



Juariah, S.S.T., M.Keb.

Ibu Bekerja
sukses
ASI Eksklusif





Penulis lahir di Kabupaten Kuningan, tanggal 23 Desember di sebuah kota di Jawa Barat di bawah kaki Gunung Ciremai yang sejuk. Menyelesaikan studi S2 Kebidanan (Magister Kebidanan) di Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran Bandung, pada tahun 2015. Pernah bekerja di Kabupaten Kuningan sebagai Bidan di Puskesmas Sukamulya dan berpindah mengajar di Prodi Kebidanan Bogor, Poltekkes Kemenkes Bandung sampai sekarang.

Sebagai Pendidik di Bidang Kesehatan, penulis sangat interest dengan permasalahan kesehatan yang ada di Masyarakat. Pada tahun 2016 artikel yang berjudul "Why Mothers Die" mendapat penghargaan sebagai The Best free paper award pada ajang "International Convergence For Midwife" ICMID 2016. Pada tahun 2017 artikel tersebut disampaikan pada acara "31st ICM Triennial Congress di Toronto Canada" dengan thema Midwives Making a difference in the world.

Masalah kesehatan merupakan hal yang melibatkan banyak faktor sehingga penanganan masalah harus kolaboratif di antara berbagai sektor terkait. Pada tahun 2016, penulis terlibat sebagai tim penyusun dan perumus Naskah Akademik dan draft rancangan peraturan daerah tentang Kesehatan Ibu dan Anak (PERDA KIA) di Kabupaten Bogor, kemudian pada tahun 2018 terbit PERDA KIA No.5 Tahun 2018. Penulis berharap, dengan adanya PERDA KIA tersebut situasi kesehatan ibu dan anak akan membaik. Penulis setuju bahwa kebijakan dibuat berdasarkan riset sehingga kebijakan yang dibuat akan mengatasi akar permasalahan.

Pada tahun 2019, penulis mendapat penghargaan Juara 1 Tingkat Nasional pada Lomba Inovasi Pengolahan Makanan Berbahan Dasar Daun Kelor sebagai Inovasi kearifan lokal untuk pemberdayaan keluarga terutama bagi ibu-ibu yang sedang menyusui.

Bidan Sahabat Perempuan adalah komunitas yang diasuh untuk memberikan edukasi kepada ibu-ibu dalam mempersiapkan kehamilan, persalinan, nifas dan menyusui. Ibu-ibu harus mengetahui apa yang terjadi pada tubuhnya ketika hamil, bersalin, nifas dan menyusui sehingga ibu-bisa bahagia ketika menjalani peran tersebut. Ibu memegang peran central dalam keluarga sehingga ketika ibu bahagia maka tentu merupakan kebahagiaan bagi keluarganya. Penulis bisa dihubungi via email juariahsadeli@gmail.com



MITRA MANDIRI PERSADA
Jalan Ketintang Wiyata I No. 5
Gayamsari 60231, Surabaya - Jawa Timur
Telp. 031-89061785, NPWP 087722209444
Email: mmp_surabaya@indonesia@yahoo.com

ISBN 978-623-5923-01-7



9 786235 823017

IBU BEKERJA SUKSES ASI EKSKLUSIF

Penulis: Juariah, S.S.T., M.Keb.

Tahun 2021

Hal. 57, 21 cm x 15 cm

ISBN: 9978-623-5923-01-7

Editor : Asmiani Halid

Penata Letak : Juariah

Desain Sampul: Echa El-Syah

Penerbit

CV. MITRA MANDIRI PERSADA

Jalan Ketintang Wiyata I No. 5

Gayungan 60231, Surabaya-Jawa Timur

Telp. 031-88061785, HP/WA 087722209444

Email: mmp_surabayaindonesia@yahoo.com

ANGGOTA IKAPI

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak isi buku ini dalam bentuk

dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Daftar Isi

Glosarium	3
Ibu Hamil	4
IMD (Inisiasi Menyusui Dini) dan Kesehatan Anak	14
ASI (Air Susu Ibu) dan ASIP (Air Susu Ibu Perah)	17
6 Kiat Ibu Pekerja Agar Tetap Bisa Memberikan ASI Eksklusif	26
Takaran ASI	37
8 Makanan untuk Meningkatkan Jumlah ASI	41
Masalah Ketika Menyusui dan Solusinya	44

Pelayanan Kesehatan Ibu Hamil Selama Pandemi Covid-19

- a. Pelayanan pemeriksaan awal kehamilan, pemeriksaan atau penanganan kondisi darurat, konsultasi keluhan terkait kehamilan.
- b. Pelayanan ANC ibu hamil di trisemester 3 pada saat 1 bulan sebelum HPL.
- c. Pemanduan pengisian stiker P4K secara daring oleh tenaga kesehatan



Protokol Panduan Ibu Hamil Selama Pandemi Covid-19

1. Buat janji temu dokter saat pemeriksaan awal kehamilan, tetap lakukan upaya pencegahan selama perjalanan.
2. Tunda pemeriksaan kehamilan selanjutnya dan lakukan ANC trisemester 3 pada saat 1 bulan sebelum HPL.
3. Pelajari dan terapkan pedoman yang ada di buku KIA, pantau tanda bahaya dan segera periksa ke fasyankes jika terdapat tanda bahaya selama kehamilan.