

## LAMPIRAN

### Lampiran 1

#### LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN LTA

Nama Mahasiswa : Ezia Mumtaza  
NIM : P17324221014  
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi pada NN. S  
usia 18 tahun dengan Menorrhagia.  
Dosen Pembimbing : Juariah, M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Ttd Mahasiswa	Ttd Pembimbing
1.	Rabu , 27 Maret 2024	Bimbingan LTA	Konsultasi Judul		
2.	Kamis, 28 Maret 2024	Bimbingan LTA	Konsultasi BAB IV		
3.	Rabu , 03 April 2024	Bimbingan LTA	Konsultasi BAB IV		
4.	Rabu, 08 Mei 2024	Bimbingan LTA	Konsultasi BAB IV		
5.	Senin, 13 Mei 2024	Bimbingan LTA	Perbaikan BAB IV		
6.	Selasa, 28 Mei 2024	Bimbingan LTA	Konsul BAB I dan Perbaiki BAB IV		

7.	Selasa, 04 Juni 2024	Bimbingan LTA	Perbaiki BAB I dan Konsultasi BAB II, III, V		
8.	Kamis, 06 Juni 2024	Bimbingan LTA	Perbaiki Bab II- V		
9.	Jumat, 07 Juni 2024	Bimbingan LTA	Konsultasi BAB II-V		
10.	Senin, 10 Juni 2024	Bimbingan LTA	Konsultasi BAB II, III, IV dan V		
11.	Rabu, 12 Juni 2024	Bimbingan LTA	Perbaiki BAB I - IV		
12.	Kamis, 13 Juni 2024	Bimbingan LTA	ACC		

## LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI PASCA UJIAN LTA

Nama Mahasiswa : Ezia Mumtaza  
NIM : P17324221014  
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi pada Nn. S usia 18 tahun dengan Menorrhagia di RSUD Leuwiliang  
Tanggal Ujian LTA : 21 Juni 2024  
Penguji LTA : 1. Dedes Fitria, M.Keb  
2. Titi Nurhayati, M.KM  
3. Juariah, M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Nama Penguji	Ttd Penguji
1.	Jum'at, 28 Juni 2024	Konsul Keseluruhan revisi pasca sidang LTA	Pebaiki Abstrak dan BAB V	Juariah, M.Keb	
2.	Senin, 01 Juli 2024	Konsul Keseluruhan LTA	ACC	Juariah, M.Keb	
3.	Selasa, 02 Juli 2024	Konsul Keseluruhan revisi pasca sidang LTA	Perbaiki BAB 4	Dedes Fitria, M.Keb	

4.	Selasa, 02 Juli 2024	Konsul Keseluruhan revisi pasca sidang LTA	ACC	Dedes Fitria, M.Keb	
5.	Selasa, 02 Juli 2024	Konsul Keseluruhan revisi pasca sidang LTA	ACC	Titi Nurhayati, M.KM	

**LEMBAR PERSETUJUAN  
PERSETUJUAN PASIEN**

**PERSETUJUAN PASIEN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : IDA MARIATI  
Usia : 40 th  
Hubungan dengan pasien : Keluarga  
Alamat : KP. BUNAR

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 : Sivi Sehartia  
Usia : 10 th  
Alamat : KP. BUNAR  
Diagnosa : NUS usia 18 tahun dengan Hiperplasia Endometrium

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 26 MARET .....2024

  
(..... Sivi Sehartia .....)



**LEMBAR PERSETUJUAN  
PEMBIMBING LAHAN**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ade Ria Rismayanti  
NIP : 198008122006042012  
Jabatan : CI Rawat Jalan  
Institusi : RSUD LEUWILANG

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : Esia Murtaza  
NIM : P17329221014

Unuk memberikan asuhan kebidanan sebagai bagian dri penyusunan Laporan

Tugas Akhir kepada pasien berikut:

Nama Pasien : Silvi Seharlia  
Alamat : KP. Bunar  
Diagnosa : Nhs Usia 18 tahun dengan Hiperplasia  
Endometrium

Demikian persetujuan ini saya berikan untk dapat digunakn sebagaimana mesinya.

Bogor, 26 Maret 2024

()

## Lampiran 5

### **Satuan Acara Penyuluhan ( SAP )**

Topik : Pentingnya tablet FE  
Sasaran : Nn. S  
Media penyuluhan : Leaflet  
Tempat : Rumah NN. S  
Tanggal : 22 April 2024  
Waktu : 15.00 WIB

#### 1. Tujuan umum

Setelah diberikan motivasi edukasi diharapkan klien mengerti dan memahami tentang pentingnya mengkonsumsi tablet fe

#### 2. Tujuan khusus

Setelah diberikan edukasi diharapkan klien mengerti tentang :

- a. Mengerti tentang pengertian tablet fe
- b. Mengerti tentang tujuan pemberian tablet fe
- c. Mengerti tentang tanda dan gejala anemia
- d. Mengerti tentang efek samping tablet fe
- e. Mengerti tentang cara mengkonsumsi tablet fe
- f. Mengerti tentang manfaat tablet fe

#### 3. Materi : Terlampir

#### 4. Metode : Diskusi dan tanya jawab

#### 5. Media : Materi

## 6. Jadwal Pelaksanaan

<b>No</b>	<b>Tahap</b>	<b>Waktu</b>	<b>Kegiatan Penyuluh</b>	<b>Kegiatan Peserta</b>
1.	Pembukaan	2 menit	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mengucapkan salam pembuka</li><li>2. Menjelaskan tujuan</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Menjawab salam</li><li>2. Memperhatikan</li></ol>
2.	Pembahasan	10 Menit	<ol style="list-style-type: none"><li>a. Mengerti tentang pengertian tablet fe</li><li>b. Mengerti tentang tujuan pemberian tablet fe</li><li>c. Mengerti tentang tanda dan gejala anemia</li><li>d. Mengerti tentang efek samping tablet fe</li><li>e. Mengerti tentang cara mengkonsumsi tablet fe</li><li>f. Mengerti tentang manfaat tablet fe</li></ol>	Memperhatikan dan mendengarkan penjelasan
3.	Penutup	3 Menit	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Diskusi</li><li>2. Salam Penutup</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tanya jawab</li><li>2. Menjawab Salam</li></ol>

## LAMPIRAN MATERI

### 1. Pengertian tablet fe

Tablet fe adalah suplemen mineral yang bermanfaat untuk mencegah anemia dan diperlukan oleh tubuh untuk pembentukan sel darah merah atau haemoglobin.

### 2. Tujuan pemberian tablet fe

Tujuan pemberian tablet fe adalah untuk meningkatkan kadar haemoglobin dalam darah dan untuk mempersiapkan kesehatan remaja putri sebelum menjadi seorang ibu.

### 3. Tanda dan gejala anemia

Tanda dan gejala anemia pada remaja adalah cepat lelah, sering pusing, muka tampak pucat, tampak letih dan lesu, konsentrasi hilang

### 4. Efek samping tablet fe

Efek samping pada saat pemberian tablet fe adalah terdapat gangguan gastrointestinal seperti mual, muntah, nyeri di ulu hati dan diare.

### 5. Cara mengkonsumsi tablet fe

Cara mengkonsumsi tablet fe adalah dianjurkan minum setiap hari 1 kali sehari dan diminum pada malam hari karena efek dari tablet fe dapat menimbulkan rasa mual dan diminum dengan vitamin c atau jus jeruk agak penyerapan tablet fe lebih maksimal serta dianjurkan untuk menghindari makan dan minum yang menghambat penyerapan seperti teh dan kopi.

### 6. Manfaat tablet fe

#### a. Mencegah anemia

Karena remaja putri rutin mengalami haid setiap bulannya sehingga tubuhnya rentan mengalami anemia. Kekurangan sel darah merah atau kadar haemoglobin dibawah ambang batas normal menyebabkan gejala anemia seperti tubuh lemas, tidak bugar dan mudah pingsan.

b. Menunjang fase tumbuh kembang

Remaja putri sedang memasuki fase tumbuh kembang yang pesat, sehingga tubuhnya membutuhkan zat besi lebih banyak.

c. Menjaga kemampuan berpikir

Untuk mempertahankan kemampuan daya berpikir, karena jika anemia akan kurang konsentrasi, mudah lupa dan mempengaruhi proses belajar disekolah.

d. Menjaga daya tahan tubuh

Untuk menjaga daya tahan tubuh dan membutuhkan imun kuat untuk melindungi tubuh dari berbagai penyakit.

## Lampiran 6

### **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Topik : Pola Hidup Sehat bagi Remaja  
Sasaran : Nn. S  
Media penyuluhan : WhatsApp  
Tanggal : 06 April 2024  
Waktu : 19.00 WIB

#### 1. Tujuan umum

Setelah diberikan motivasi edukasi diharapkan klien mengerti dan memahami tentang Pola Hidup Sehat bagi Remaja

#### 2. Tujuan khusus

Setelah diberikan edukasi diharapkan klien mengerti tentang :

- a. Mengerti tentang pengertian pola hidup sehat
- b. Mengerti tentang pola makan yang sehat
- c. Mengerti tentang pentingnya berolahraga
- d. Mengerti tentang bersikap dan berpikir positif

3. Materi : Terlampir

4. Metode : Ceramah dan tanya jawab

5. Media : Materi

## LAMPIRAN MATERI

### 1. Pengertian Pola Hidup Sehat

Pola hidup sehat adalah suatu gaya hidup dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan antara lain, makanan, olahraga dan berpikir positif. Selain dengan makanan yang sehat dan bergizi dan olahraga yang teratur, pola hidup ini juga harus dibarengi dengan cara berpikir positif dalam kehidupan sehari-hari.

### 2. Pola makan yang sehat

Makan yang sehat adalah makanan yang membutuhkan kadar gizi. Makan makanan yang cukup dan bergizi seimbang, berikut makanan yang sehat dikonsumsi, yaitu :

- a. Konsumsi buah-buahan
- b. Lebih banyak konsumsi sayur-sayuran
- c. Makan makanan yang rendah lemak, seperti mengganti makanan yang manis dengan gula rendah kalori dan mengganti susu yang rendah lemak.
- d. Makan makanan yang mengandung zat besi, seperti daging merah, kacang-kacangan, ikan.
- e. Minum minimal 8 gelas sehari setiap hari.
- f. Konsumsi tablet tambah darah untuk remaja putri terutama saat menjelang dan sesudah menstruasi untuk mencegah anemia

### 3. Pentingnya olahraga

Selain makanan, olahraga juga penting untuk menentukan tingkat kesehatan karena berolahraga akan meningkatkan daya tahan tubuh, sehingga jarang terkena penyakit. Beberapa manfaat olahraga yaitu, dapat melancarkan darah keotak untuk meningkatkan daya pikir dan daya ingat. Berolahraga secara teratur minimal 60 menit setiap hari.

### 4. Bersikap dan berpikir positif

Bersikap positif dalam kehidupan sehari-hari akan mendorong tubuh ke dalam hal positif. Berpikir positif juga dapat menenangkan hati sehingga dapat mengambil keputusan yang bijak, termasuk dalam memilih makanan dan minuman. Dengan tips

menerapkan pola hidup sehat antara lain, bergaul dengan teman yang positif, berkontribusi pada lingkungan seperti membantu kerja bakti atau menjadi relawan, menjaga hubungan baik dengan orang tua, kembangkan keseimbangan yang baik antara sekolah, pekerjaan, dan kehidupan sosial. Dengan melakukan hal ini, maka kualitas hidup pun bisa meningkat dan membawa pengaruh positif bagi lingkungan.