

## DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. *Maternal Mortality in 1990-2015.*; 2015.  
doi:[http://www.who.int/gho/maternal\\_health/countries/sle.pdf](http://www.who.int/gho/maternal_health/countries/sle.pdf)
2. Kemenentrian Kesehatan. *Profil Kesehatan Indonesia 2018, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.*; 2018.
3. Prawirohardjo S. *Ilmu Kebidanan.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka. Sarwono Prawirohardjo; 2016.
4. Cunningham FG. *Obstetri William Vol.1.* Jakarta: EGC; 2006.
5. Mochtar. *Ilmu Kebidanan.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo; 2014.
6. Prawirohardjo S. *Ilmu Kebidanan.* 4th ed. Jakarta: PT Bina Pustaka; 2010.
7. WHO. Maternal Mortality. 2015.  
[www.who.int/gho/maternal\\_health/mortality/maternal\\_mortality\\_text.2014](http://www.who.int/gho/maternal_health/mortality/maternal_mortality_text.2014).
8. Melati L. ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PERSALINAN PREMATUR DI RSUP NTB TAHUN 2013. *J Kesehat Prima.* 2014. <http://jkip.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/article/view/51>.
9. Varney. Varney. Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Jakarta : EGC ; 2010.  
*Jakarta EGC.* 2010. doi:10.1016/j.jrp.2009.06.007
10. Cunningham FG. *Obstetri Wiliian.* Jakarta: EGC; 2013.
11. Wahyuni RSR. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERSALINAN PRETERM. *J Ilmu Kesehat.* 2017.  
<https://www.aisyah.journalpress.id/index.php/jika/article/view/RW-SR>.
12. Bobak. *Buku Ajar Keperawatam Maternitas.* Cetakan I. Jakarta: EGC; 2005.
13. Edunakes. Persalinan Preterm. 2014.  
[http://edunakes.bppsdmk.kemkes.go.id/images/pdf/Obsgin\\_4\\_Juni\\_2014/Blok\\_5/Persalinan\\_Preterm\\_ppt.pdf](http://edunakes.bppsdmk.kemkes.go.id/images/pdf/Obsgin_4_Juni_2014/Blok_5/Persalinan_Preterm_ppt.pdf).
14. Saiffudin. *Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo; 2009.
15. Prawirohardjo S. *Ilmu Kebidanan.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.

- Sarwono Prawirohardjo; 2014.
16. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Ibu Di Fasilitas Kesehatan Dasar Dan Rujukan*. 1st ed. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2013.
  17. Kosim MS, Surjono A SD. *Buku Panduan Manajemen Masalah Bayi Baru Lahir Untuk Dokter, Perawat, Bidan Di Rumah Sakit Rujukan 231 Dasar*. Jakarta: Adaptasi Draft WHO.Kerjasama UKK Perinatologi IDAI – Departemen Kesehatan RI – MNH-JHPIEGO, Eds; 2004.
  18. WHO. Pengertian BBLR. 2010.
  19. Salmah. *Asuhan Kebidanan Antenatal*. Jakarta: EGC; 2006.
  20. Maryanti Dwi D. *Neonatus, Bayi, Dan Bidan*. Jakarta: Cv. Trans Info Medika; 2011.
  21. Cunningham. *Obstetri William*. Jakarta: EGC; 2010.
  22. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan. 2019.
  23. Komalasari R. *Buku Saku Kebidanan*. Jakarta: EGC; 2010.  
<https://books.google.co.id/books?id=KSu9cUd-cxwC&pg=PA195&dg=persalinan+prematuur&hl=id&sa=X#v=onepage&q=persalinan+prematuur&f=false>.
  24. Daymon C. *Metode Metode Riset Dan Marketing Communications*. Yogyakarta: Mizan Media Utama; 2008.
  25. AA H. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika; 2007.
  26. Hidayat AAA. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*.; 2014. doi:10.1519/JSC.0000000000001212

## LAMPIRAN

### Lampiran 1

#### Lembar Observasi

Jam	DJJ	His	TTV
22.00	138x/menit	3'10'25''	N: 84x/menit
23.00	134x/menit	2'10'25''	N:86x/menit
00.00	140x/menit	2'10'25''	N:86x/menit
01.00	140x/menit	2'10'30''	N:86x/menit
02.00	136x/menit	3'10'30''	N:89x/menit
03.00	152x/menit	3'10'35''	N:86x/menit
04.00	151x/menit	3'10'35''	N:86x/menit/ R:22x/menit S: 36.4°C TD: 110/70 mmHg
05.00	144x/menit	3'10'40''	N: 88x/menit
06.00	144x/menit	3'10'40''	N: 86x/menit

### Lampiran 2



**CATATAN PERSALINAN**

6 - Februari 2020

1. Tanggal: .....
2. Nama bidan: .....
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. Anasan merujuk: .....
7. Tempat rujukan: .....
8. Pendamping pada saat merujuk:
  - Bidan  Teman
  - Suami  Dukun
  - Keluarga  Tidak ada

**KALAI**

9. Partogram melampaui garis-waspada: YIT
10. Masalah lain, sebutkan: .....
11. Penatalaksanaan masalah tersebut: .....
12. Hasilnya: .....

**KALAI**

13. Epistaksis:
  - Ya, indikasi: .....
  - Tidak
14. Pendamping pada saat persalinan:
  - Suami  Teman  Tidak ada
  - Keluarga  Dukun
15. Gawat Jidrah:
  - Ya, tindakan yang dilakukan:
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Tidak
16. Distres behu:
  - Ya, tindakan yang dilakukan:
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Tidak
17. Masalah lain, sebutkan: .....
18. Penatalaksanaan masalah tersebut: .....
19. Hasilnya: .....

**KALAI**

20. Lahir kala III: ..... menit
21. Pemberian Oksitosin 10 U IU?
  - Ya, waktu: ..... menit sesudah persalinan
  - Tidak, alasan: .....
22. Pemberian Vit K1 Oksitosin (20)?
  - Ya, alasan: .....
  - Tidak
23. Responsif diri tali pusat terkendali?
  - Ya
  - Tidak, alasan: .....

**PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV**

Jam ke	Waktu	Tekanan darah	Nadi	Suhu	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Perdarahan
1	11.05	110/80	84	36,4°C	2 jari pusat	Baik	Kosong	± 40 cc
	11.20	110/80	84		2 jari pusat	Baik	Kosong	± 40 cc
	11.35	110/80	84		2 jari pusat	Baik	Kosong	± 20 cc
	11.50	110/80	86		2 jari pusat	Baik	Kosong	± 10 cc
2	12.20	110/80	84	36,4°C	2 jari pusat	Baik	Kosong	± 10 cc
	12.50	110/80	86		2 jari pusat	Baik	Kosong	± 10 cc

Masalah kala IV: .....

Penatalaksanaan masalah tersebut: .....

Hasilnya: .....

24. Masalah pendarahan?
  - Ya
  - Tidak, alasan: .....
25. Plasenta lahir lengkap (Intact) Ya / Tidak  
Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan:
  - a. ....
  - b. ....
26. Plasenta tidak lahir > 30 menit: Ya / Tidak
  - Ya, tindakan:
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Tidak
27. Laksenasi:
  - Ya, dimana: .....
  - Tidak
28. Jarak kontraksi perineum, derajat: 1/2/3/4  
Tindakan:
  - Paruhairan, dengan / tanpa anestesi
  - Tidak dilatih, alasan: .....
29. Aborsi uteri:
  - Ya, tindakan:
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
  - Tidak
30. Jumlah perdarahan: ..... ml
31. Masalah lain, sebutkan: .....
32. Penatalaksanaan masalah tersebut: .....
33. Hasilnya: .....

**BAYI BARU LAHIR**

34. Berat badan 3100 gram
35. Panjang 43 cm
36. Jenis kelamin P
37. Penilaian bayi baru lahir: baik, ada penyulit
38. Bayi lahir:
  - Normal, tindakan:
    - pengeringkan
    - menghangatkan
    - mengeringkan tali
    - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
  - Asfiksia ringan/pusat/biru/lemas/tindakan:
    - menghangatkan  bebaskan jalan napas
    - rangsang tali  menghangatkan
    - bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
    - lain - lain sebutkan: .....
  - Oesat bawaan, sebutkan: .....
  - Hipotermi, tindakan:
    - a. ....
    - b. ....
    - c. ....
39. Pemberian ASI
  - Ya, waktu: ..... jam setelah bayi lahir
  - Tidak, alasan: .....
40. Masalah lain, sebutkan: .....
- Hasilnya: .....

## PERSETUJUAN PASIEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : In S.  
Usia : 30 tahun  
Hubungan dengan pasien : Suami  
Alamat : KP. SauSauPan

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 : My. S  
Usia : 30 tahun  
Alamat : KP. SauSauPan  
Diagnosa : .....

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 6 Februari 2020



(.....)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nina Nurma Krisdiana, S. Tr. Keb.  
NIP : 19790803 200701 2 003  
Jabatan : CI Ruang VK ( Mawar)  
Institusi : RSUD CIAWI

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : Fathaniah Hafidzati  
NIM : P17324217056

Untuk memberikan asuhan kebidanan sebagai bagian dari penyusunan Laporan Tugas Akhir kepada pasien berikut ini:

Nama Pasien : Ny. S  
Usia : 30 tahun  
Alamat : Kp. Seseupan  
Diagnosa : Ny. S 30 tahun G2P1A0 gravida 35 minggu dengan Ketuban Pecah Dini dan Premature Kontraksi. Janin tunggal hidup intauterine

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 6 Februari 2020

(.....)

Lampiran 5

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Teknik Menyusui yang benar  
Sub Topik : Teknik Menyusui yang benar  
Hari/ Tanggal : Kamis, 6 Februari 2020  
Waktu : 15.00 WIB  
Sasaran : Ny. S  
Tempat : Ruang Nifas ( Seruni)

### **1. Tujuan Umum**

Setelah mengikuti penyuluhan, diharapkan ibu dapat menyusui bayinya dengan teknik yang benar.

### **2. Tujuan Khusus**

Setelah mengikuti penyuluhan, diharapkan ibu dapat:

- a. Ibu dapat menjelaskan kembali pengertian dari teknik menyusui ASI yang benar tanpa dibantu oleh petugas.
- b. Ibu dapat menjelaskan kembali tujuan dari teknik menyusui ASI yang benar.
- c. Ibu dapat menjelaskan kembali persiapan alat dan bahan yang dibutuhkan dalam melakukan teknik menyusui yang benar.
- d. Ibu dapat menjelaskan kembali langkah-langkah teknik menyusui yang benar.
- e. Ibu secara mandiri dapat melakukan teknik menyusui yang benar.
- f. Ibu secara mandiri dapat menjelaskan tujuan dari teknik menyendawakan bayi yang benar tanpa diberitahu kembali oleh petugas.
- g. Ibu dapat melakukan kembali teknik menyendawakan bayi yang benar.

### **3. Materi**

Terlampir

### **4. Metode**

Demonstrasi

### **5. Media dan Alat**

- a. Kursi
- b. Bantal

### **6. Kegiatan**

No.	Kegiatan dan waktu penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembuka ( 1 menit)	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi salam pembuka.</li> <li>2. Kontrak waktu.</li> <li>3. Memberitahu topik yang akan dibahas.</li> <li>4. Menanyakan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui yang benar.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membalas salam.</li> <li>2. Mendengarkan.</li> <li>3. Memberi respon.</li> </ol>
2.	Pemaparan Materi (10 menit)	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan pengertian dan tujuan teknik menyusui.</li> <li>2. Menjelaskan alat dan bahan yang dibutuhkan dalam teknik menyusui yang benar.</li> <li>3. Menjelaskan langkah-langkah dalam teknik menyusui yang benar.</li> <li>4. mempraktikan berbagai posisi menyusui yang benar.</li> <li>5. Menjelaskan dan mempraktikan perlekatan mulut bayi yang benar.</li> <li>6. Menjelaskan tujuan dari teknik menyendawakan bayi yang benar.</li> <li>7. Mempraktikan cara teknik menyendawakan bayi yang benar.</li> </ol>	Memperhatikan dan ikut melakukan instruksi.
3.	Penutup (4 menit)	
	1. Melakukan tanya jawab.	Aktif bertanya.
	2. Melakukan evaluasi dengan meminta ibu menjelaskan dan mempraktikan kembali teknik menyusui yang benar.	Menjawab dan mempraktikan pertanyaan.
	3. Memberikan kesimpulan.	Memperhatikan.
	4. Salam Penutup	Menjawab salam.

## 7. Evaluasi

### a. Tes awal

- 1) Apakah ibu pernah mendengar mengenai teknik menyusui yang benar itu seperti apa?
  - 2) Mengapa teknik menyusui yang benar itu dilakukan?
- b. Tes akhir
- 1) Mengapa teknik menyusui harus dilakukan dengan benar?
  - 2) Apa yang harus dilakukan ibu sebelum melakukan teknik menyusui yang benar?
  - 3) Bagaimana posisi ibu dan bayi saat menyusui yang benar?
  - 4) Apa tanda dari bayi menghidap dengan benar?
  - 5) Apa tujuan dan bagaimana cara menyendawakan bayi?

## **8. Daftar Pustaka**

Bobak. 2004. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta : EGC

Moegni. 2013. Buku Saku Pelayanan Dasar dan Rujukan. Jakarta: WHO

## **Terlampir: Materi**

### **Teknik Menyusui yang benar**

#### **A. Pengertian**

Menurut Bobak 2004, Teknik menyusui yang benar adalah teknik memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi yang benar.

Tujuan:

1. Agar puting susu ibu tidak lecet.

2. Agar ASI dapat dikeluarkan dan diproduksi kembali secara optimal, serta ASI tidak tersumbat dan payudara tidak bengkak.
3. Agar bayi merasa nyaman dan tenang saat menyusui.

## **B. Langkah- Langkah**

### **1. Persiapan menyusui**

#### **a. Mempersiapkan alat dan bahan**

- 1) Sabun cuci tangan dan tissue.
- 2) Bantal.
- 3) Washlap.
- 4) Air hangat.
- 5) Tempat yang nyaman untuk menyusui.

#### **b. Persiapan diri**

- 1) Cuci tang dengan sabun dan air bersih yang mengalir.
- 2) Perah sedikit ASI dan oleskan ke puting dan areola sekitarnya. Manfaatnya adalah sebagai disinfektan dan menjaga kelembapan puting susu.
- 3) Memilih posisi yang nyaman. Posisi menyusui diantaranya adalah duduk, berdiri ataupun berbaring.

Jika ibu memilih posisi duduk usahakan menggunakan kursi yang disertai dengan sandaran, dan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak menggantung.

Menurut Varney 2004, berbagai macam posisi menyusi dapat digambarkan sebagai berikut.

#### **Posisi menggendong/ Posisi Madosa/ Hold cradle**

- 1) Sebagian besar ibu menggunakan cara ini namun cara ini kurang efektif karena ibu sulit mengontrol kepala bayi.
- 2) Memposisikan kepala bayi pada siku ibu. Posisi pipi, dada serta lutut menghadap payudara ibu. Sangga tubuh bayi dengan tangan ibu, selipkan tangan bayi yang lainnya di bawah tangan ibu agar tangan bayi bebas bergerak.

#### **Posisi Menyilang/ Cross Cradle**

- 1) Bayi berbaring miring menghadap ibu, kepala, leher, dan punggung atas bayi diletakan pada lengan bawah lateral payudara. Ibu menggunakan tangan yang satunya untuk memegang payudara bila digunakan.
- 2) Posisi ini sangat baik untuk ibu yang baru pertama kali menyusui pasca melahirkan.
- 3) Memudahkan ibu untuk mengontrol kepala bayi.

### **Posisi Menggepit/ Memegang Bola/ Football**

- 1) Bayi berbaring miring menghadap ibu, kepala, leher, dan punggung melingkar antara lengan dan samping dada ibu. Lengan bawah dan tangan ibu menyangga bayi, dan tangan lainnya memegang payudara.
- 2) Posisi ini sangat baik untuk payudara besar, BBLR, atau bayi lebih dari satu/kembar.

### **Posisi berbaring/ Laying**

#### **a. Menyamping**

- 1) Sambil posisi berhadapan, bantu mulut mendekati puting. Agar lebih nyaman sangga pula punggung bayi.
- 2) Posisi ini sangat baik digunakan pada malam hari dan pasca SC.

#### **b. Terlentang**

- 1) Posisi ini dapat digunakan bila ASI yang memancar (penuh).
- 2) Ibu berbaring dengan diberi bantal di bagian bawah kepala.

## **2. Saat Menyusui**

Menurut Moegni 2013, pada saat menyusui ada beberapa hal yang harus diperhatikan agar proses menyusui menjadi efektif. Yaitu dengan memperhatikan berikut:

#### **a. Memposisikan bayi dengan benar adalah sebagai berikut.**

- 1) Kepala, leher dan tubuh bayi dalam satu garis lurus.
- 2) Badan bayi menghadap ke dada bayi.
- 3) Badan bayi melekat ke ibu.
- 4) Seluruh badan bayi tersangga dengan baik tidak hanya leher dan bahu saja.

#### **b. Ciri bayi melekat dengan baik:**

- 1) Daggu menempel pada payudara ibu.
- 2) Mulut terbuka lebar.
- 3) Bibir bawah membuka leher, lidah terlihat di dalamnya.

- 4) Areola masuk ke dalam mulut bayi tidak hanya puting saja, areola bagian atas tampak lebih banyak/lebar.
- c. Tanda bayi menghisap efektif :
- 1) Menghisap secara mendalam dan teratur.
  - 2) Kadang diselingi dengan istirahat.
  - 3) Hanya terdengar suara menelan.
  - 4) Tidak terdengar suara mengecap.
- d. Tanda bayi telah selesai menyusui
- 1) Bayi melepas payudara dengan spontan.
  - 2) Bayi tampak tenang dan mengantuk.
  - 3) Bayi tampak tidak berminat lagi pada ASI.

### **3. Selesai Menyusui**

Setelah selesai menyusui. ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting susu dan areola sekitarnya, biarkan kering dengan sendirinya.

### **4. Menyendawakan bayi**

a. Tujuan

Tujuan menyendawakan bayi adalah mengeluarkan udara dari lambung agar bayi tidak muntah atau gumoh.

b. Teknik menyendawakan bayi

- 1) Gendong bayi pada posisi tegak dengan kepalanya bersandar di bahu ibu. Kemudian tepuk punggung bayi dengan lembut.
- 2) Dudukan bayi dipangkuan ibu, sokong dada dan kepalanya dengan satu tangan dan tangan lain menepuk punggung bayi.
- 3) Tengkurapkan bayi dipangkuan ibu, sokong kepala bayi hingga lebih tinggi dari dadanya.

## **Lampiran 6**

### **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Topik : Asuhan pada bayi dengan BBLR

Sub Topik : Perawatan Metode Kangguru

Hari/Tanggal : Kamis, 6 Februari 2020.

Waktu : 15.00 WIB

Sasaran : Ny. S

Tempat : Ruang Nifas ( Seruni)

#### **1. Tujuan Umum**

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan ibu dapat mengerti dan memahami tentang penggunaan metode kangguru pada bayi dengan BBLR.

#### **2. Tujuan Khusus**

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan ibu dan suami mampu menjelaskan kembali dan mempraktikkan penggunaan metode kangguru.

#### **3. Materi**

Terlampir

#### **4. Metode**

## Demonstrasi

### 5. Kegiatan

No.	Kegiatan dan Waktu Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan ( 1 menit)	
	1. Penyampaian salam. 2. Menjelaskan topik penyuluhan.	1. Menjawab salam. 2. Memperhatikan.
2.	Kegiatan inti (10 menit)	
	Penyampaian materi 1. Pengertian metode kangguru 2. Cara melakukan metode kangguru	1. Mengikuti intruksi petugas. 2. Demonstrasi.
3.	Penutup (4 menit)	
	1. Evaluasi tanya jawab 2. Memberi kesimpulan 3. Salam penutup	1. Aktif bertanya. 2. Menjawab pertanyaan petugas. 3. Menjawab salam.

### 6. Evaluasi

- a. Apa yang dimaksud dengan metode kangguru?
- b. Apa manfaat dari metode kangguru?
- c. Bagaimana cara melakukan metode kangguru?

### 7. Daftar Pustaka

Perkumpulan. 2002. Petunjuk Praktis metode kangguru. Jakarta. EGC

## **Terlampir: Materi**

### **Perawatan Metode Kangguru**

#### **1. Pengertian**

Perawatan dengan metode kangguru merupakan salah satu cara yang sederhana dan terbukti untuk memenuhi sebagian besar kebutuhan dasar bayi, antara lain kehangatan, ASI, perlindungan infeksi, dan stimulasi. PMK adalah perawatan untuk bayi prematur dengan melakukan kontak langsung antara kulit bayi dan kulit ibu. Hal yang penting dalam upaya melakukan PMK adalah:

- a. Kontak badan langsung antara bayi dan ibu secara berkelanjutan.
- b. Pemberian ASI Eksklusif.
- c. Dimulai dilakukan di rumah sakit dan dilanjutkan dirumah.
- d. Bayi dengan BBLR dapat dipulangkan lebih dini.
- e. Setelah di rumah, ibu perlu dukungan dan tindak lanjut yang memadai.
- f. Metode ini merupakan metode yang sederhana dan manusiawi, namun efektif untuk menghindari bayi prematur.

#### **2. Syarat PMK**

- a. Kebutuhan ibu diantaranya ruangan, tempat tidur, pakaian untuk ibu, support binder atau kain pengikat untuk menahan bayi agar tetap posisi PMK.
- b. Ibu dan bayi dalam keadaan baik

#### **3. Cara melakukan PMK**

- a. Bayi diposisikan di antara kedua payudara ibu dalam posisi tegak, dada bayi menempel kepada dada ibu

- b. Bayi perlu diajukkan dari kontak kulit langsung hanya pada saat: mengganti popok, perawatan tali pusat, dan pemeriksaan klinis.
- c. Ibu tidur bersama bayinya dalam posisi berbaring atau setengan terlentang dalam posisi kangguru.
- d. Kontak kulit langsung dilakukan secara bertahap, perlahan-lahan dari perawatan konvensional ke PMK .
- e. Anggota keluarga lain dapat menggantikan ibu bila diperlukan.

## **Lampiran 7**

### **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Topik	: Bayi dan Balita
Subtopik	: Asi Eksklusif
Sasaran	: Ny. S
Tempat	: Rumah Pasien
Hari/tanggal	: Rabu, 12 Februari 2020
Waktu	: 10 menit

#### **A. Tujuan Instruksional Umum**

Setelah penyuluhan diharapkan ibu dapat memberi ASI Eksklusif untuk bayi dan bayi mendapatkan ASI secara aktif

#### **B. Tujuan Instruksional Khusus**

Setelah penyuluhan diharapkan peserta dapat memahami mengenai:

- a. Pengertian ASI Eksklusif dan Kandungan ASI
- b. Tujuan dan Manfaat
- c. Langkah – Langkah Menyusui yang baik dan Benar
- d. Cara memperbanyak ASI

#### **C. Isi Materi**

- a. Pengertian ASI Eksklusif dan Kandungan ASI
- b. Tujuan dan Manfaat
- c. Langkah – Langkah Menyusui yang baik dan Benar
- d. Cara memperbanyak ASI

#### **D. Metode**

Ceramah

#### E. Media

Leaflet

#### F. Rencana Evaluasi

Memberikan pertanyaan kepada ibu mengenai penkes yang telah disampaikan.

#### G. Jadwal Pelaksanaan

No	Tahapan	Pelaksanaan	Waktu	Kegiatan Peserta
1	Pendahuluan	a. Pemberian Salam b. Memperkenalkan diri c. Menjelaskan tujuan penyuluhan	1 menit	Mendengarkan Komunikator
2	Inti	a. Pengertian ASI Eksklusif dan Kandungan ASI b. Tujuan dan Manfaat c. Langkah – Langkah Menyusui yang baik dan Benar d. Cara memperbanyak ASI	5 menit	Mendengarkan Komunikator
3	Evaluasi	a. Melakukan evaluasi dengan memberikan pertanyaan	2menit	Komunikator menjawab pertanyaan
4	Penutup	a. Menyampaikan kesimpulan b. Memberikan media leaflet kepada peserta c. Menutup dengan salam	2menit	Peserta akan menyampaikan kesimpulan

#### Terlampir: Materi

### ASI EKSLUSIF

#### A. Pengertian ASI Ekslusif

ASI Eksklusif adalah Pemberian ASI selama 6 bulan tanpa dicampur dengan tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, dan sebagainya. Kandungan - Kandungan ASI Eksklusif seperti:

- a. Karbohidrat
- b. Protein
- c. Lemak
- d. Vitamin D, A, B, C, dan E

- e. Mineral

## **B. Tujuan dan Manfaat**

1. Bagi Ibu
  - a. Mengurangi biaya pengeluaran karena ASI tidak dibeli
  - b. Mencegah kanker payudara
  - c. Mengurangi resiko anemia
  - d. Menyusui secara teratur akan menurunkan berat badan ibu secara bertahap
2. Bagi Bayi
  - a. Sebagai antibody
  - b. Mudah dicerna dan diserap oleh usus bayi
  - c. Adanya ikatan antara Ibu dan Bayi

## **C. Langkah – Langkah Menyusui**

1. Sebelum menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting
2. Gunakan bantal atau selimut untuk menopang bayi, bayi ditidurkan diatas pangkuan ibu
3. Tangan kanan menyangga payudara kiri dan keempat jari dan ibu jari menekan bagian atas areola
4. Bayi diberi rangsangan untuk membuka mulut (Rooting Refleks) dengan cara menyentuh pipi dengan puting susu
5. Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dengan puting serta areola dimasukkan ke mulut bayi

## **D. Cara Memperbanyak ASI**

1. Menyusui sesering mungkin
2. Motivasi yang kuat untuk menyusui bayi
3. Pemeriksaan payudara untuk meningkatkan produksi ASI juga dapat direncanakan dari jauh hari
4. Sehabis dilahirkan bayi langsung diperkenalkan dengan payudara

Untuk mengatasi keterbatasan ASI, perbanyak makan daun katuk, bayam, daun turi (sayuran hijau lainnya).

## Lampiran 8

### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik	: Askeb Klien Post Partum
Sub Topik	: Nutrisi Ibu Menyusui
Sasaran	: Ny. S
Waktu	: 10 menit
Hari/Tanggal	: Kamis, 6 Februari 2020
Tempat	: Ruang Nifas (Seruni)

#### 1. Tujuan Instruksional Umum

Setelah dilakukan pembelajaran diharapkan ibu mampu memahami dan mengerti tentang nutrisi ibu menyusui.

#### 2. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah diberi pembelajaran ibu mampu:

- a. Menjelaskan pengertian Nutrisi ibu menyusui dengan benar
- b. Menyebutkan tentang nutrisi ibu menyusui
- c. Mengetahui jenis makanan yang baik di konsumsi ibu menyusui dengan benar
- d. Mengetahui hal-hal yang harus dihindari ibu menyusui dengan benar

### 3. Materi

Terlampir

### 4. Metode

- a. Ceramah
- b. Tanya Jawab

### 5. Media dan Alat

Buku KIA

### 6. Kegiatan Penyuluhan

No	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1	Pembukaan (3 menit)	a. Salam Pembuka b. Perkenalan Diri c. Penyampaian Tujuan Penyuluhan	a. Menjawab salam b. Mendengarkan c. Memerhatikan
2	Inti (15 menit)	a. Menjelaskan pengertian Nutrisi ibu menyusui b. Menanyakan kembali materi yang diberikan c. Memberi kesempatan kepada ibu untuk bertanya tentang materi yang belum jelas d. Mengulang materi yang belum jelas	a. Mendengarkan b. Aktif bertanya
3	Penutup (3 menit)	a. Menyimpulkan b. Ucapan Terima kasih c. Salam	a. Mendengarkan b. Menjawab salam

### 7. Evaluasi

- a. Jelaskan pengertian Nutrisi Ibu Menyusui?
- b. Jenis makanan apa saja yang dianjurkan ibu menyusui?
- c. Sebutkan apa saja yang tidak boleh di konsumsi ibu menyusui?
- d. Apa saja manfaat nutrisi ibu menyusui?

e. Hal-hal yang harus dihindari ibu menyusui?

## **8. Daftar Pustaka**

Arisma. 2004 : *Gizi Dalam Kehidupan*. EGC :Jakarta

Paath.Erna Fracin.2004 : *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. EGC : Jakarta

Sjahmin Mochji. B.Sc 2007 : *Ilmu Gizi 1*. Gizi Bharata Niaga Media : Jakarta

## **Terlampir: Materi**

### **NUTRISI IBU MENYUSUI**

#### **1. Pengertian Nutrisi Ibu menyusui**

Nutrisi adalah suatu yang dibutuhkan manusia untuk fungsi normal dari sistem tubuh, pertumbuhan, pemeliharaan, dan kesehatan. Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu.

#### **2. Nutrisi Ibu Menyusui**

Pemenuhan kebutuhan Nutrisi pada ibu menyusui seperti kebutuhan, daging, makanan laut, telur, kacang-kacangan, tahu, dan berbagai produk susu. Ibu menyusui membutuhkan cairan 2 liter air setidaknya 3-4 jenis makan kaya kalsium setiap hari.

#### **3. Kebutuhan Gizi bagi Ibu Menyusui**

##### **a. Kalori**

Pada umumnya wanita menyusui memerlukan tambahan 500 kalori di atas kebutuhan hariannya.

##### **b. Protein**

Apabila ibu kurang mengkonsumsi protein maka produksi air susu pun berkurang, cadangan protein dalam tubuh juga akan berkurang. Bahan makanan sebagai sumber protein adalah ikan dan seafood, unggas, daging sapi, hati, telur, jenis kacang, susu dan produk olahannya seperti keju dan yogurt

##### **c. DHA**

Asam lemak doksaheksaenoat (DHA) amat penting bagi perkembangan daya lihat dan mental bayi. Bahan makanan yang mengandung DHA adalah daging, hati, padi-padian, kacang polong, dan kentang

**d. Karbohidrat**

Karbohidrat kompleks adalah satu sumber vitamin B dan mineral terbaik untuk pertumbuhan bayi.

**e. Cairan**

Minumlah delapan gelas sehari atau lebih jika udara panas, banyak berkeringat dan demam.

**f. Sayur-sayuran dan Buah-Buahan**

Jumlah kebutuhan adalah 3 porsi sehari, baik sayuran berwarna hijau maupun sayuran dan buah – buahan berwarna kuning.

**g. Kalsium**

Kalsium banyak membantu pertumbuhan tulang dan gigi, serta meningkatkan fungsi otot dan syaraf.

**4. Makanan yang tidak boleh dikonsumsi ibu menyusui**

- a. Makan yang terlalu pedas
- b. Makanan yang terlalu asam
- c. Makanan yang banyak mengandung MSG

**5. Kebutuhan unsur-unsur gizi bagi wanita menyusui**

Sama halnya dengan waktu hamil, wanita yang sedang menyusui juga memerlukan unsur-unsur gizi dalam jumlah yang banyak bahkan lebih banyak dari semasa hamil.

## Lampiran 9

### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Perawatan Ibu Nifas  
Sub Topik : Tanda bahaya Ibu Nifas  
Sasaran : Ny. S  
Waktu : 10 menit  
Hari/tanggal : Jumat, 7 Februari 2020  
Tempat : Ruang Nifas (Seruni)

#### A. Tujuan Instruksional Umum

Setelah mendapatkan penyuluhan, diharapkan ibu dapat mengerti dan memahami tentang tanda bahaya pada ibu nifas

#### B. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan, ibu diharapkan mampu:

- 1 Mengerti dan dapat memahami tanda-tanda bahaya pada ibu nifas.
- 2 Menjelaskan hal yang harus dilakukan bila menemukan salah satu dari tanda bahaya pada ibu nifas.

#### C. Materi

Terlampir

#### D. Media

Buku KIA

#### E. Metode

Ceramah dan Tanya Jawab

#### F. Kegiatan Penyuluhan

No	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1	Pembukaan (2 menit)	a. Salam Pembuka	a. Menjawab salam

			b. Menjelaskan yang telah diketahui
2	Inti (5 menit)	a. Menjelaskan Tanda-Tanda bahaya pada ibu nifas b. Menjelaskan hal yang harus dilakukan bila menemukan salah satu dari tanda bahaya	a. Mendengarkan
3	Penutup (3 menit)	a. Memberikan kesempatan untuk bertanya b. Memberikan pertanyaan c. Menyimpulkan d. Memberi salam penutup	a. Bertanya b. Menjawab c. Mendengarkan d. Menjawab salam

### G. Evaluasi

Mengajukan pertanyaan:

- a. Sebutkan tanda bahaya pada ibu nifas
- b. Jelaskan hal yang harus dilakukan bila menemukan salah satu dari tanda bahaya.

### H. Daftar Pustaka

JHPIEGO. 2007. *Asuhan Persalinan Normal* , Jakarta : JNPK-KR

**Terlampir: Materi**

## **TANDA BAHAYA IBU NIFAS**

### **A. Tanda-tanda bahaya Pada Ibu Nifas**

1. Demam
2. Perdarahan aktif
3. Keluar banyak bekuan darah
4. Bau busuk dari vagina
5. Pusing
6. Lemas luar biasa
7. Menemukan penyulit dalam menyusukan bayinya
8. Nyeri panggul atau abdomen yang lebih hebat dari nyeri kontraksi biasa.

### **B. Hal yang harus dilakukan bila menemukan salah satu tanda baya tersebut.**

Segera cari pertolongan medis ke PUSKESMAS, Bidan praktek, Dokter praktek, Rumah bersalin dan Rumah sakit

## **Lampiran 10**

### **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Topik : Keluarga Berencana

Sasaran : Ny.S

Hari/tanggal : Kamis, 20 Februari 2020

Waktu : 10 menit

Tempat : Rumah Pasien

#### **A. Tujuan Umum**

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang penggunaan alat kontrasepsi, pasangan diharapkan memahami tentang berbagai macam alat kontrasepsi dan menerapkannya dalam kehidupannya.

#### **B. Tujuan Khusus**

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan 1x10 menit Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, diharapkan pasangan dapat memahami tentang:

1. Mengetahui pengertian keluarga berencana
2. Mengetahui manfaat keluarga berencana
3. Mengetahui pengertian alat kontrasepsi
4. Mengetahui macam-macam alat kontrasepsi

#### **C. Isi materi**

1. Mengetahui pengertian keluarga berencana
2. Mengetahui manfaat keluarga berencana
3. Mengetahui pengertian alat kontrasepsi
4. Mengetahui macam-macam alat kontrasepsi

#### **D. Metode**

1. Ceramah
2. Diskusi
3. Tanya jawab

#### **E. Media**

Leaflet

#### **F. Rencana evaluasi**

Tanya jawab

#### **G. Kegiatan**

No	Tahapan	Pelaksanaan	Waktu	Kegiatan Peserta
1.	Pendahuluan	a. Pemberian Salam	1menit	Menjawab Salam,

		<ul style="list-style-type: none"> <li>b. Memperkenalkan diri</li> <li>c. Menjelaskan tujuan penyuluhan</li> </ul>		Mendengarkan Komunikator
2.	Inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mengetahui pengertian keluarga berencana</li> <li>b. Mengetahui manfaat keluarga berencana</li> <li>c. Mengetahui pengertian alat kontrasepsi</li> <li>d. Mengetahui macam-macam alat kontrasepsi</li> </ul>	4 menit	Mendengarkan Komunikator
3.	Evaluasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Melakukan dengan memberikan pertanyaan</li> </ul>	3 menit	Peserta menjawab pertanyaan
4.	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Menyampaikan kesimpulan</li> <li>b. Memberikan media leaflet kepada peserta</li> <li>c. Menutup dengan salam</li> </ul>	2 menit	Peserta akan menyampaikan kesimpulan

**Terlampir: Materi**

## **KELUARGA BERENCANA**

### **1. Pengertian Keluarga Berencana**

Keluarga berencana adalah salah satu usaha keluarga termasuk individu untuk merencanakan kehidupan berkeluarga dengan baik sehingga dapat mencapai keluarga berkualitas.

### **2. Manfaat Keluarga Berencana**

- a) Perbaikan kesehatan badan ibu

- b) Adanya waktu yang cukup untuk mengasuh anak-anak, beristirahat, dan menikmati waktu luang serta melakukan kegiatan-kegiatan lain
- c) Perkembangan fisik, mental dan sosial anak lebih sempurna.
- d) Perencanaan kesempatan pendidikan yang lebih baik.

### **3. Pengertian Alat Kontrasepsi**

Kontrasepsi merupakan pencegahan terjadinya kehamilan. Alat kontrasepsi merupakan alat yang digunakan untuk mencegah terjadinya suatu kehamilan.

### **4. Macam-macam alat kontrasepsi**

Terdiri dari KB hormonal dan non hormonal.

#### **1. Adapun KB hormonal**

##### **a. KB Pil**

Pil adalah obat pencegah kehamilan yang diminum. Minum pil dapat dimulai segera sesudah terjadinya keguguran, setelah menstruasi, atau pada masa post-partum bagi para ibu yang tidak menyusui bayinya. Jika seorang ibu ingin menyusui, maka hendaknya penggunaan pil ditunda sampai 6 bulan sesudah kelahiran anak (atau selama masih menyusui) dan disarankan menggunakan cara pencegah kehamilan yang lain.

##### **Keuntungan Pil KB**

- 1) Efektifitas tinggi
- 2) Risiko terhadap kesehatan sangat kecil
- 3) Tidak diperlukan pemeriksaan dalam untuk memulai penggunaannya
- 4) Tidak mengganggu hubungan seksual

##### **Kerugian Pil KB**

- 1) Pengguna pil harus:
  - Minum pil setiap hari dan Jika lupa akan meningkatkan kegagalan
- 2) Tidak mencegah PMS (Penyakit Menular Seksual), HBV, HIV/AIDS
- 3) Efek samping ringan jarang, namun dapat berupa:

Mual, Rasa tidak enak dipayudara, Sakit kepala

##### **Manfaat kontrasepsi Pil KB**

- a) Haid lebih ringan, pendek dan teratur
- b) Mengurangi sindroma premenstrual, endometriosis

- c) Nyeri haid minimal atau tidak ada
- d) Menurunkan insiden kanker endometrium dan kanker ovarium

**b. KB Suntik**

Kontrasepsi suntikan adalah cara untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan melalui suntikan hormonal.

a. KB suntik 1 bulan

Keuntungan menggunakan KB Suntik 1 bulan

- 1. Praktis, efektif dan aman dengan tingkat keberhasilan lebih dari 99%.
- 2. Tidak membatasi umur

Kerugian menggunakan KB Suntik

- 1. Di bulan-bulan pertama pemakaian terjadi mual, pendarahan berupa bercak di antara masa haid, sakit kepala dan nyeri payudara
- 2. Tidak melindungi dari IMS dan HIV AIDS

b. KB Suntik 3 bulan.

KB Suntik 3 bulan sangat cocok untuk program postpartum oleh karena tidak mengganggu laktasi.

Keuntungan kb 3 bulan

- 1. Resiko terhadap kesehatan kecil.
- 2. Tidak berpengaruh pada hubungan suami istri
- 3. Tidak di perlukan pemeriksaan dalam
- 4. Jangka panjang
- 5. Efek samping sangat kecil
- 6. Klien tidak perlu menyimpan obat suntik

Kerugian kb suntik 3 bulan

- 1. Gangguan haid.
- 2. Terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian
- 3. Pada penggunaan jangka panjang dapat menurunkan densitas tulang

Manfaat KB Suntik

- 1. **Aman bagi ibu menyusui**
- 2. **Aman bagi penderita jantung**
- 3. **Metode yang praktis**
- 4. **Selain praktis juga murah**
- 5. **Bebas dari ketergantungan**

### **c. Implan (AKBK)**

Bentuknya semacam tabung-tabung kecil atau pembungkus plastik berongga dan ukurannya sebesar batang korek api. Pemakaian susuk dapat diganti setiap 5 tahun, 3 tahun, dan ada juga yang diganti setiap tahun.

#### Keuntungan implan

- a) Daya guna tinggi
- b) Perlindungan jangka panjang (sampai 5 tahun)
- c) Kontrasepsi implan memberikan perlindungan Pengembalian kesuburan yang cepat
- d) Tidak memerlukan pemeriksaan dalam

#### Kerugian implan

- a) Membutuhkan tindak pembedahan minor untuk insersi dan pencabutan
- b) Tidak memberikan efek protektif terhadap infeksi menular seksual termasuk AIDS.
- c) Klien tidak dapat menghentikan sendiri pemakaian kontrasepsi

#### Manfaat implan

- a) Dapat bermanfaat selama 3 tahun
- b) Tidak mengganggu aktifitas
- c) Keberhasilannya akurat
- d) KB implan baik untuk ibu menyusui
- e) Tidak mengganggu kesuburan ibu

## **2. KB Non Hormonal**

### **A. AKDR (IUD) (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim)**

AKDR atau IUD (Intra Uterine Device) adalah perangkat plastik berbentuk huruf T yang diletakkan di dalam rahim. Bagi ibu menyusui, AKDR tidak akan mempengaruhi isi, kelancaran ataupun kadar air susu ibu. dapat bertahan hingga 5-10 tahun.Keuntungan IUD, yaitu:

- a) Tidak mempengaruhi hubungan seksual

- b) Meningkatkan kenyamanan hubungan seksual.
- c) Tidak mempengaruhi ASI.
- d) Dapat digunakan sampai menopause.
- e) Cepat kembali subur

Efek samping penggunaan IUD

- a) Menstruasi menjadi lebih lama dan banyak
- b) Perubahan siklus haid (umumnya pada 3 bulan pertama)
- c) Perdarahan irreguler (spotting) di antara menstruasi
- d) Saat haid lebih sakit

## **B. Kondom**

Kondom adalah pilihan alat kontrasepsi yang dipakai oleh pria untuk mencegah sperma agar tidak masuk ke dalam tubuh wanita.

Keuntungan kondom, yaitu:

- a) Tidak mengganggu produksi ASI.
- b) Mencegah ejakulasi dini.
- c) Mencegah terjadinya kanker serviks.
- d) Murah dan dapat diberi secara umum.
- e) Memberi dorongan suami untuk ber KB.

Efek samping:

- a) Kondom rusak atau bocor sebelum berhubungan
- b) Alergi
- c) Mengurangi kenikmatan hubungan seksual