

LAMPIRAN

Lampiran 1

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) TEKNIK MENYUSUI, TANDA BAHAYA NIFAS DAN *SIBLING RIVARLY*

Pokok pembahasan	: Teknik menyusui yang benar, Tanda bahaya nifas dan <i>Sibling rivarly</i>
Sub pokok pembahasan	: Asuhan dan konseling nifas
Sasaran	: Ibu nifas
Waktu	: 10 menit
Tempat	: Poned Puskesmas Ciampea
Hari/Tanggal	: Rabu, 27 Maret 2024
Pemateri	: Nurhabibah Sapitri

A. Tujuan Instruktur Umum

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan sasaran dapat mengetahui tentang teknik menyusui yang benar, tanda bahaya masa nifas dan *sibling rivarly*

B. Tujuan Instruktur Khusus

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan sasaran dapat memahami tentang teknik menyusui yang benar, tanda bahaya masa nifas dan *sibling rivarly*

C. Metode

Metode yang digunakan adalah Ceramah dan Tanya Jawab

D. Media Penyuluhan

Leaflet dan buku KIA

E. Materi Penyuluhan

Terlampir

F. Kegiatan

No	Kegiatan	Waktu	Uraian Kegiatan	
			Penyuluh	Peserta
1.	Pembukaan	2 menit	a. Mengucapkan salam b. Menyampaikan tujuan penyuluhan	a. Menjawab salam b. Mendengarkan
2.	Penyuluhan	5 menit	a. Memberikan penjelasan tentang teknik menyusui yang benar b. Memberikan penjelasan tentang tanda bahaya nifas c. Memberikan penjelasan tentang <i>sibling rivalry</i>	a. Mendengarkan b. Menimak penjelasan dari pemateri
3.	Penutup	3 menit	a. Melakukan evaluasi b. Menyimpulkan materi penyuluhan c. Mengucapkan salam	a. Menjawab pertanyaan b. Menyimak kesimpulan c. Menjawab salam

G. Evaluasi

Untuk mengetahui sejauh mana pemahaman sasaran setelah diberikan penyuluhan maka diberikan pertanyaan :

1. Sebutkan teknik melepaskan hisapan bayi ?
2. Bagaimana cara menyendawakan bayi ?
3. Apa saja tanda bahaya dalam masa nifas ?
4. Sebutkan pengertian *sibling rivalry* ?
5. Bagaimana pencegahan *sibling rivalry* ?

Lampiran Materi

A. Teknik Menyusui yang Benar

Teknik menyusui adalah suatu cara pemberian ASI yang dilakukan oleh seorang ibu kepada bayinya, demi mencukupi kebutuhan nutrisi bayi tersebut. Posisi yang tepat bagi ibu untuk menyusui. Duduklah dengan posisi yang enak atau santai, pakailah kursi yang ada sandaran punggung dan lengan. Gunakan bantal untuk mengganjal bayi agar bayi tidak terlalu jauh dari payudara ibu.

1. Cara Memasukkan Puting Susu Ibu ke Mulut Bayi

Bila dimulai dengan payudara kanan, letakkan kepala bayi pada siku bagian dalam lengan kanan, badan bayi menghadap kebadan ibu. Lengan kiri bayi diletakkan diseputar pinggang ibu, tangan kanan ibu memegang pantat/paha kanan bayi, sangga payudara kanan ibu dengan empat jari tangan kiri, ibu jari di atasnya tetapi tidak menutupi bagian yang berwarna hitam (areola mammae), sentuhlah mulut bayi dengan puting payudara ibu, Tunggu sampai bayi membuka mulutnya lebar. Masukkan puting payudara secepatnya ke dalam mulut bayi sampai bagian yang berwarna hitam.

2. Teknik Melepaskan Hisapan Bayi Setelah selesai menyusui kurang lebih selama 10 menit, lepaskan hisapan bayi dengan cara:

- a. Masukkan jari kelingking ibu yang bersih kesudut mulut bayi
- b. Menekan dagu bayi ke bawah
- c. Dengan menutup lubang hidung bayi agar mulutnya membuka
- d. Jangan menarik puting susu untuk melepaskan.

3. Cara Menyendawakan Bayi Setelah Minum ASI Setelah bayi melepaskan hisapannya, sendawanya bayi sebelum menyusukan dengan payudara yang lainnya dengan cara:

- a. Sandarkan bayi dipundak ibu, tepuk punggungnya dengan pelan sampai bayi bersendawa
- b. Bayi ditelungkupkan dipangkuan ibu sambil digosok punggungnya.

4. Tanda-tanda Teknik Menyusui Sudah Baik dan Benar

- a. Bayi dalam keadaan tenang
- b. Mulut bayi terbuka lebar

- c. Bayi menempel betul pada ibu
- d. Mulut dan dagu bayi menempel pada payudara
- e. Sebagian besar areola mammae tertutup oleh mulut bayi
- f. Bayi nampak pelan-pelan menghisap dengan kuat
- g. Kuping dan lengan bayi berada pada satu garis.

B. Tanda bahaya nifas

1. 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).
2. Pengeluaran cairan vaginal dengan bau busuk yang menyengat.
3. Rasa nyeri di perut bagian bawah atau punggung.
4. Sakit kepala yang terus-menerus, nyeri epigastrik atau masalah penglihatan.
5. Pembengkakan pada wajah dan tangan, demam, muntah, rasa sakit sewaktu buang air seni atau merasa tidak enak badan.
6. Payudara memerah, panas, dan / atau sakit
7. Merasa sangat sedih atau tidak mampu mengurus diri sendiri atau bayi.

C. Sibling Rivalry

Sibling rivalry adalah kompetisi antara saudara kandung untuk mendapatkan cinta kasih, afeksi dan perhatian dari satu kedua orang tuanya, atau untuk mendapatkan pengakuan atau suatu yang lebih. Sibling rivalry adalah kecemburuan, persaingan dan pertengkaran antara saudara laki-laki dan saudara perempuan. Hal ini bisa terjadi pada semua orang tua yang mempunyai dua anak atau lebih.

Beberapa hal yang perlu diperhatikan orang tua untuk mengatasi sibling rivalry, sehingga anak dapat bergaul dengan baik, antara lain:

- a. Tidak membandingkan antara anak satu sama lain.
- b. Menyukai bakat dan keberhasilan anak-anak.
- c. Membuat anak-anak mampu bekerja sama daripada bersaing antara satu sama lain.

- d. Memberikan perhatian setiap waktu atau pola lain ketika konflik biasa terjadi.
- e. Bersikap adil sangat penting, tetapi disesuaikan dengan kebutuhan anak. Sehingga adil bagi anak satu dengan yang lain berbeda.

Daftar Pustaka:

Elisabeth Siwi Walyani, A., & Purwoastuti, E. S. (2019). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka baru.



Lampiran 2**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)****ANTISIPATORY GUIDANCE**

Pokok pembahasan	: Antisipatory Guidance
Sub pokok pembahasan	: Asuhan dan konseling nifas
Sasaran	: Ibu nifas
Waktu	: 10 menit
Tempat	: Poned Puskesmas Ciampea
Hari/Tanggal	: Kamis, 28 Maret 2024
Pemateri	: Nurhabibah Sapitri

A. Tujuan Instruktur Umum

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan sasaran dapat mengetahui tentang antisipatory guidance (gizi, vitamin A, kebersihan diri, istirahat, pemberian ASI, hubungan seksual dan KB, tanda-tanda bahaya)

B. Tujuan Instruktur Khusus

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan sasaran dapat memahami tentang, gizi, vitamin A, kebersihan diri, istirahat, pemberian ASI, hubungan seksual dan KB, tanda-tanda bahaya

C. Metode

Metode yang digunakan adalah Ceramah dan Tanya Jawab

D. Media Penyuluhan

Leaflet

E. Materi Penyuluhan

Terlampir

F. Kegiatan

No	Kegiatan	Waktu	Uraian Kegiatan	
			Penyuluh	Peserta
1.	Pembukaan	2 menit	a. Mengucapkan salam b. Menyampaikan tujuan	a. Menjawab salam

			penyuluhan	b. Mendengarkan
2.	Penyuluhan	5 menit	a. Memberikan penjelasan tentang antisipatory guidance(gizi,vitamin A, kebersihan diri, istirahat, pemberian ASI, hubungan seksual dan KB, tanda-tanda bahaya)	a. Mendengarkan b. Menyimak penjelasan dari pemateri
3.	Penutup	2 menit	a. Melakukan evaluasi b. Menyimpulkan materi penyuluhan c. Mengucapkan salam	a. Menjawab pertanyaan b. Menyimak kesimpulan c. Menjawab salam

G. Evaluasi

Untuk mengetahui sejauh mana pemahaman sasaran setelah diberikan penyuluhan maka diberikan pertanyaan :

1. Berapa liter ibu nifas minum air sehari ?
2. Tablet tambah darah sebaiknya tidak dimium bersamaan dengan ?
3. Bagaimana cara memberishkan area kemaluan ibu ?
4. Apa itu ASI Eksklusif ?
5. Sebutkan salah satu tanda bahay masa nifas ?

Lampiran Materi

1. Nutrisi

Ibu harus memenuhi kebutuhan akan gizi sebagai berikut:

- a. Mengonsumsi tambahan kalori, 500 kalori setiap hari
- b. Minum sedikitnya 3 liter setiap hari.
- c. Tablet zat besi harus di minum untuk menambah zat gizi setidaknya 40 hari pasca persalinan
- d. Minum kapsul vitamin A (200.000 unit) untuk memberi asupan vitamin A juga kepada bayinya, yaitu dengan melalui ASI

2. Kebersihan ibu dan bayi

a. Kebersihan ibu

Langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk menjaga kebersihan diri ibu nifas sebagai berikut:

- 1) Mengajarkan ibu cara membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air. Bersihkan area vulva terlebih dahulu, dari arah depan ke belakang kemudian membersihkan area sekitar anus.
- 2) Mengganti pembalut setidaknya dua kali sehari
- 3) Mencuci tangan terlebih dahulu dengan air dan sabun sebelum dan sesudah membersihkan daerah kemaluan ibu

b. Kebersihan bayi

- 1) Mencuci tangan terlebih dahulu sebelum memegang bayi
- 2) Setelah BAK dan BAB popok bayi harus segera diganti untuk menjaga bayi tetap bersih
- 3) Tali pusat perlu dibersihkan secara teratur jangan sampai lembab, tali pusat harus tetap kering dan bersih

3. Istirahat

- a. Istirahat 8 jam perhari untuk mencegah kelelahan yang berlebihan
- b. Lakukan kegiatan rumah tangga secara bertahap, tidur siang atau segera istirahat ketika bayi tidur
- c. Kurang istirahat memengaruhi ibu dalam beberapa hal (mengurangi produksi ASI, memperlambat involusi uterus, menyebabkan depresi dan ketidak mampuan untuk merawat bayinya dan dirinya sendiri)

4. Pemberian ASI

Untuk mendapatkan ASI yang banyak, sebaiknya ibu mengonsumsi sayuran hijau, minum sedikitnya 8 gelas sehari, banyak makan buah-buahan dan jangan stress. Semakin sering bayi disusui semakin banyak juga ASI diproduksi. Menyusui bayi setiap 2 jam sekali atau 12 kali sehari

5. Perawatan payudara

- a. Menjaga payudara tetap bersih dan kering
- b. Bila puting susu lecet, oleskan ASI yang keluar pada sekitar puting sampai areola setiap sebelum dan selesai menyusui
- c. Bila lecet sangat berat, dapat diistirahatkan selama 24 jam. ASI dikeluarkan dan diminumkan dengan menggunakan sendok
- d. Untuk hilangkan nyeri, dapat minum paracetamol 1 tablet setiap 4-6 jam

6. Keluarga berencana

- a. Idealnya pasangan harus menunggu sekurang-kurangnya 2 tahun sebelum ibu hamil kembali
- b. Biasanya wanita tidak akan menghasilkan telur atau ovulasi sebelum mendapatkan haid selama menyusui. Metode amenore laktasi dapat digunakan sebelum haid pertama kembali untuk mencegah kehamilan baru
- c. Jika ibu atau pasangan sudah memilih metode KB tertentu, sebaiknya dalam 2 minggu datang ke fasilitas kesehatan untuk mengetahui apakah metode tersebut cocok atau tidak

7. Tanda-tanda Bahaya

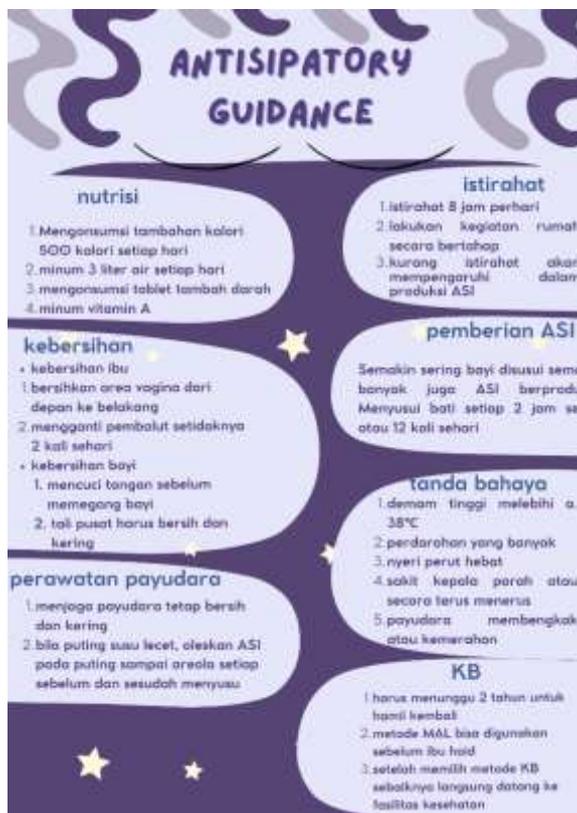
Tanda-tanda bahaya yang perlu diperhatikan pada masa nifas adalah:

- a. Demam tinggi melebihi 38°C
- b. Perdarahan vagina luar biasa/tiba-tiba bertambah banyak (lebih dari perdarahan haid biasa/bila memerlukan penggantian pembalut 2 kali dalam setengah jam disertai gumpalan darah yang besar-besar dan berbau busuk)
- c. Nyeri perut hebat
- d. Sakit kepala parah/terus menerus dan pandangan berkunang-kunang
- e. Payudara membengkak, kemerahan

- f. Kehilangan nafsu makan dalam waktu lama
- g. Depresi masa nifas

Daftar pustaka:

Asih, Yusari. (2021).Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui (Dilengkapi dengan Evidence Based Practice dan Daftar Tilik Asuhan Nifas).Jakarta: Trans Info Media.



Lampiran 3**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)****ASI EKSLUSIF DAN *SIBLING RIVARLY***

Pokok pembahasan	: Asi Eksklusif dan <i>Sibling Rivarly</i>
Sub pokok pembahasan	: Asuhan dan konseling nifas
Sasaran	: Ibu nifas
Waktu	: 10 menit
Tempat	: Rumah klien
Hari/Tanggal	: Sabtu, 30 Maret 2024
Pemateri	: Nurhabibah Sapitri

A. Tujuan Instruktur Umum

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan sasaran dapat mengetahui tentang ASI eksklusif dan *Sibling rivarly*

B. Tujuan Instruktur Khusus

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan sasaran dapat memahami tentang ASI eksklusif dan *Sibling rivarly*

C. Metode

Metode yang digunakan adalah Ceramah dan Tanya Jawab

D. Media Penyuluhan

Leaflet

E. Materi Penyuluhan

Terlampir

F. Kegiatan

No	Kegiatan	Waktu	Uraian Kegiatan	
			Penyuluh	Peserta
1.	Pembukaan	2 menit	a. Mengucapkan salam b. Menyampaikan tujuan penyuluhan	a. Menjawab salam b. Mendengarkan
2.	Penyuluhan	5 menit	a. Memberikan	a. Mendengarkan

			penjelasan tentang ASI Eksklusif b. Memberikan penjelasan tentang Sibling rivalry	b. Menyimak penjelasan dari pemateri
3.	Penutup	3 menit	a. Melakukan evaluasi b. Menyimpulkan materi penyuluhan c. Mengucapkan salam	a. Menjawab pertanyaan b. Menyimak kesimpulan c. Menjawab salam

G. Evaluasi

Untuk mengetahui sejauh mana pemahaman sasaran setelah diberikan penyuluhan maka diberikan pertanyaan :

1. Apa pengertian ASI Eksklusif ?
2. Sebutkan tanda bayi cukup ASI ?
3. Sebutkan ciri-ciri *sibling rivalry* ?

Lampiran materi

A. ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi tanpa makanan dan minuman pendamping, dapat dimulai sejak bayi baru lahir sampai dengan usia 6 bulan.

Tanda bayi cukup ASI:

1. Dari BAB:4-5 kali sehari
2. Dari BAK:6-8 popok bayi basah dalam 24 jam
3. Kondisi bayi saat menyusui akan berhenti untuk menelan sebentar lalu menghisap kembali
4. Bayi tenang dan santai setelah di susui
5. Berat badan naik

Ukuran lambung bayi:

1. Hari pertama lambung bayi sebesar kelereng (1-1,4 sendok teh)
2. Hari ke tiga lambung bayi sebesar bola pingpong (5-7 sendok teh)
3. Satu minggu lambung bayi sebesar telur ayam kampung (1/4 gelas)
4. Satu bulan lambung bayi sebesar telur angsa (1/2 gelas)

B. Sibling Rivalry

Sibling Rivalry muncul ketika selisih usia saudara kandung terlalu dekat, karena kehadiran adik di anggap berkurangnya perhatian orang tua.

Ciri-ciri sibling rivalry:

1. Berprilaku agresif:
 - a. Marah
 - b. Kesal
 - c. Cemburu
 - d. Benci
2. Tidak mau mengalah
3. Merasa iri dan mencari perhatian

Peran orang tua dalam mencegah sibling rivalry:

1. Ajak akan untuk saling mengungkapkan rasa sayang dan menanamkan rasa saling memiliki

2. Jangan membanding-bandingkan, namun hargai keunikan anak
3. Bersikap adil kepada setiap anak
4. Ajarkan anak untuk mengatasi konflik
5. Buatlah peraturan yang jelas untuk ditaati

Daftar Pustaka:

W, Elisabeth Siwi. (2019).Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Sari, Eka Puspita, dkk. (2021).Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Postnatal Care).Jakarta: Trans Info Media.



Lampiran 4**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)****KB PASCA SALIN**

Pokok pembahasan	: KB pasca salin
Sub pokok pembahasan	: Asuhan dan konseling nifas
Sasaran	: Ibu nifas
Waktu	: 10 menit
Tempat	: Rumah Klien
Hari/Tanggal	:
Pemateri	: Nurhabibah Sapitri

A. Tujuan Instruktur Umum

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan sasaran dapat mengetahui tentang pengertian dan macam-macam metode kontrasepsi pasca salin

B. Tujuan Instruktur Khusus

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan sasaran dapat memahami tentang pengertian dan macam-macam metode kontrasepsi pasca salin

C. Metode

Metode yang digunakan adalah Ceramah dan Tanya Jawab

D. Media Penyuluhan

Leaflet dan ABPK

E. Materi Penyuluhan

Terlampir

F. Kegiatan

No	Kegiatan	Waktu	Uraian Kegiatan	
			Penyuluh	Peserta
1.	Pembukaan	2 menit	a. Mengucapkan salam b. Menyampaikan tujuan penyuluhan	a. Menjawab salam b. Mendengarkan

2.	Penyuluhan	5 menit	a. Memberikan penjelasan tentang pengertian dan macam-macam kontasepsi pasca salin	a. Mendengarkan b. Menyimak penjelasan dari pemateri
3.	Penutup	3 menit	a. Melakukan evaluasi b. Menyimpulkan materi penyuluhan c. Mengucapkan salam	a. Menjawab pertanyaan b. Menyimak kesimpulan c. Menjawab salam

G. Evaluasi

Untuk mengetahui sejauh mana pemahaman sasaran setelah diberikan penyuluhan maka diberikan pertanyaan :

1. Apa pengertian kontrasepsi ?
2. Sebutkan macam-macam kontasepsi pasca salin ?

Lampiran materi

A. Pengertian kontrasepsi

Kontrasepsi adalah cara untuk menghindari/mencegah terjadinya kehamilan akibat penemuan akrobat penemuan antara sel telur yang matang dan sel sperma sehingga dapat mencegah terjadinya kehamilan.

B. Mecam-macam metode kontrasepsi pasca salin

1. Metode Amenore Laktasi (MAL)

MAL adalah metode kontrasepsi dengan cara memberikan ASI secara eksklusif, dengan syarat:

- a. Belum haid
- b. Menyusui secara penuh
- c. Kurang dari 6 bulan pasca salin

2. Mini Pil

- a. Hanya mengandung progesteron
- b. Tidak mengganggu produksi ASI
- c. Pemakaian 1 strip setiap sebulan

3. Suntik 3 Bulan

- a. Hanya mengandung progesteron
- b. Tidak mengganggu produksi ASI
- c. Masa pakai 3 bulan

4. MOW/MOP (Steril)

- a. Kontrasepsi dengan memotong atau mengikat saluran telur pada wanita atau saluran sperma pada pria melalui tindakan operasi kecil
- b. Bagi yang tidak ingin mempunyai anak lagi

5. Implan

- a. Hanya mengandung progesteron
- b. Tidak mengganggu produksi ASI
- c. Masa pakai sampai 3 tahun

6. AKDR/IUD

- a. Sangat aman dan efektif
- b. Dapat di cabut kapan saja
- c. Masa pakai sampai 10 tahun sesuai jenisnya

Daftar Pustaka:

Matahari Ratu, S., Putri, F. S., & Sugiharti, S. M. (2018). *Buku Ajar Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Ilmu.

KB PASCA SALIN

KB adalah cara untuk mengontrol/mencegah terjadinya kehamilan akibat pertemuan antara sel telur yang matang dengan sel sperma sehingga dapat mencegah terjadinya kehamilan.

1. Metode Amnion Laktasi (MAL)



Hal ini dapat menimbulkan efek di mana:
 a. Sel telur tidak dapat matang
 b. Tidak ada ovulasi
 c. Tidak ada sel telur yang dapat dibuahi

2. Pil KB



- Hanya mengandung progesteron
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Periode teratur/normal

3. Suntik 3 Bulan



- Hanya mengandung progesteron
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Masa pakai 3 bulan

4. MOW/MOP (Steril)



- Kontrasepsi dengan cara mengikat/membekatkan sel telur pada wanita atau saluran sperma pada pria melalui tindakan operasi kecil
- Alat yang tidak lagi mempunyai anak lagi

5. Implan/Susuk



- Tidak hanya progesteron
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Masa pakai sampai 5 tahun

6. AKDR (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim) IUD



- Dapat aman dan efektif
- Dapat di pakai sampai 5-10 tahun, sesuai jenisnya

Nurhabibah
Poltekkes kemenkes Bandung

Lampiran 5

Skor EPDS hari ke 6: 7 (normal)

(TERJEMAHAN) EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)

Bagaimana perasaan anda setelah melahirkan ?

Beri tanda silang (X) pada pernyataan di bawah ini yang paling sesuai dengan perasaan anda

No	Pernyataan
1.	Saya dapat tertawa bila melihat sesuatu yang lucu <input checked="" type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
2	Saya banyak mengerjakan banyak hal dengan senang <input checked="" type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
3	Saya menyalahkan diri saya sendiri apabila terjadi hal yang tidak menyenangkan <input type="radio"/> (a) Sering <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
4	Saya merasa khawatir dan cemas tanpa alasan yang jelas <input type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang <input checked="" type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
5	Saya merasa ketakutan dan panik tanpa alasan yang jelas <input type="radio"/> (a) Sering <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
6	Segala sesuatu terasa membebani 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 checked="" type="radio"/> (c) Hampir selalu saya merasa bisa mengatasi dengan baik <input type="radio"/> (d) Selalu saya bisa mengatasi sebaik biasanya
7	Saya merasa tidak bahagia sehingga sulit tidur <input type="radio"/> (a) hampir setiap hari <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
8	Saya merasa sedih dan jengkel tanpa alasan

1	(a) hampir setiap waktu <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
9	Saya merasa sangat tidak bahagia sehingga saya menangis <input type="radio"/> (a) hampir setiap waktu <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
10	Pernah ada pikiran putus asa <input checked="" type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang <input type="radio"/> (b) Kadang kadang <input checked="" type="radio"/> (d) tidak pernah

Cara penilaian EPDS

- Pertanyaan 1, 2 dan 4 : mendapatkan nilai 0,1,2 atau 3 dengan option a mendapatkan nilai 0 dan option paling bawah mendapatkan nilai 3.
- Pertanyaan 3,5 sampai dengan 10 merupakan penilaian terbalik, dengan option a mendapatkan nilai 3 dan option paling bawah mendapatkan nilai 0
- Pertanyaan 10 merupakan pertanyaan yang menunjukkan keinginan bunuh diri
- Nilai maksimal 30
- Kemungkinan depresi nilai 10 atau lebih

Lampiran 6

Skor EPDS hari ke 11: 4 (normal)

(TERJEMAHAN) EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)

Bagaimana perasaan anda setelah melahirkan ?

Beri tanda silang (X) pada pernyataan di bawah ini yang paling sesuai dengan perasaan anda

No	Pernyataan
1. 0	Saya dapat tertawa bila melihat sesuatu yang lucu <input checked="" type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
2 0	Saya banyak mengerjakan banyak hal dengan senang <input checked="" type="radio"/> (a) Sering (c) Jarang (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
3 0	Saya menyalahkan diri saya sendiri apabila terjadi hal yang tidak menyenangkan (a) Sering (c) Jarang (b) Kadang kadang <input checked="" type="radio"/> (d) tidak pernah
4 1	Saya merasa khawatir dan cemas tanpa alasan yang jelas (a) Sering (c) Jarang <input checked="" type="radio"/> (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
5 0	Saya merasa ketakutan dan panik tanpa alasan yang jelas (a) Sering (c) Jarang (b) Kadang kadang <input checked="" type="radio"/> (d) tidak pernah
6 0	Segala sesuatu terasa membebani saya sehingga : (a) Hampir selalu saya merasa tidak bersemangat (b) Kadang-kadang saya merasa tidak bisa mengatasi sebaik biasanya (c) Hampir selalu saya merasa bisa mengatasi dengan baik <input checked="" type="radio"/> (d) Selalu saya bisa mengatasi sebaik biasanya
7 1	Saya merasa tidak bahagia sehingga sulit tidur (a) hampir setiap hari <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
8 1	Saya merasa sedih dan jengkel tanpa alasan (a) hampir setiap waktu (b) Kadang kadang <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang (d) tidak pernah
9 1	Saya merasa sangat tidak bahagia sehingga saya menangis (a) hampir setiap waktu <input checked="" type="radio"/> (c) Jarang (b) Kadang kadang (d) tidak pernah
10 0	Pernah ada pikiran putus asa (a) Sering (c) Jarang (b) Kadang kadang <input checked="" type="radio"/> (d) tidak pernah

Cara penilaian EPDS

- Pertanyaan 1, 2 dan 4 : mendapatkan nilai 0,1,2 atau 3 dengan option a mendapatkan nilai 0 dan option paling bawah mendapatkan nilai 3.
- Pertanyaan 3,5 sampai dengan 10 merupakan penilaian terbalik, dengan option a mendapatkan nilai 3 dan option paling bawah mendapatkan nilai 0
- Pertanyaan 10 merupakan pertanyaan yang menunjukkan keinginan bunuh diri
- Nilai maksimal 30
- Kemungkinan depresi nilai 10 atau lebih

Lampiran 7

PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hilda Fauziah, SST
 NIP : 199206242024212005
 Jabatan : Bidan pelaksana
 Institusi : Puskesmas Ciampes

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : Muthabibah Sapitri
 NIM : P17324221024

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

Nama Pasien : NY. N
 Alamat : KP. Cibanteng Seru 2/4
 Diagnosa : NY-N usia 32 tahun P3A0
 Post partum 4 (Jem Normal)

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakn sebagaimana mesinya.

Bogor, 27 Maret2024



Lampiran 8

PERSETUJUAN PASIEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nurlia
 Usia : 32 tahun
 Hubungan dengan pasien : Saya Sendiri
 Alamat : KP. Cibanteng Setu 3/4

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 : Nurlia
 Usia : 32 tahun
 Alamat : KP. Cibanteng Setu 3/4.
 Diagnosa : Mg.N Usia 32 tahun P3A0 Post Partum
4 jam dengan keadaan baik.

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 27- Maret2024


 (.....NURLIA.....)

Lampiran 9

LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN LTA

Nama Mahasiswa : Nurhabibah Sapitri

NIM : P17324221024

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Nifas Pada Ny.N usia 32 tahun P3A0
dengan gangguan Psikologis di Puskesmas Ciampea

Dosen Pembimbing : Ina Handayani, S.ST M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Ttd Mahasiswa	Ttd Pembimbing
1.	Kamis, 28-03-2024	Konsultasi kasus LTA	Siapkan pengkajian awal pada ibu		
2.	Jum'at, 29-03-2024	Konsultasi SOAP pengkajian awal	<ul style="list-style-type: none"> • Gali tentang kondisi rumah ibu • Susun bahan edukasi 		
3.	Sabtu, 30-03-2024	Konsultasi SOAP pengkajian 3 hari	Gali tentang keluhan ibu		
4.	Kamis, 18-04-2024	Konsultasi BAB I	Sambung kata-kata antar paragraf		
5.	Jum;at, 03-05-2024	Konsultasi BAB IV	<ul style="list-style-type: none"> • Baca lagi daftar tilik • Perbaiki layout 		
6.	Rabu, 15-05-2024	Konsultasi BAB III	Gunakan pengkajian yang sfesifik		
7.	Jum'at, 17-05-2024	Konsultasi revisi BAB II dan III	<ul style="list-style-type: none"> • Tambahkan materi laktasi • Tambahkan SOAP 		

			asuhan nifas		
8.	Rabu, 29-05- 2024	Konsultasi revisi BAB II	<ul style="list-style-type: none"> Beri nomor halaman Layout diperbaiki 	B/f	
9.	Sabtu, 04-06- 2024	Konsultasi revisi BAB I, II, III dan IV	<ul style="list-style-type: none"> Perbaikin BAB IV Perbaiki layout 	B/f	
10.	Jum'at 07-06- 2024	<ul style="list-style-type: none"> Konsultasi revisi BAB I,II,III,IV Konsultasi BAB V dan VI 	<ul style="list-style-type: none"> Perbaiki kata-kata Buat Kesimpulan pengkajian awal saja Masukkan ke dalam BAB V semua pengkajian awal 	B/f	
11.	Rabu, 12-06- 2024	<ul style="list-style-type: none"> Konsultasi Revisi BAB I-VI Konsultasi Abstrak dan SAP 	<ul style="list-style-type: none"> Perbaiki kata-kata abstrak Perbaiki kata kata yang tidak benar 	B/f	
12.	Kamis, 13-06- 2024	<ul style="list-style-type: none"> Konsultasi revisi BAB I-VI, Abstrak dan Lampiran 	ACC	B/f	

Lampiran 10

LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI PASCA UJIAN SIDANG LTA

Nama Mahasiswa : Nurhabibah Sapitri
 NIM : P17324221024
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Nifas Pada Ny.N Usia 32 tahun P3A0
 di Puskesmas Ciampea Kabupaten Bogor
 Tanggal Ujian LTA : Rabu, 19 Juni 2024
 Penguji LTA : 1. Juariah, M.Keb
 2. Eva Sri Rahayu, M.Keb
 3. Ina Handayani, S.ST. M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Ttd Mahasiawa	Nama Penguji	Ttd Penguji
1.	Jum'at 21-06- 2024	Perbaikan LTA	<ul style="list-style-type: none"> • Kaitkan stress dengan depresi postpartum • Perbaiki Abstrak • Perbaiki Bab I dan BAB V 	<i>BN</i>	Ina Handayani	
2.	Senin 24-06- 2024	Perbaikan BAB I	ACC	<i>BN</i>	Ina Handayani	
3.	Selasa 25-06- 2024	Perbaikan LTA	ACC	<i>BN</i>	Eva Sri Rahayu	

4.	Jumat 28-06- 2024	Perbaikan LTA	ACC	<i>BM</i>	Juariah	<i>Juariah</i>
----	-------------------------	------------------	-----	-----------	---------	----------------