

## LAMPIRAN

### Lampiran 1

#### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik bahasan	: Keluarga Berencana dan Kontrasepsi
Hari, tanggal	: Sabtu, 6 April 2024
Waktu	: 10 Menit
Sasaran	: Ny. T dan suami
Tempat	: Rumah Pasien
Penyuluhan	: Annisa Dwi Septiani

#### A. Tujuan

##### 1. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan ini, diharapkan pasangan suami istri mengetahui dan memahami tentang alat kontrasepsi.

##### 2. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan ini, diharapkan pasangan suami istri mengetahui dan memahami tentang :

- a. Pengetian dan tujuan Keluarga Berencana
- b. Macam-macam alat kontrasepsi pasca keguguran
- c. Kekurangan dan kelebihan masing-masing alat kontrasepsi
- d. Cara pemilihan alat kontrasepsi yang tepat pasca keguguran

#### B. Metode

Diskusi dan tanya jawab

#### C. Media

Leaflet

#### D. Materi

Terlampir

#### E. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Kegiatan Penyuluh	Kegiatan Audiens
1.	Persiapan	a. Mengucapkan salam b. Memperkenalkan diri	a. Menjawab salam b. Mendengarkan

---

2.	Pelaksanaan	Menyampaikan Materi	a. Memperhatikan
		a. Pengetian alat kontrasepsi	b. Mendengarkan
		b. Macam-macam alat kontrasepsi	
		c. Kekurangan dan kelebihan masing-masing alat kontrasepsi	
		d. Cara pemilihan alat kontrasepsi yang tepat	

---

3.	Penutup	a. Evaluasi	a. Bertanya
		b. Menyimpulkan	b. Menjawab
		c. Merencanakan kembali penyuluhan berikutnya	c. Mendengarkan
		d. Salam penutup	d. Menjawab salam

---

#### **F. Evaluasi**

Mengajukan pertanyaan dan meminta kembali kepada peserta untuk menyampaikan ringkasan apa yang mereka pahami dari penyuluhan tentang:

1. Pengetian dan tujuan Keluarga Berencana
2. Macam-macam alat kontrasepsi pasca keguguran
3. Kekurangan dan kelebihan masing-masing alat kontrasepsi
4. Cara pemilihan alat kontrasepsi yang tepat pasca keguguran

#### **G. Daftar Pustaka**

Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Nasional Asuhan Pasca Keguguran Yang Komprehensif. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020).

**MATERI**  
**KELUARGA BERENCANA DAN KONTRASEPSI**  
**PASCAKEGUGURAN**

**A. Pengertian Keluarga dan Kontrasepsi**

Keluarga berencana dan alat kontrasepsi adalah tujuan agar pasangan usia subur dapat merencanakan kapan ia ingin hamil ataupun tidak, sekaligus mencegah kehamilan yang tidak diinginkan. Secara umum, kehamilan bisa terjadi saat ada pertemuan antara sperma dari pria dengan sel telur yang ada di rahim wanita. Alat kontrasepsi digunakan untuk mencegah hal tersebut.

**B. Tujuan Alat Kontrasepsi Pasca Keguguran**

WHO merekomendasikan jarak kehamilan setelah keguguran adalah 6 bulan untuk mengurangi risiko bahaya bagi ibu dan janinnya. Setelah keguguran, ovulasi dapat kembali paling cepat delapan hari setelahnya—kadang-kadang lebih awal—dan dapat menyebabkan kehamilan jika pasien berhubungan seksual lagi.

**C. Jenis dan cara kerja kontrasepsi**

Semua metode kontrasepsi aman digunakan setelah keguguran tanpa komplikasi, asalkan tidak memiliki kondisi medis lain yang menjadi kontraindikasi untuk metode kontrasepsi tertentu.

**1. KB Pil**

Pil KB menghentikan pembuahan dan implantasi janin di rahim. Pil KB dapat mencegah ovulasi dan mengentalkan lendir di leher rahim (serviks), yang menghalangi sperma untuk mencapai sel telur. Pil KB juga menipiskan dinding rahim yang telah dibuahi sehingga tidak dapat berkembang.

Pil KB bisa dikonsumsi kapan saja. Namun, untuk berjaga-jaga, gunakan kondom atau hindari berhubungan intim selama 7 hari pertama. Usahakan mengonsumsi pil KB pada waktu yang sama setiap

harinya. Jika lupa mengonsumsi pil KB, segera konsumsi pil yang terlewat.

Kelebihan KB ini adalah dapat melancarkan menstruasi, kesuburan dapat kembali dengan cepat setelah kontrasepsi dihentikan, dan tidak memerlukan alat tertentu. Kekurangan Pil yaitu tidak dapat mencegah penyakit menular seksual dan dapat menimbulkan efek samping, seperti naiknya tekanan darah, pembekuan darah, dan keluarnya bercak darah.

## 2. Kontrasepsi injeksi

Metode KB suntik dilakukan dengan menyuntikkan cairan yang mengandung hormon kepada seorang wanita secara berkala. Setelah disuntikkan, cairan yang mengandung hormon akan masuk ke dalam tubuh dan secara bertahap akan diserap oleh tubuh untuk mencegah kehamilan.

Kelebihan pada kontrasepsi suntik yaitu Sangat efektif dan hanya perlu dilakukan setiap 1-3 bulan dan kekurangannya bisa menyebabkan perubahan pada siklus menstruasi, dapat menyebabkan peningkatan berat badan dan bisa memakan waktu beberapa bulan untuk kesuburan kembali.

## 3. Implant

Salah satu metode kontrasepsi yang digunakan untuk mencegah kehamilan adalah KB implan. Hormon progesteron yang terkandung dalam jenis KB ini memiliki tabung yang menyerupai korek api. Tempatkan di area lengan atas, di jaringan bawah kulit. Dengan melepaskan hormon progesteron ke dalam aliran darah, KB implan dapat mencegah kehamilan. Hormon tersebut selanjutnya dapat mencegah kehamilan dengan menghentikan lepasnya sel telur atau ovulasi, menebalkan lendir di leher rahim, dan meningkatkan ketebalan lapisan rahim.

Kelebihan pada kontrasepsi implan sangat efektif dengan tingkat kegagalan, dan bertahan hingga 3 tahun, untuk kekurangannya yaitu siklus menstruasi menjadi tidak teratur dan dapat terjadi perubahan pola badan.

#### 4. AKDR

Pemasangan IUD atau intrauterine device, yang juga disebut, alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR), adalah metode kontrasepsi yang reversible, efektif sampai jangka panjang, dan dapat digunakan pada semua perempuan usia reproduktif. Terdapat 2 jenis IUD yang beredar, yaitu IUD hormonal yang berisi levonorgestrel, dan IUD non-hormonal yang berisi tembaga (Copper T). Kedua jenis IUD tersebut memiliki efektivitas yang sama dalam mencegah kehamilan, namun masa efektivitasnya berbeda-beda. IUD dapat efektif sampai 3-10 tahun setelah pemasangan, tergantung jenis dan kandungan IUD yang dipilih. IUD hormonal bekerja dengan cara menghambat penebalan endometrium dan menebalkan konsistensi mukus serviks. Sementara IUD Non hormonal bekerja dengan menebalkan lendir dan menghalangi jalan masuk sperma.

IUD bisa dipasang segera setelah keguguran jika tidak ada infeksi atau perdarahan berat. Kekurangan pada kontrasepsi IUD ini dapat menyebabkan perdarahan atau nyeri menstruasi yang lebih berat.

#### 5. Kondom

Kondom adalah alat kontrasepsi yang banyak dipilih. Secara efektif, penggunaan kondom dapat mencegah kehamilan dan melindungi tubuh dari penyakit menular seksual (PMS). Apabila digunakan dengan benar, kondom pria memiliki tingkat keberhasilan sekitar 98% dalam mencegah kehamilan. Alat kontrasepsi ini memiliki kemampuan untuk mencegah sperma memasuki vagina dan mengakses sel telur.

Kelebihan kontrasepsi kondom yaitu dapat melindungi dari Infeksi Menular Seksual dan mudah didapat. Kekurangannya efektivitasnya lebih rendah dibandingkan metode lain jika tidak digunakan dengan benar dan bisa mengganggu spontanitas hubungan seksual.

## Lampiran 2

### SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik bahasan	: Kebutuhan Nutrisi
Hari, tanggal	: Sabtu, 6 April 2024
Waktu	: 10 Menit
Sasaran	: Ny. T dan suami
Tempat	: Rumah Pasien
Penyuluhan	: Annisa Dwi Septiani

#### A. Tujuan

##### 1. Tujuan Umum

Setelah dilakukan penyuluhan pasien dan keluarga mampu mengetahui nutrisi yang baik bagi ibu pasca abortus untuk mempercepat pemulihan fisik dan emosional.

##### 2. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan ini, diharapkan pasangan suami istri mengetahui dan memahami tentang :

- a. Menjelaskan mengenai pengertian kebutuhan nutrisi
- b. Mengetahui nutrisi yang diperlukan
- c. Mengetahui penting nya nutrisi pasaca abortus
- d. Mengatahui dampak kekurangan nutrisi

#### B. Metode

Diskusi dan tanya jawab

#### C. Media

Leaflet

#### D. Materi

Terlampir

#### E. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Kegiatan Penyuluh	Kegiatan Audiens
1.	Persiapan	a. Mengucapkan salam b. Memperkenalkan diri	a. Menjawab salam b. Mendengarkan

---

2.	Pelaksanaan	Menyampaikan Materi	a. Memperhatikan
		a. Menjelaskan pengertian nutrisi	b. Mendengarkan
		b. Menjelaskan nutrisi yang diperlukan	
		c. Menjelaskan pentingnya nutrisi pasca abortus	
		d. Menjelaskan dampak kekurangan nutrisi	

---

3.	Penutup	a. Evaluasi	a. Bertanya
		b. Menyimpulkan	b. Menjawab
		c. Merencanakan kembali penyuluhan berikutnya	c. Mendengarkan
		d. Salam penutup	d. Menjawab salam

---

#### **F. Evaluasi**

Mengajukan pertanyaan dan meminta kembali kepada peserta untuk menyampaikan ringkasan apa yang mereka pahami dari penyuluhan tentang:

1. Apa saja nutrisi yang diperlukan pasca abortus ?
2. Apa dampak jika kekurangan nutrisi ?

## **MATERI**

### **KEBUTUHAN NUTRISI**

#### **A. Pengertian Kebutuhan Nutrisi**

Kebutuhan nutrisi merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan dan untuk Pemulihan nutrisi yang baik bagi ibu pasca abortus sangat penting untuk mempercepat pemulihan fisik dan emosional. Tubuh memerlukan makanan untuk mempertahankan kelangsungan fungsinya. Kebutuhan nutrisi ini diperlukan sepanjang kehidupan manusia, namun jumlah nutrisi yang diperlukan tiap orang berbeda sesuai dengan karakteristik, seperti jenis kelamin, usia, aktivitas, dan lain-lain.

#### **B. Nutrisi yang diperlukan**

##### **1. Vitamin B12**

Vitamin B12 Penting bagi pembentukan sel darah merah dan fungsi sistem saraf pusat. Tubuh membutuhkan sekitar 2,4 mcg. Di masa kehamilan dibutuhkan kira-kira 2,6 meg, dan pada saat menyusui 2,8 mcg. Banyak terdapat pada makanan laut, seperti kerang, kepiting, tuna, dan sarden, serta dari telur, ayam, ikan salmon, daging sapi, dan susu.

##### **2. Omega 3**

Bermanfaat dalam pengembangan struktur otak dan mendukung kesehatan jantung. Banyak terkandung dalam ikan bilis, herring, mackerel, tuna, dan salmon.

##### **3. Kalsium**

Kalsium untuk memperkuat struktur tulang guna menopang tubuh. Wanita usia subur disarankan untuk mengonsumsi kalsium antara 1.000-1.300 mg per harinya. Sumber kalsium yang terkenal adalah susu, juga bisa diperoleh dari bayam, brokoli, salmon, dan almond.

##### **4. Zat besi**

Wanita usia subur sangat dianjurkan mengonsumsi zat besi agar terhindar dari anemia. Risiko ibu hamil dengan anemia adalah bayi lahir prematur, perdarahan, dan kurangnya oksigen untuk ibu. Daging, tuna, salmon,

tiram, hati, dan bayam merupakan sumber zat besi yang mudah Anda peroleh sehari-hari. Jangan lupa tambahkan pula bahan makanan sumber vitamin C untuk mempermudah penyerapan zat besi dalam pencernaan.

### **C. Pentingnya Nutrisi PascaAbortus**

Pasca abortus, tubuh seorang wanita mengalami berbagai perubahan fisik dan hormon yang memerlukan pemulihan. Nutrisi yang baik membantu:

- 1) Mempercepat pemulihan jaringan yang rusak.
- 2) Mengembalikan kadar zat besi dan mencegah anemia.
- 3) Meningkatkan sistem kekebalan tubuh.
- 4) Menstabilkan suasana hati dan mendukung kesehatan mental.

### **D. Dampak Kekurangan Nutrisi PascaAbortus**

Kekurangan nutrisi pada ibu pasca abortus dapat memiliki berbagai dampak negatif pada kesehatan fisik dan mental yaitu kehilangan darah selama abortus dapat mengurangi kadar zat besi dalam tubuh yang dapat menyebabkan anemia, penurunan sistem kekebalan tubuh dan berdampak pada depresi dan kecemasan.

## Lampiran 3

## Kuesioner Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)

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

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

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

#### Cara Menggunakan EPDS.

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

#### Cara Skoring 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

Skor : 9

## Lampiran 4

## PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : NOURMA MIRA R  
 NIP : 198603172024122007  
 Jabatan :  
 Institusi : RSUD CIAWI

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : ANNISA OWI SEPTIANI  
 NIM : P1329221043

Unuk memberikan asuhan kebidanan sebagai bagian dri penyusunan Laporan

Tugas Akhir kepada pasien berikut:

Nama Pasien : Ny. TUTI  
 Alamat : Desa Cipatan KEC. CIAWI  
 Diagnosa : Ny. T. Usia 33 Tahun GIBRAs hamu  
 20 minggu dengan Abortus Inkomplet

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakn sebagaimana mesinya.

Bogor, 27 Maret .....2024



## Lampiran 5

## PERSETUJUAN PASIEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : JAENAL ABIDIN  
 Usia : 34 tahun  
 Hubungan dengan pasien : Suami  
 Alamat : KP. PONDOK MENTENG RT 04/02

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 : Euzi Alawiyah  
 Usia : 33 tahun  
 Alamat : KP. PONDOK MENTENG RT 04/02  
 Diagnosa : NY.1 USIA 33 Tahun G2P1A0 Hamil 20 minggu dengan Abortus Inkomplet

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 27 ~~MARET~~ MARET 2024

  
 (..... JAENAL ABIDIN .....) )

## Lampiran 6

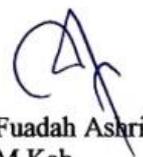
**LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI BIMBINGAN LTA**

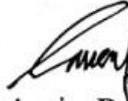
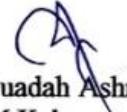
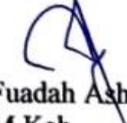
Nama Mahasiswa : Annisa Dwi Septiani

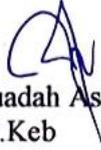
NIM : P17324221947

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Ny. T 33 Tahun Hamil 20 Minggu  
Dengan Abortus Inkomplit Di RSUD Ciawi

Dosen Pembimbing : Fuadah Ashri Nurfurqoni, M.Keb

No	Hari/Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Ttd Mahasiswa	Ttd Pembimbing
1	Selasa, 19 Maret 2024	Bimbingan Persiapan LTA	Sistematika pembuatan LTA	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
2	Rabu, 27 Maret 2024	Konsultasi judul LTA	ACC Judul dan Lanjutkan Asuhan	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
3	Sabtu, 30 Maret 2024	Konsultasi BAB IV SOAP	Lengkapi data subjektif dan objektif	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
4.	Kamis, 04 April 2024	Konsultasi BAB IV SOAP	Lengkapi Data	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb

5.	Sabtu, 06 April 2024	Konsultasi BAB IV SOAP	Perbaiki dan lengkapi data penatalaksanaan	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
6.	Selasa, 21 Mei 2024	Konsultasi BAB IV SOAP	Perbaiki dan lengkapi data kasus	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
7.	Senin, 3 Juni 2024	Konsultasi BAB I, II, III dan IV	Perbaiki BAB I dan II	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
8.	Selasa, 4 juni 2024	Konsultasi BAB I, II, III dan IV	Perbaiki BAB I, II dan IV	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
9.	Senin, 10 Juni 2024	Konsul Keseluruhan LTA	Perbaiki Keseluruhan LTA	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
10.	Kamis, 13 Juni 2024	Konsul Keseluruhan LTA	Perbaiki Abstrak	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
11.	Minggu 16 Juni 2024	Konsul Keseluruhan LTA	Perbaiki sesuai Pedoman	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb

12.	Rabu 19 Juni 202	Konsul Keseluruhan LTA	ACC, Daftar Sidang	 Annisa D.S	 Fuadah Ashri N, M.Keb
-----	---------------------	------------------------------	-----------------------	--	---

## Lampiran 7

**Lembar Kegiatan Konsultasi  
Pasca Ujian Sidang LTA**

Nama Mahasiswa : Annisa Dwi Septiani  
 NIM : P17324221047  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Ny. T 33 Tahun Hamil 20 Minggu  
 Dengan Abortus Inkomplit Di RSUD Ciawi  
 Tanggal Ujian LTA : 24 Juni 2024  
 Penguji LTA : 1. Elin Supliyani, M.Keb  
 2. Maya Astuti, M.Keb  
 3. Fuadah Ashri Nurfurqoni, M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekeomendasi	Nama Penguji	Ttd Penguji
1.	Kamis, 27 Juni 2024	Konsul Revisi Pasca Sidang	ACC	Fuadah Ashri N, M.Keb	
2.	Jumat, 28 Juni 2024	Konsul Revisi Pasca Sidang	ACC	Elin Supliyani, M.Keb	
3.	Sabtu, 29 Juni 2024	Konsul Revisi Pasca Sidang	Perbaiki Latar Belakang dan BAB V penulisan perlu dicek kembali	Maya Astuti, M.Keb	
4.	Selasa, 02 Juli 2024	Konsul Revisi Pasca Sidang	ACC	Maya Astuti, M.Keb	