran daun seperti bayam, kangkung, Buah – buahan yang berwarna merah seperti tomat dan papaya
5. **ZAT BESI** : Untuk pembentukan darah. Dapat diperoleh dari : Bahan makanan hewan seperti telur, hati, daging. Bahan makanan nabati kacang – kacang seperti : kacang tanah, kacang kedelai, sayuran hijau seperti bayam, daun singkong, kangkung.
6. **CAIRAN** : Ibu hamil dianjurkan minum 2 liter per hari.

### **H. Kandungan Ubi Jalar Untuk Ibu Hamil Anemia**

Mengonsumsi daun ubi jalar ungu efektif dapat meningkatkan kadar hemoglobin darah ibu hamil konsumsi daun ubi jalar ungu untuk meningkatkan kadar hemoglobin darah ibu hamil adalah tinggi. dalam 100 gr daun ubi jalar ungu terdapat 1,8 mg zat besi, 117 mg kalsium, 3,5 mg karitein, 7,2 mg Vitamin C, 1,6 gr vitamin E, 0,5 gr vitamin K, Vitamin B dan betakarotein. Menurut penelitian Jenni susi, selama 4 hari konsumsi daun ubi jalar berpengaruh untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan mengalami kenaikan kadar Hb

sebanyak 0.58 dan pada kelompok kontrol mengalami kenaikan rata-rata sebanyak 0.18.

Cara mengolah daun ubi jalar : Disarankan memilih daun ubi jalar yang warnanya masih cukup hijau muda. daun ubi jalar ungu untuk di konsumsi pada malam hari dan pagi hari dengan berat daun ubi jalar ungu sekali konsumsi adalah 250 gr (500 gr/hari). Daun ubi jalar ungu dikonsumsi dengan cara direbus dan dikonsumsi bersamaan dengan kuah rebusannya.

## MEDIA PENYULUHAN



### PAHAMI **ANEMIA PADA KEHAMILAN**



### **PENGERTIAN ANEMIA**

Anemia adalah jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari 12gr/100 ml Anemia dalam kehamilan adalah kondisi dengan kadar hemoglobin di bawah 11gr% pada trimester 1 dan 2 atau kadar 10.5gr% pada trimester 2, nilai batas tersebut dan perbedaannya dengan kondisi wanita tidak hamil, terjadi karena hemodilusi, terutama pada trimester 2

### **PENYEBAB ANEMIA DALAM KEHAMILAN**

Penyebab anemia gizi besi dikarenakan kurang masuknya unsur besi dalam makanan, kebutuhan ibu hamil akan zat besi meningkat untuk pembentukan plasenta dan sel darah merah sebesar 200-300% Kekurangan besi dalam tubuh tersebut disebabkan karena kekurangan konsumsi makanan kaya besi, terutama yang berasal dari sumber hewani, bisa saja karena meningkatnya kebutuhan zat besi selama kehamilan



### **MENGETAHUI TANDA-TANDA ANEMIA PADA IBU HAMIL**

- Wajah terlihat pucat
- Kurang nafsu makan
- Kelopak mata bagian dalam tampak pucat
- Sesak napas akibat jumlah sel darah yang rendah
- Merasa lesu, tidak bergairah dan selalu mengantuk
- Sakit kepala dan pandangan berkunang-kunang ketika berdiri



### **Cegah Anemia Pada Masa Kehamilan Dengan Cara :**

- 1) Cukup istirahat
- 2) Mengonsumsi makanan bergizi yang banyak mengandung FE
- 3) Pemeriksaan kehamilan minimal 4 kali
- 4) Mengonsumsi tablet fe 90 tablet selama kehamilan.
- 5) Meningkatkan konsumsi Vitamin B12



### **Klasifikasi Anemia dalam Kehamilan**

1 Anemia Defisiensi Besi (akibat kekurangan zat besi)

2 Anemia Megaloblastik (Akibat kekurangan asam folik)

3. Anemia Hipoplastik (Akibat sumsum tulang belakang kurang mampu membuat sel darah yang baru)

4 Anemia Hemolitik (Akibat penghancuran sel darah merah berlangsung lebih cepat dari pembuatannya)

### **Pesan Penting Bagi Ibu Hamil**

- Ibu hamil harus makan dan minum lebih banyak dari pada saat tidak hamil.
- Jangan lupa minum tablet tambah darah 1 butir setiap hari.
- Kenalilah gejala kurang darah (Anemia) selama kehamilan
- Bila nafsu makan ibu kurang, makanlah makanan yang segar-segar, seperti : buah-buahan, sari buah, sayur bening
- Jangan lupa memeriksakan diri kepada bidan atau Puskesmas secara teratur, agar ibu dan kandungannya tetap sehat

## GIZI SEIMBANG IBU HAMIL

Vina Rosdiana

Gizi seimbang ibu hamil adalah makanan yang mengandung zat-zat yang dibutuhkan ibu selama kehamilan dalam susunan yang seimbang dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan gizi ibu hamil.

## KEBUTUHAN ZAT GIZI SELAMA KEHAMILAN

- Karbohidrat : Sebagai sumber tenaga (Nasi, kentang, Ubi, singkong, jagung)
- Protein : Sebagai zat utama untuk membangun jaringan – jaringan bagian tubuh. (kacang kedelai, kacang tanah, kacang merah, kacang-kacangan)
- Vit C : Dapat meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi (Jeruk, pepaya, brokoli, jambu, stroberi, mangga)
- Vit A : Untuk perkembangan psikomotor dan penglihatan anak (Wortel. Telur, Brokoli, bayam)
- Zat Besi : Untuk pembentukan darah (daging merah, Bayam, Daun Ubi jalar, Hati, daging ayam, ikan, sayuran hijau)



## DAUN UBI JALAR UNTUK IBU HAMIL ANEMIA

Mengonsumsi daun ubi jalar ungu efektif dapat meningkatkan kadar hemoglobin darah ibu hamil

DAPAT MENAIKKAN KADAR HB SEBANYAK 0.18 SAMPAI 0.58

## CARA MEMASAK DAUN UBI JALAR

- 01 | Pilih Daun Yang Masih muda berwarna hijau muda
- 02 | Siapkan Tumisan, Lalu tumis daun ubi jalar (jangan terlalu lama)
- 03 | Makan Tumis Daun Ubi Jalar bersamaan dengan kuahnya (Air Rebusannya)

## SELAMAT MENCoba



## **Lampiran 6**

### **Follow Up Terakhir Kunjungan Ke Rumah Pasien**

Hari / Tanggal : Kamis, 30 Mei 2024

Waktu : 11.00 WIB

Tempat : Rumah Ny. R

Pengkaji : Vina Rosdiana

#### **A. Data Subjektif**

Ibu mengatakan keadaannya sudah sehat dan selalu menyusui bayinya dengan hanya memberikan ASI, sudah tidak ada darah yang keluar dari kemaluannya dan tidak ada keluhan saat ini.

#### **B. Data Objektif**

##### **1. Pemeriksaan Umum**

Keadaan Umum : Baik

Kesadaran : Compoentis

TTV : TD : 120/80mmHg, N : 82x/menit, RR : 18x/menit, S : 36,5 C

##### **2. Pemeriksaan Fisik :**

- a. Wajah : Tidak oedema
- b. Mata : konjungtiva merah muda, sklera putih
- c. Leher : tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid maupun getah bening
- d. Payudara : Simetris, tidak ada kelainan, Puting susu menonjol, terdapat pengeluaran ASI
- e. Abdomen : uterus baik, TFU : tidak teraba
- f. Ekstremitas : tidak oedema, tidak sianosis
- g. Genetalia : lochea rubra, tidak berbau, jahitan tak nampak dan sudah menyatu secara keseluruhan

#### **C. Analisa**

Ny. R usia 32 tahun P2A1 PostPartum 23 Hari, keadaan ibu baik

#### **D. Penatalaksanaan**

1. Memberitahukan ibu mengenai hasil pemeriksaan bahwa kondisi ibu baik

2. Memberitahu bahwa involusi uteri ibu berjalan normal, TFU tidak teraba diatas simfisis dan tidak ada perdarahan yang berbau, jahitan sudah mulai berangsur-angsur menyatu, Keadaan ibu normal
3. Mengingatkan ibu kembali untuk tetap menyusui bayinya sesuai kebutuhan dari 0-6 bulan supaya bayi mendapat ASI eksklusif serta mengajarkan ibu cara melakukan perawatan payudara supaya mencegah terjadinya bendungan ASI.
4. Mengingatkan ibu kembali untuk tetap memakan makanan bergizi dan asupan nutrisi yang cukup, seperti mineral, vitamin, protein. Minum air putih minimal 3 liter/hari, minum pil zat besi.

### **ASUHAN BBL**

#### **A. Data Subjektif**

Ibu mengatakan bayi menyusu 11-12x/hari rencana akan ASI saja, BAK 5-6x/hari, BAB 3-4x/hari, tidur  $\pm$  14 jam dan tali pusat sudah puput pada hari ke 7 tanggal 14 mei 2024, pagi tadi saat mau mandi. Ibu mengatakan tidak ada keluhan pada bayinya,

#### **B. Data Objektif**

Keadaan Umum : Baik

Tonus Otot Aktif

Berat Badan : 3800gr

Tali Pusat : Sudah puput

Warna Kulit : Kemerahan

Menyusu : 11-12x/hari selama 15-30 menit

BAK : 6x/hari

BAB : 3x/hari dengan konsistensi : padat hijau kecoklatan

#### **C. Analisa**

By. Ny. R usia 23 hari Neonatus cukup bulan sesuai masa kehamilan dengan keadaan baik

#### **D. Penatalaksanaan**

1. Menyampaikan hasil pemeriksaan bahwa kondisi bayi sehat



2. Memotivasi ibu untuk memberikan ASI saja hingga usia bayi 6 bulan (ASI Eksklusif).
3. Mengingatkan ibu untuk menjemurkan bayinya di pagi hari selama 10-15 menit.
4. Memberitahu ibu untuk tetap menjaga kehangatan bayinya dengan memakaikan topi bayi dan tidak menempatkan di ruangan yang dingin.
5. Mengingatkan kembali kepada ibu tentang tanda bahaya bayi baru lahir seperti : Kejang, Demam, Tidak mau menyusu, Bayi merintih, Mata bernanah, Kulit dan mata pada bayi kuning untuk segera datan

*Lampiran 7*

**DOKUMENTASI**



