

Lampiran 1 Informed Consent Pasien

LAMPIRAN

PERSETUJUAN PASIEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : DADANG
Usia : 42
Hubungan dengan pasien : Istri
Alamat : Cilember Kp Kota batu

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 : ROSITA
Usia : 38
Alamat : Kp Cilember Kp Kota batu Kt 02/03
Diagnosa : Ny. R usia 38 tahun P4A0 Postpartum
3 jam dengan sisa plasenta dan Anemia

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 28 Maret2024

( Dadang dan (anr...))

Lampiran 2 Persetujuan Pembimbing Lahan

PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nourma Mira R S.Tr. Keb
NIP : 198603172024122007
Jabatan : CI PONEK
Institusi : RSUD CIAWI

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : Angelina Br. Sembiring
NIM : P17324221046

Unuk memberikan asuhan kebidanan sebagai bagian dri penyusunan Laporan Tugas Akhir kepada pasien berikut:

Nama Pasien : Ny. Rosita
Alamat : KP Cilember Kota Batu
Diagnosa : Ny. R Usia 38 tahun P4A1 dengan
sisa plasenta dan anemia berat

Demikian persetujuan ini saya berikan untk dapat digunakn sebagaimana mesinya.

Bogor,2024



Lampiran 3 Lembar Observasi Ruang Ponok

Tanggal/ jam	TD	N	R	S	Kesadaran	Cairan/in take	Perdarahan
28/03/2024 07.00 WIB	80/70mmHg	97x/ menit	23	36,5°C	Apatis	RI dan transfusi darah	50cc
28/03/2024 07.30 WIB	80/70mmHg	97x/ menit	22	36,5°C	Apatis	RL	50cc
28/03/2024 08.00 WIB	80/70mmHg	95x/ menit	22	36,5°C	Apatis	RL	50cc
28/03/2024 08.30 WIB	90/70mmHg	95x/ menit	22	36,5°C	composmentis	RL	50cc
28/03/2024 09.00 WIB	90/70mmHg	88x/ menit	21	36,5°C	composmentis	RL	55cc
28/03/2024 09.30 WIB	100/70mmHg	88x/ menit	20	36,5°C	composmentis	RL	55cc
28/03/2024 10.30 WIB	100/80mmHg	88x/ menit	20	36,5°C	composmentis	RL	55cc
28/03/2024 12.30 WIB	100/80mmHg	88x/ menit	20	36,5°C	composmentis	RL	60cc
28/03/2024 13.00 WIB	100/80mmHg	88x/ menit	20	36,5°C	composmentis	RL	60cc

Lampiran 4 Lembar Observasi Post Kuret

Tanggal/jam	TD	N	R	S	Kesadaran	Cairan/in take	perdarahan
28/03/2024 14.00 WIB	100/70mmHg	85x/menit	20	36,5°C	composmentis	Rl dan transfusi darah	Normal
28/03/2024 14.30 WIB	120/80mmHg	91x/menit	20	36,5°C	composmentis	RL	Normal
28/03/2024 15.00 WIB	120/80mmHg	80x/menit	20	36,5°C	composmentis	RL	Normal
28/03/2024 15.30 WIB	120/80mmHg	87x/menit	20	36,5°C	composmentis	RL	Normal

Lampiran 5 Catatan Perkembangan Bayi 6 Hari

Hari/Tanggal Pengkajian : Rabu, 03 April 2024
Waktu Pengkajian : 15. 00 wib
Tempat Pengkajian : Rumah Ny.R
Nama Pengkaji : Angelina Br Sembiring

A. DATA SUBJEKTIF

1. Identitas Anak

Nama : By.S
Jenis kelamin : Perempuan
Anak ke : 5
Tanggal Lahir : 28 Maret 2024

2. Identitas Orang tua

	Istri	suami
Nama	: Ny.R	Tn. D
Usia	: 38 Tahun	44 Tahun
Agama	: Islam	Islam
Suku	: Sunda	Sunda
Pendidikan	: SMP	SMP
Pekerjaan	: IRT	Buruh
Alamat	: Kp. Cilember kota batu 03/03	Kp. Cilember kota batu 03/03
Gol.Darah	: B+	-

3. Riwayat Persalinan

Ini merupakan persalinan kelima, bayi lahir pada tanggal 28 Maret 2024 pukul 03.00 WIB, dengan usia kehamilan cukup bulan 40 minggu. Bayi lahir secara spontan pervaginam ditolong oleh paraji. Saat bayi lahir keadaan bayi menangis dan bergerak dengan aktif.

B. DATA OBJEKTIF

1. Keadaan Umum : Baik
2. TTV : DJB: 142x/menit, R: 44x/menit, S:36OC
3. Antropometri : BB: - PB: -
4. Pemeriksaan Fisik

- a. Kepala : Kulit kepala bersih, rambut hitam dan tidak ada kelainan.
- b. Mata : Kedua mata simetris, sklera putih, tidak tanda tanda infeksi.
- c. Hidung : Terdapat lubang hidung dan tidak terdapat pernafasan cuping hidung.
- d. Mulut : Bibir lembab, tidak pucat.

- e. Leher : Tidak ada pembesaran kelenjar tiroid dan pembuluh limfe.
- f. Abdomen : Tidak ada penonjolan pada tali pusat, tali pusat sudah puput dan kering.

- g. Kulit : Warna kulit keseluruhan berwarna kemerahan
- h. Ekstramitas : Kedua tangan dan kaki simetris, jumlah jari-jari lengkap, kuku tidak pucat.
- i. Genetalia : Bersih dan tidak ada kelainan
- j. Anus : Terdapat lubang anus, bayi sudah BAB

C. ANALISA

By.S usia 6 hari neonates cukup bulan sesuai masa kehamilan dengan keadaan baik

D. PENATALAKSANAAN

1. Memberitahu kepada ibu dan keluarga bahwa bayi dalam keadaan sehat. Ibu dan keluarga mengerti.
2. Memberitahu kepada ibu untuk selalu nutrisi kepada bayinya dengan cara memberi ASI dan di beri sesering mungkin.
3. Memberitahu kepada ibu untuk selalu menjaga kebersihan bayi.
4. Memberitahu ibu ketika menyusui cuci tangan terlebih dahulu dan setiap sebelum dan sesudah diolehkan ASI di daerah putting ibu dan daueah yang berwarna gelap.
5. Memberitahu ibu tentang tanda bahaya bayi baru lahir.

Lampiran 6 Catatan Perkembangan Bayi 22 Hari

CATATAN PERKEMBANGAN BAYI 22 HARI

Hari/Tanggal Pengkajian : Jumat 19 April 2024

Waktu Pengkajian : 15. 00 wib

Tempat Pengkajian : Rumah Ny.R

A. DATA SUBJEKTIF

Bayi sudah diberikan ASI sekitar 30 menit yang lalu dan bayi kadang rewel dimalam hari.

B. DATA OBJEKTIF

1. Keadaan Umum : Baik
2. TTV : DJB: 141x/menit, R: 42x/menit, S:36OC
3. Antropometri : BB: -
PB: -
4. Pemeriksaan Fisik
 - Mata : Kedua mata simetris, sklera putih, tidak tanda tanda infeksi.
 - Mulut : Bibir lembab, tidak pucat.
 - Abdomen : Tidak ada penonjolan dan kelainan
 - Genetalia : Bersih dan tidak ada kelainan.
 - Anus : Terdapat lubang anus, bayi sudah BAB

C. ANALISA

By.S usia 22 hari Neonates cukup bulan sesuai masa kehamilan dengan keadaan baik.

D. PENATALAKSANAAN

1. Memberitahu kepada ibu dan keluarga bahwa bayi dalam keadaan sehat. ibu dan keluarga mengerti.

2. Memberitahu kepada ibu untuk selalu diberi ASI kepada bayinya dengan sesering mungkin, jika tidur dibangunkan.
3. Memberitahu kepada ibu untuk selalu menjaga kebersihan bayi.
4. Mengingatkan Kembali tanda-tanda bahaya bayi baru lahir.

Lampiran 7 Catatan Perkembangan Bayi 38 Hari

Hari/Tanggal Pengkajian : Minggu, 05 Mei 2024
Waktu Pengkajian : 15.00 WIB
Tempat Pengkajian : Rumah Ny.R
Nama Pengkaji : Angelina Br Sembiring

A. DATA SUBJEKTIF

Bayi kuat menyusui dan tidak ada keluhan apapun.

B. DATA OBJEKTIF

1. Keadaan Umum : Baik
2. TTV : DJB: 141x/menit, R: 42x/menit, S:36OC
3. Antropometri : BB: -
PB: -

Pemeriksaan Fisik

- a. Mata : Kedua mata simetris, sklera putih, tidak tanda tanda infeksi.
- b. Mulut : Bibir lembab, tidak pucat.
- c. Abdomen : Tidak ada penonjolan dan kelainan
- d. Genetalia : Bersih dan tidak ada kelainan.
- e. Anus : Terdapat lubang anus, bayi sudah BAB

C. ANALISA

By.S usia 38 hari neonates cukup bulan sesuai masa kehamilan dengan keadaan baik

D. PENATALAKSANAAN

1. Memberitahu kepada ibu dan keluarga bahwa bayi dalam keadaan sehat. Ibu dan keluarga mengerti.
2. Memberitahu kepada ibu untuk selalu diberi ASI kepada bayinya sesering mungkin
3. Memberitahu kepada ibu untuk selalu menjaga kebersihan bayinya.
4. Mengingatkan ibu untuk melakukan imunisasi BCG kepada bayinya.

Lampiran 8 skor EPDS

Skala Depresi Pascanatal Kuesioner Edinburgh (EPDS)

Bagaimana perasaanmu dalam tujuh hari termasuk hari terakhir setelah melahirkan bayi? Beri tanda silang (X) pada pernyataan di bawah ini yang paling sesuai dengan perasaan Anda.

Tidak	Pertanyaan
1	Saya dapat tertawa bila melihat sesuatu yang lucu: <input checked="" type="radio"/> A) Sering <input type="radio"/> B) Kadang-kadang <input type="radio"/> C) Jarang <input type="radio"/> D) Tidak pernah
2	Saya dapat mengerjakan banyak hal dengan senang hati: <input checked="" type="radio"/> A) Sering <input type="radio"/> B) Kadang-kadang <input type="radio"/> C) Jarang <input type="radio"/> D) Tidak pernah
3	Saya menyalahk dan diri saya sendiri apabila terjadi hal yang tidak menyenangkan: * <input type="radio"/> A) Sering <input type="radio"/> B) Kadang-kadang <input type="radio"/> C) Jarang <input checked="" type="radio"/> D) Tidak pernah
4	Saya merasa khawatir dan cemas tanpa alasan yang jelas: <input checked="" type="radio"/> A) Tidak pernah <input type="radio"/> B) Jarang <input type="radio"/> C) Kadang-kadang <input type="radio"/> D) Sering
5	Saya merasa ketakutan atau panik tanpa alasan yang jelas: * <input type="radio"/> A) Sering <input type="radio"/> B) Kadang-kadang <input type="radio"/> C) Jarang <input checked="" type="radio"/> D) Tidak pernah
6	Segala sesuatu terasa santai saya sehingga: * <input type="radio"/> A) Hampir selalu saya merasa tidak bersemangat <input type="radio"/> B) Kadang-kadang saya merasa tidak bisa mengatasi sebaik biasanya <input type="radio"/> C) Hampir selalu saya merasa bisa mengatasinya dengan baik <input checked="" type="radio"/> D) Selalu saya bisa mengatasi sebaik biasanya
7	Saya merasa sangat tidak bahagia sehingga sulit tidur: * <input type="radio"/> A) Hampir setiap hari <input type="radio"/> B) Kadang-kadang <input type="radio"/> C) Jarang <input checked="" type="radio"/> D) Tidak pernah

8	Saya merasa sedih dan jengkel tanpa alasan:*
	<input type="radio"/> A) Hampir setiap waktu <input type="radio"/> B) Kadang-kadang <input checked="" type="radio"/> C) Jarang <input type="radio"/> D) Tidak pernah
9	Saya merasa sangat tidak bahagia sehingga saya menangis:*
	<input type="radio"/> A) Hampir setiap waktu <input type="radio"/> B) Kadang-kadang <input type="radio"/> C) Jarang <input checked="" type="radio"/> D) Tidak pernah
10	Pernah ada pikiran putus asa:*
	<input type="radio"/> A) Sering <input type="radio"/> B) Kadang-kadang <input type="radio"/> C) Jarang <input checked="" type="radio"/> D) Tidak pernah

Cara Menggunakan EPDS.

- Responden diminta untuk memeriksa respons paling dekat yang datang dengan apa yang dia rasakan dalam 7 hari.
- Semua item harus diselesaikan.
- Responden tidak berdiskusi dengan orang sekitar agar jawaban keluar dari responden itu sendiri.
- Ibu harus menyelesaikan skalanya sendiri, kecuali dia memiliki keterbatasan bahasa atau memiliki kesulitan dengan membaca.

Cara Mencetak EPDS

Pernyataan 1,2, dan 4 (Tidak ada tanda bintang) skornya :

- 0
- 1
- 2
- 3

Pernyataan 3,5,6,7,8,9, dan 10 (Ditandai dengan tanda bintang)skornya :

- 3
- 2
- 1
- 0

Penghitungan skor : t

Skor maksimal : 30

1). 0-8 : Tidak mengalami *bayt blues* .

2). >8 : mengalami *bayt blues* .

Lampiran 9 Lembar Bimbingan

LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI BIMBINGAN LTA

Nama Lengkap : Angelina Br Sembiring
NIM : P17324221046
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. R 38 Tahun P4A1 Dengan Sisa Plasenta Dan Anemia Berat
Dosen Pembimbing : Fuadah Ashri Nurfurqoni, M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Ttd Mahasiswa	Ttd Pembimbing
1.	Rabu 19 Maret 2024	Bimbingan Persiapan LTA	Sistematika Pembuatan LTA		
2.	Selasa 26 maret 2024	Konsultasi judul LTA	ACC Judul dan Lanjutkan Asuhan		
3.	Kamis 28 maret 2024	Mengganti Kasus LTA	ACC Judul dan Lanjutkan Asuhan		
4.	Jumat 29 Maret 2024	Konsultasi BAB IV	Lengkapi data Subjektif dan Objektif bab 4		
5.	Sabtu 30 Maret 2024	Konsultasi BAB IV dan BAB I	Lengkapi Data		
6.	Kamis 04 April 2024	Konsultasi BAB I dan BAB II	Memperbaiki BAB I dan BAB II		
7.	Sabtu 06 April 2024	Konsultasi BAB IV SOAP	Perbaiki dan lengkapi data kasus		
8.	Jumat 21 Mei 2024	Konsultasi BAB IV dan BAB II	Memperbaiki BAB IV dan BAB II		
9.	Selasa 4 Juni 2024	Konsultasi BAB I, II, III dan IV	Memperbaiki BAB I, II dan IV		
10.	Jumat 14 Juni 2024	Konsultasi keseluruhan	Rapikan Laporan dan perbaiki Abstrak dan BAB I		
11.	Sabtu 15 Juni 2024	Konsultasi keseluruhan	Perbaikin Abstrak, BAB I, II, III, IV, V dan VI		
12.	Rabu 19 juni 2024	Konsultasi keseluruhan	Rapikan laporan dan perbaiki abstrak, bab I, II, III, IV, V, VI		

Lampiran 10

SATUAN ACARA PENYULUHAN

BREASTCARE

Topik	: Breastcare
Sub topik	: Breastcare
Sasaran	: Ibu Nifas dan Keluarga Ibu Nifas
Tempat	: RSUD Ciawi ruangan seruni
Waktu	: 10 menit
Hari/Tanggal	: Kamis, 28 Maret 2024
Penyuluh	: Angelina Br Sembiring

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah dilakukan penyuluhan, diharapkan ibu yang nifas dapat mempraktikkan Breastcare dirumah masing-masing.

2. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan Breastcare, diharapkan ibu mengerti:

- a. Pengertian Breastcare
- b. Manfaat Breastcare
- c. Tujuan Breastcare
- d. Langkah-langkah Breastcare.

B. Metode

Diskusi dan Demonstrasi

C. Media/alat

Leaflet

D. Pelaksanaan Kegiatan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan	2 menit	1. Mengucapkan salam pembukaan. 2. Perkenalan 3. Menjelaskan tujuan	1. Menjawab salam 2. memperhatikan
2.	Pembahasan	7 menit	1. Menjelaskan pengertian, manfaat tujuan, dan langkah-langkah Breast care 2. Melakukan sesi tanya jawab	1. Mendengarkan dengan seksama 2. Memberikan pertanyaan kepada materi 3. Peserta menjawab pertanyaan
3.	Penutup	1 menit	1. Menyimpulkan materi penyuluhan 2. Mengakhiri kegiatan dengan mengucapkan salam	1. Peserta memperhatikan 2. Peserta menjawab salam

E. Evaluasi

1. Ibu nifas dapat menjelaskan pengertian dari breast care.
2. Ibu nifas dapat menjelaskan tentang tujuan dari breast care.
3. Ibu nifas dapat menjelaskan manfaat dari breast care.
4. Ibu nifas dapat menyebutkan langkah-langkah breast care

F. Materi

1. Pengertian Breast Care

Breast Care adalah tehnik pijat untuk membantu keluarnya ASI (Air Susu Ibu), yang sangat penting untuk membantu ibu merasa rileks sebelum menyusui.

Pijat laktasi adalah tehnik pijat untuk membantu keluarnya ASI, yang sangat penting untuk membantu ibu merasa rileks sebelum menyusui. Pada pijat laktasi ini bisa dilakukan pada usia pada ibu postpartum 6-8 jam dilakukan gerakan pijatan pada bagian- bagian tubuh tertentu seperti kepala, leher, bahu, punggung, dan payudara untuk memperlancar proses menyusui. Pijat laktasi

dapat dilakukan pada keadaan payudara bengkak, atau ASI tidak lancar, dan pada ibu yang ingin relaktasi. Pijat laktasi dapat dilakukan untuk menstimulasi produksi ASI dan membantu proses induksi menyusui

2. Tujuan Breast Care

Memperoleh produksi ASI, membuat ibu menyusui menjadi rileks dan merawat payudara.

3. Manfaat Breast Care

Pijat laktasi dapat mengurangi nyeri, kualitas susu lebih baik, membuat perlekatan jadi lebih mudah, mencegah stretch mark dan payudara kendur.

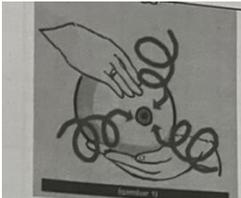
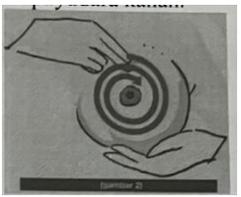
4. Langkah-langkah Breast Care

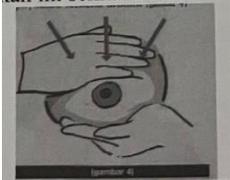
Langkah-langkah melakukan Pijatan Laktasi

a. Persiapan

- 1) Siapkan alat dan bahan
- 2) Lakukan Informed consent
- 3) Menjaga privasi klien
- 4) Cuci tangan
- 5) Sebelum melakukan pemijatan lakukan pengompresan payudara menggunakan waslap dengan air hangat 3-5 menit.
- 6) Kompres kedua puting susu dan areola dengan kapas yang diolesi oleh minyak kelapa/baby oil selama 2-5 menit.
- 7) Usai pemijatan lakukan pengompresan menggunakan waslap secara bergantian dengan air hangat dan air dingin masing-masing 1 menit selama 3 menit.

b. Gerakan pada payudara terdiri dari beberapa gerakan

1.		Gerakan spiral pada daerah puting susu.
2.		Gerakan memutar sambil menekan dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu.

3.	 <p>(gambar 3)</p>	<p>Urutlah dari Tengah ke atas sambil mengangkat kedua payudara dan lepaskan keduanya perlahan.</p>
4.	 <p>(gambar 4)</p>	<p>Sangga payudara dengan satu tangan, sedangkan tangan lain mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah pangkal payudara ke arah puting susu.</p>

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan : Nifas
Sub Pokok Bahasan : Tanda Bahaya Nifas
Sasaran : Ibu Nifas pada Ny. R
Tanggal : Jumat, 29 Maret 2024
Tempat : RSUD Ciawi ruangan seruni

A. Tujuan Umum

Setelah selesai mengikuti penyuluhan diharapkan ibu dan keluarga dapat memahami dan mengerti tentang tanda bahaya nifas

B. Tujuan Khusus

Setelah mendapatkan penyuluhan diharapkan ibu dapat memahami materi yang diberikan

C. Metode

Ceramah dan diskusi

D. Media

Buku KIA

E. Kegiatan Penyuluhan

No	Kegiatan	Pelaksanaan	Waktu	Kegiatan Sasaran
1.	Pembukaan	a. Memberikan salam b. Menyampaikan tujuan	2 menit	a. Menjawab salam b. Mendengarkan
2.	Penyampaian materi	a. Menjelaskan pengertian tanda bahaya nifas b. Macam-macam tanda bahaya nifas	10 menit	a. Mendengarkan b. Memahami c. Bertanya jika ada materi yang tidak dimengerti
3.	Penutup	a. Melakukan evaluasi b. Memberikan salam penutup	3 menit	a. Menjawab b. Menjawab salam

F. Evaluasi

1. Jelaskan pengertian tanda bahaya nifas
2. Sebutkan macam macam tanda bahaya nifas

G. Materi

1. Pengertian anda bahaya masa nifas

Tanda bahaya masa nifas merupakan suatu tanda yang abnormal yang mungkin terjadi pada ibu nifas dan mengindikasikan adanya bahaya/komplikasi yang mungkin dapat terjadi selama masa nifas, apabila hal ini tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu.

2. Macam macam tanda bahaya nifas

- a. Perdarahan hebat atau peningkatan perdarahan secara tiba tiba (melebihi haid biasa atau jika perdarahan tersebut membasahi lebih dari 2 pembalut saniter dalam waktu setengah jam)
- b. Pengeluaran cairan vaginal dengan bau busuk yang keras
- c. Rasa nyeri diperut bagian bawah atau punggung
- d. Sakit kepala yang terus menerus, nyeri epigastric, atau masalah penglihatan.
- e. Pembengkakan pada wajah dan tangan demam, muntah, rasa sakit sewaktu buang air seni atau merasa tidak enak badan.
- f. Payudara yang memerah, panas dan sakit
- g. Kehilangan selera makan untuk yang berkepanjangan.
- h. Merasa sangat sedih atau tidak mampu mengurus diri sendiri atau bayi.
- i. Merasa sangat letih atau bernafas setengah-tengah.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan : Nifas
Sub Pokok Bahasan : Faktor penyebab anemia dan nutrisi pada anemia
Sasaran : Ibu Nifas pada Ny. R
Tanggal : Jumat, 29 Maret 2024
Tempat : RSUD Ciawi, ruangan seruni

A. Tujuan Umum

Setelah mendapatkan penyuluhan diharapkan ibu dapat memahami materi yang diberikan.

B. Tujuan Khusus

Setelah selesai mengikuti penyuluhan diharapkan anggota keluarga dapat memahami dan mengerti tentang tanda bahaya nifas dan dapat mengerti mengenai:

1. Menjelaskan penyebab anemia nifas
2. Memberitahu nutrisi pada anemia

C. Topik Materi

1. Penyebab anemia pada nifas
2. Nutrisi apa saja yang harus dikonsumsi pada penderita anemia di masa nifas

D. Metode

Ceramah dan Diskusi

E. Media

Leaflet

F. Kegiatan Penyuluhan

No	Kegiatan	Pelaksanaan	Waktu	Kegiatan Sasaran
1.	Pembukaan	a. Memberi salam pembukaan b. Menyampaikan tujuan	2 menit	a. Menjawab salam b. Mendengarkan
2.	Penyampaian materi	a. Penyebab anemia pada nifas b. Nutrisi pada anemia nifas	10 menit	a. Mendengarkan b. Memahami c. Bertanya jika ada materi yang tidak dimengerti

3.	Penutup	a. Melakukan evaluasi b. Memberikan salam penutup	3 menit	a. Menjawab b. Menjawab salam
----	---------	------------------------------------------------------	---------	----------------------------------

G. Evaluasi

1. Apa penyebab anemia pada ibu nifas?
2. Nutrisi apa saja yang dibutuhkan pada ibu yang terkena anemia?

H. Materi

1. Penyebab terjadinya anemia

Anemia dapat disebabkan oleh adanya pembentukan sel darah merah yang buruk di sumsum tulang, kehilangan darah atau perdarahan, penghancuran dini sel darah merah dalam tubuh manusia, kekurangan Zat besi, vitamin c, vitamin B12 dan asam folat.

2. Pencegahan dan penanganan anemia

Mengonsumsi makanan yang kaya nutrisi dan bergizi tinggi, terutama yang mengandung zat besi dan asam folat setiap hari penting untuk kesehatan. Contohnya makanan yang mengandung zat besi termasuk daging rendah lemak (sapi maupun unggas) yang dimasak dengan mateng, makan laut seperti ikan, cumi-cumi, kerang dan udang yang dimasak secara matang, sayuran hijau seperti bayam dan kangkung, kacang polong, produk susu yang telah dipasteurisasi, kentang dan gandum serta buah-buahan. Salah satu buah yang mengandung zat besi dan vitamin C yang cukup tinggi yaitu buah naga dengan kandungan 0,16-0,12 mg zat besi, vitamin B1, vitamin B2 dan vitamin C.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Nifas

Sub Topik : Senam Nifas

Sasaran : Ibu Nifas pada Ny. R

Tanggal : Rabu, 03 April 2024

Tempat : Rumah Ny. R

Penyuluh : Angelina Br Sembiring

A. Tujuan Penyuluhan

1. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan atau Pendidikan kesehatan mengenai senam nifas ini, diharapkan ibu nifas mampu mengetahui dan memahami terkait pentingnya melakukan senam nifas

2. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan atau Pendidikan kesehatan mengenai senam nifas, diharapkan ibu nifas mampu mengetahui dan memahami tentang:

- a. Ibu nifas dapat menjelaskan pengertian dan senam nifas
- b. Ibu nifas dapat menjelaskan kembali apa saja manfaat melakukan senam nifas
- c. Ibu nifas dapat menjelaskan kembali syarat-syarat melakukan senam nifas
- d. Ibu nifas dapat mengetahui dan mempergerakkan gerakan-gerakan senam nifas

B. Metode

Demostrasi

C. Media

Leaflet

D. Materi

1. Pengertian senam nifas
2. Manfaat senam nifas
3. Syarat-syarat senam nifas
4. Gerakan-gerakan senam nifas

E. Kegiatan Penyuluhan

No	Kegiatan	Pelaksanaan	Waktu	Kegiatan sasaran
1.	Pembukaan	a. Memberi salam pembukaan b. Menyampaikan tujuan	2 menit	a. Menjawab salam b. Mendengarkan

2.	Penyampaian materi	<ul style="list-style-type: none"> a. Menjelaskan pengertian senam nifas b. Menjelaskan manfaat senam nifas c. Menjelaskan syarat-syarat senam nifas d. Mengajarkan gerakan senam nifas 	15 menit	<ul style="list-style-type: none"> a. Mendengarkan b. Memahami c. Mengikuti arahan gerakan senam nifas
3.	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> 1. Melakukan evaluasi 2. Memberikan salam penutup 	3 menit	<ul style="list-style-type: none"> a. Menjawab b. Menjawab salam

F. Evaluasi

1. Ibu dapat menjelaskan pengertian dari senam nifas
2. Ibu dapat menjelaskan kembali apa saja manfaat melakukan senam nifas
3. Ibu dapat menjelaskan Kembali syarat-syarat melakukan senam nifas
4. Ibu nifas dapat mengetahui dan mempergerakkan Gerakan-gerakan senam nifas

Materi

1. Pengertian senam nifas

Senam nifas merupakan senam yang dilakukan dengan tujuan untuk mengembalikan otot-otot terutama pada bagian rahim dan perut pada keadaan semula atau mendekati sebelum.

2. Manfaat senam nifas

- a. Mempercepat pemulihan kondisi tubuh setelah melahirkan pada kondisi semula sebelum hamil
- b. Mencegah komplikasi yang mungkin timbul selama menjalani masa nifas
- c. Memelihara dan memperkuat Kembali otot perut, otot dasar panggul, dan otot kaki

- d. Memperbaiki kelancaran sirkulasi darah
 - e. Membantu memperbaiki postur tubuh setelah kehamilan
3. Syarat-syarat senam nifas
- Senam nifas dapat dilakukan setelah persalinan, tetapi dengan ketentuan sebagai berikut:
- a. Untuk ibu melahirkan yang sehat dan tidak ada kelainan
 - b. Senam ini dilakukan setelah 6 jam persalinan dan dilakukan di rumah sakit atau rumah bersalin, dan di ulang terus di rumah
4. Gerakan-gerakan senam nifas
- a. Berbaring di atas matras atau alas dengan lutut ditekuk. Lakukan pernafasan perut dengan cara menarik nafas dalam dari hidung lalu keluarkan dari mulut secara perlahan-lahan. Lakukan dalam 3 kali hitungan.
 - b. Berbaring dengan lutut ditekuk. Sementara menarik nafas dalam, sentuhkan bagian bawah dagu ke dada sambil mengeluarkan nafas. Angkat kepala dan bahu secara perlahan dan halus upayakan menyentuh lutut dengan lengan diregangkan. Tubuh hanya boleh naik pada bagian punggung sementara pinggang tetap berada pada matras atau alas. Perlahan-lahan turunkan kepala dan bahu ke posisi semula. Rileks dan lakukan sebanyak 3 kali hitungan.
 - c. Tidur telentang, angkat kaki kiri lurus ke atas sambil menahan otot perut. Lakukan gerakan sebanyak 3 kali hitungan, bergantian dengan kaki kanan. Rileks selama 3 kali hitungan.
 - d. Berbaring telentang, tangan di atas perut, kedua kaki ditekuk. Kerutkan otot bokong dan perut bersamaan dengan mengangkat kepala, mata memandang dalam 3 kali hitungan.
 - e. Berbaringlah terlentang, tubuh dan kaki lurus. Lakukan kontraksi pada otot perut dan tekankan punggung bagian bawah pada matras atau alas. Bertahanlah pada posisi ini, lalu rileks. Ulangi dalam 3 kali hitungan.
 - f. Berbaringlah di matras atau alas, angkat lutut dan kedua telapak kaki mendatar di matras. Dengan perlahan naikkan bokong kemudian lengkungkan punggung dan kembali perlahan-lahan ke posisi semula. Lakukan dalam 3 kali hitungan.
 - g. Berbaring dengan posisi tidur miring ke kiri. Angkat kaki kanan ke atas dan turunkan perlahan lahan. Lakukan pula dengan posisi sebaliknya.

- h. Berbaringlah terlentang, kedua tangan di sisi tubuh. Angkatlah salah satu kaki tetap lurus hingga mencapai 90 derajat. Ulangi dengan kaki yang lain. Bila merasa lebih kuat, cobalah dengan bersamaan.
- i. Berbaringlah terlentang kedua tungkai ditekuk, letakkan kedua lengan di samping badan. Tarik lutut kiri ke dada perlahan-lahan, luruskan tungkai dan kaki kiri, tekuk kaki kiri ke belakang arah punggung, turunkan perlahan kembali pada posisi awal, ganti dengan tungkai kanan, dan ulangi kembali.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Nifas

Sub Topik : KB Pascasalin

Sasaran : Ibu Nifas Ny. R

Tanggal : 19 April 2024

Tempat: Rumah Ny. R

Penyuluh : Angelina Br Sembiring

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah mendapatkan penyuluhan diharapkan ibu dan keluarga dapat memahami materi yang diberikan

2. Tujuan Khusus

Setelah selesai mengikuti penyuluhan ibu dapat segera memikirkan untuk memakai KB

B. Metode

Diskusi

C. Media

Leaflet

D. Kegiatan Penyuluhan

No	Kegiatan	Pelaksanaan	Waktu	Kegiatan Sasaran
1.	Pembukaan	a. Memberi salam pembukaan b. Menyampaikan tujuan	2 menit	a. Menjawab salam b. Mendengarkan
2.	Penyampaian materi	a. Pengertian KB pascasalin b. Jenis-jenis KB pascasalin c. Manfaat /kegunaan KB	10 menit	a. Mendengarkan b. Memahami c. Bertanya jika ada materi yang tidak dimengerti

3.	Penutup	a. Melakukan evaluasi b. Memberikan salam penutup	3 menit	a. Menjawab b. Menjawab salam
----	---------	------------------------------------------------------	---------	----------------------------------

E. Evaluasi

Menanyakan kembali kepada ibu dan ibu menjelaskan kembali tentang :

1. Pengertian KB pascasalin
2. Jenis-jenis KB pascasalin
3. Manfaat / kegunaan KB

F. Materi

1. Definisi KB Pascasalin

KB Pasca Persalinan (KBPP) merupakan upaya pencegahan kehamilan dengan menggunakan metode/ alat/ obat kontrasepsi segera setelah melahirkan sampai dengan 42 hari/ 6 minggu setelah melahirkan.

2. Jenis dan Kegunaan

a. Amenore Laktasi

Mekanisme: Kontrasepsi MAL mengandalkan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif untuk menekan ovulasi. Metode ini memiliki tiga syarat yang harus dipenuhi:

- 1) Ibu belum mengalami haid
- 2) Bayi disusui secara eksklusif dan sering, sepanjang siang dan malam
- 3) Bayi berusia kurang dari 6 bulan

3. Efektivitas: Risiko kehamilan tinggi bila ibu tidak menyusui bayinya secara benar. Bila dilakukan secara benar, risiko kehamilan kurang dari 1 di antara 100 ibu dalam 6 bulan setelah persalinan.

4. Keuntungan khusus bagi kesehatan: Mendorong pola menyusui yang benar, sehingga membawa manfaat bagi ibu dan bayi.

5. Efek samping: Tidak ada

1. Kondom

Mekanisme: Kondom menghalangi terjadinya pertemuan sperma dan sel telur dengan cara mengemas sperma di ujung selubung karet yang dipasang pada penis sehingga sperma tersebut tidak tumpah ke dalam saluran reproduksi perempuan.

Efektivitas: Bila digunakan dengan benar, risiko kehamilan adalah 2 di antara 100 ibu dalam 1 tahun.

Keuntungan khusus bagi kesehatan: Mencegah penularan penyakit menular seksual dan konsekuensinya (misal: kanker serviks).

Risiko bagi kesehatan: Dapat memicu reaksi alergi pada orang-orang dengan alergi lateks.

Efek samping: Tidak ada.

Mengapa beberapa orang menyukainya: Tidak ada efek samping hormonal, mudah didapat, dapat digunakan sebagai metode sementara atau cadangan (backup) sebelum menggunakan metode lain, dapat mencegah penularan penyakit meular seksual

Mengapa beberapa orang tidak menyukainya: Keberhasilan sangat dipengaruhi cara penggunaan, harus disiapkan sebelum berhubungan seksual.

2. Pil Progestin

Mekanisme: Minipil menekan sekresi gonadotropin dan sintesis steroid seks di ovarium, endometrium mengalami transformasi lebih awal sehingga implantasi lebih sulit, mengentalkan lendir serviks sehingga menghambat penetrasi sperma, mengubah motilitas tuba sehingga transportasi sperma terganggu. Pil diminum setiap hari.

Efektivitas: Bila digunakan secara benar, risiko kehamilan kurang dari 1 di antara 100 ibu dalam 1 tahun.

Keuntungan khusus bagi kesehatan: Tidak ada. Risiko bagi kesehatan: Tidak ada.

Efek samping: Perubahan pola haid (menunda haid lebih lama pada ibu menyusui, haid tidak teratur, haid jarang, atau tidak haid), sakit kepala, pusing, perubahan suasana perasaan, nyeri payudara, nyeri perut, dan mual. Mengapa beberapa orang menyukainya: Dapat diminum saat menyusui, pemakaiannya dikendalikan oleh perempuan, dapat dihentikan kapanpun tanpa perlu bantuan tenaga kesehatan, dan tidak mengganggu hubungan seksual.

Mengapa beberapa orang tidak menyukainya: Harus diminum tiap hari.

3. Suntik 3 Bulan

Mekanisme: Suntikan progestin mencegah ovulasi, mengentalkan lendir serviks sehingga penetrasi sperma terganggu, menjadikan selaput rahim tipis dan atrofi, dan menghambat transportasi gamet oleh tuba. Suntikan diberikan 3 bulan sekali (DMPA).

Efektivitas: Bila digunakan dengan benar, risiko kehamilan kurang dari 1 di antara 100 ibu dalam 1 tahun. Kesuburan tidak langsung kembali setelah berhenti, biasanya dalam waktu beberapa bulan.

Keuntungan khusus bagi kesehatan: Mengurangi risiko kanker endometrium dan fibroid uterus. Dapat mengurangi risiko penyakit radang paggul simptomatik dan anemia defisiensi besi. Mengurangi gejala endometriosis dan krisis sel sabit pada ibu dengan anemia sel sabit.

Efek samping: Perubahan pola haid (haid tidak teratur atau memanjang dalam 3 bulan pertama, haid jarang, tidak teratur atau tidak haid dalam 1 tahun), sakit kepala, pusing, kenaikan berat badan, perut kembung atau tidak nyaman, perubahan suasana perasaan, dan penurunan hasrat seksual. Mengapa beberapa orang menyukainya: Tidak perlu diminum setiap hari, tidak mengganggu hubungan seksual, ibu dapat menggunakannya tanpa diketahui siapapun, menghilangkan haid, dan membantu meningkatkan berat badan.

Mengapa beberapa orang tidak menyukainya: Penggunaannya tergantung kepada tenaga kesehatan

4. Implant

Mekanisme: Kontrasepsi implan menekan ovulasi, mengentalkan lendir serviks, menjadikan selaput rahim tipis dan atrofi, dan mengurangi transportasi sperma. Implan dimasukkan di bawah kulit dan dapat bertahan hingga 3-7 tahun, tergantung jenisnya.

Efektivitas: Pada umumnya, risiko kehamilan kurang dari 1 di antara 100 ibu dalam 1 tahun.

Keuntungan khusus bagi kesehatan: Mengurangi risiko penyakit radang paggul simptomatik. Dapat mengurangi risiko anemia defisiensi besi.

Efek samping: Perubahan pola haid (pada beberapa bulan pertama: haid sedikit dan singkat, haid tidak teratur lebih dari 8 hari, haid jarang, atau tidak haid; setelah setahun: haid sedikit dan singkat, haid tidak teratur, dan haid jarang), sakit kepala, pusing, perubahan suasana perasaan, perubahan berat badan, jerawat (dapat membaik atau memburuk), nyeri payudara, nyeri perut, dan mual.

Mengapa beberapa orang menyukainya: Tidak perlu melakukan apapun lagi untuk waktu yang lama setelah pemasangan, efektif mencegah kehamilan, dan tidak mengganggu hubungan seksual.

Mengapa beberapa orang tidak menyukainya: Perlu prosedur bedah yang harus dilakukan tenaga kesehatan terlatih.

5. AKDR/IUD

Mekanisme: Dalam Rahim AKDR dimasukkan ke dalam uterus. AKDR menghambat (AKDR) kemampuan sperma untuk masuk ke tuba falopii, mempengaruhi fertilisasi

sebelum ovum mencapai kavum uteri, mencegah sperma dan ovum bertemu, mencegah implantasi telur dalam uterus.

Efektivitas: Pada umumnya, risiko kehamilan kurang dari 1 di antara 100 ibu dalam 1 tahun. Efektivitas dapat bertahan lama, hingga 12 tahun.

Keuntungan khusus bagi kesehatan: Mengurangi risiko kanker endometrium.

Risiko bagi kesehatan: Dapat menyebabkan anemia bila cadangan besi ibu rendah sebelum pemasangan dan AKDR menyebabkan haid yang lebih banyak. Dapat menyebabkan penyakit radang panggul bila ibu sudah terinfeksi klamidia atau gonorea sebelum pemasangan.

Efek samping: Perubahan pola haid terutama dalam 3-6 bulan pertama (haid memanjang dan banyak, haid tidak teratur, dan nyeri haid).

Mengapa beberapa orang menyukainya: Efektif mencegah kehamilan, dapat digunakan untuk waktu yang lama, tidak ada biaya tambahan setelah pemasangan, tidak mempengaruhi menyusui, dan dapat langsung dipasang setelah persalinan atau keguguran.

Mengapa beberapa orang tidak menyukainya: Perlu prosedur pemasangan yang harus dilakukan tenaga kesehatan terlatih

DOKUMENTASI



Lampiran 11

LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI PASCA UJIAN SIDANG

Nama Mahasiswa : Angelina Br Sembiring
NIM : P17324221046
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. R 38 Tahun P4A1 Dengan Sisa Plasenta Dan Anemia Berat
Tanggal Ujian LTA : Senin, 24 Juni 2024
Penguji LTA : 1. Ina Handayani, S.ST., M.Keb
2. Ni Nyoman Sasnitiari, M.Keb
3. Fuadah Ashri Nurfurqoni, S.ST., M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Nama Penguji	TTD Penguji
1.	Jumat, 28 Juni 2024	Konsul revisi pasca sidang	ABSTRAK, BAB I, BAB II, BAB IV dan BAB V	Fuadah Ashri Nurfurqoni, S.ST., M.Keb	
2.	Senin, 01 Juli 2024	Konsul revisi pasca sidang	ACC LTA	Fuadah Ashri Nurfurqoni, S.ST., M.Keb	
3.	Senin, 1 Juli 2024	Konsul revisi pasca sidang	ACC LTA	Ina Handayani, S.ST., M.Keb	
4.	Senin, 1 Juli 2024	Konsul revisi pasca sidang	BAB I	Ni Nyoman Sasnitiari, M.Keb	
5.	Senin, 1 Juli 2024	Konsul revisi pasca sidang	ACC LTA	Ni Nyoman Sasnitiari, M.Keb	

