Lampiran 1

LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN LTA

Nama Mahasiswa : Serly Tazkia Maulidya Putri
NIM : P17324219029
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. S usia 34 tahun P2A0 dengan puting susu lecet Di Praktik Mandiri Bidan W Kota Bogor
Dosen Pembimbing : Sinta Nuryati,M.Keb

NO	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	TTD Mahasiswa	TTD Pembimbing
1.	Selasa, 15 Maret 2022	Mengajukan judul	ACC	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
2.	Jum'at, 18 Maret 2022	Konsultasi BAB IV	Perbaiki BAB IV	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
3.	Senin, 21 Maret 2022	Konsultasi BAB IV dan BAB II	Perbaiki dan lengkapi BAB IV dan BAB II	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
4.	Rabu, 23 Maret 2022	Bimbingan BAB IV, konsultasi BAB II	Perbaiki dan lengkapi BAB IV dan BAB II	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
5.	Kamis, 07 April 2022	Bimbingan BAB IV, konsultasi BAB II	Perbaiki dan lengkapi BAB IV dan BAB II	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
6.	Senin, 25 April 2022	Bimbingan BAB III	Perbaiki BAB II dan IV	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
7.	Rabu, 27 April 2022	Biimbingan BAB II dan IV	Perbaiki BAB I dan lengkapi BAB II	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb

8.	Senin, 09 Mei 2022	Bimbingan BAB I dan II	Lengkapi BAB II	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
9.	Kamis, 12 Mei 2022	Bimbingan BAB I-IV	Lengkapi BAB IV dan Perbaiki BAB I dan II	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
10	Rabu, 18 Mei 2022	Bimbingan BAB I-IV	Lengkapi BAB IV dan Perbaiki BAB I dan III	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
11	Senin, 23 Mei 2022	Bimbingan BAB I-V	Revisi judul, latar belakang, revisi bab 2	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
12	Senin, 30 Mei 2022	Bimbingan BAB I dan BAB V	Perbaiki BAB I dan BAB V	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
13	Selasa, 31 Mei 2022	Bimbingan BAB I dan V	Perbaiki BAB I dan V	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb
14	Kamis, 02 Juni 2022	Bimbingan BAB I dan V	Perbaiki BAB V	Serly Tazkia Maulidya Putri	Sinta Nuryati, M.Keb

Lampiran 2

LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI

PASCA UJIAN SIDANG LTA

Nama Mahasiswa : Serly Tazkia Maulidya Putri
NIM : P17324219029
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny. S usia 34 tahun P2A0 dengan puting susu lecet Di Praktik Mandiri Bidan W Kota Bogor
Tanggal Ujian LTA : Kamis, 09 Juni 2022
Penguji LTA : Elin Supliyani, M. Keb
Fuadah Ashri N, M. Keb
Sinta Nuryati, M. Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Nama Penguji	Ttd Penguji
1.	Rabu, 15 Juni 2022	Konsultasi Pasca Sidang	Revisi Abstrak dan BAB I	Sinta Nuryati, M. Keb	
2.	Kamis, 16 Juni 2022	Konsultasi Pasca Sidang	Revisi Abstrak	Sinta Nuryati, M. Keb	
3.	Jum'at, 17 Juni 2022	Konsultasi Pasca Sidang	ACC Penguji 3	Sinta Nuryati, M. Keb	
4.	Senin , 20 Juni 2022	Konsultasi Pasca Sidang	Revisi BAB I dan BAB IV	Elin Supliyani, M. Keb	
5.	Rabu, 22 Juni 2022	Konsultasi Pasca Sidang	ACC Penguji 1	Elin Supliyani, M. Keb	
6.	Kamis, 23 Juni 2022	Konsultasi Pasca Sidang	ACC Penguji 2	Fuadah Ashri N, M. Keb	

Lampiran 3

PERSETUJUAN PASIEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rizki Ramdani

Usia : 35 tahun

Hubungan dengan pasien : suami/ ayah/ ibu*

Alamat : Semplak kaum 3/2

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 : Sri Hoeriah

Usia : 31 tahun

Alamat : Semplak kaum 3/2

Diagnosa : Ny S usia 31 tahun P2A0 dengan Puting Susu lecet di PMB Bidan W Kota Bogor.

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, ... 20...

(.....)

Lampiran 4

PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Bd. Mia R.A Widana, Amd. Keb ss.

NIP : -

Jabatan : Bidan

Institusi : PMB Bidan Wati K Widana

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : Serly Taztia Maulidya Putri

NIM : P17324219029

Untuk memberikan asuhan kebidanan sebagai bagian dari penyusunan Laporan TugasAkhir kepada pasien berikut ini:

NamaPasien : My. S

Usia : 34 tahun

Alamat : Semplak kaum 3/2

Diagnosa : My S usia 34 tahun Pzto dengan Puting Susu Lecet di PMB Bidan W Kota Bogor

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, ... 20...

Bidan Hj. Wati K. Widana, AMd.Keb.
SIP No : 19461227/SIPB.V/2018/114
Jln. Raya Semplak No. 220 Bogor

(Bd. Mia RA Widana, Amd.Keb.SS)

Lampiran 5

SATUAN ACARA PENYULUHAN

(SAP)

Topik	: Pendidikan Kesehatan Ibu Nifas
Subtopik	: Cara Perawatan Payudara
Sasaran	: Ny.S
Tempat	: Rumah Ny.S
Waktu	: Jum'at 18 Maret 2022
Pemateri	: Serly Tazkia Maulidya Putri

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

   Ibu mengetahui dan mengerti langkah perawatan payudara pada ibu nifas

2. Tujuan Khusus

   Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan ibu dapat menjelaskan kembali :

   a. Pengertian perawatan payudara

   b. Tujuan perawatan payudara

   c. Manfaat perawatan payudara

   d. Alat yang digunakan dalam perawatan payudara

   e. Cara perawatan payudara pada ibu nifas

B. Metode

1. Diskusi

2. Tanya jawab

C. Media

   Power point, Laptop

D. Materi

1. Pengertian perawatan payudara
2. Tujuan perawatan payudara
3. Manfaat perawatan payudara
4. Alat yang digunakan dalam perawatan payudara
5. Cara perawatan payudara

E. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan	
			Penyuluhan	Peserta
1.	Pembukaan	1 Menit	a. Mengucapkan salam pembuka b. Menjelaskan pokok pembahasan dan tujuan penyuluhan	1. Menjawab salam 2. Memperhatikan
2.	Pembahasan	5 Menit	Menjelaskan tentang: a. Pengertian perawatan payudara b. Tujuan perawatan payudara c. Manfaat perawatan payudara d. Alat yang digunakan dalam perawatan payudara e. Cara perawatan payudara	Memperhatikan dan mendengarkan
3.	Evaluasi	3 Menit	Menanyakan kepada klien tentang materi yang telah disampaikan	Menjawab pertanyaan

4.	Penutup	1 Menit	a. Mengucapkan terima kasih b. Mengucapkan salam	Mendengarkan dan menjawab salam

F. Evaluasi

Peserta dapat menjawab pertanyaan yang diberikan penyaji

G. Daftar Pustaka

Huliana mellyna,A.Md.keb, 2010. Perawatan Ibu Pasca Melahirkan. Jakarta : Penerbit buku Puspa swara.

Marliandiani, dan Nyna, 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas* dan Menyusui.Jakarta: Salemba Medika.

H. Lampiran Materi

MATERI PENYULUHAN

PERAWATAN PAYUDARA

1. Pengertian perawatan payudara

   Perawatan payudara adalah suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu keluar dengan lancar.

2. Tujuan perawatan payudara

   Perawatan yang dilakukan terhadap payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI, untuk menjaga kebersihan payudara sehingga terhindar dari infeksi, untuk mengenyalkan puting susu supaya tidak mudah lecet, untuk menonjolkan puting susu, menjaga bentuk buah dada tetap bagus, dan untuk mengetahui adanya kelainan.

3. Manfaat perawatan payudara

   Perawatan payudara hendaknya dilakukan sedini mungkin selama kehamilan dalam upaya mempersiapkan bentuk dan fungsi payudara sebelum ibu menyusu bayinya kelak. Berikut ini perawatan payudara banyak manfaat, antara lain:

   a. Menjaga kebersihan payudara terutama kebersihan puting susu.

b. Melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga memudahkan bayi untuk menyusu.
c. Merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI banyak dan lancar.
d. Dapat mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya.
e. Mempersiapkan mental (psikis) ibu untuk menyusui.

4. Alat yang digunakan dalam perawatan payudara

   a. Handuk
   b. Kapas secukupnya
   c. Baby oil atau secukupnya
   d. Waslap
   e. 2 baskom (masing-masing berisi air hangat dan air dingin)

5. Cara perawatan payudara pada ibu hamil

   Langkah-langkah pengurutan payudara

   1) Pengurutan pertama

      Terdiri dari empat gerakan yang dilakukan pada kedua payudara selama lima menit. Berikut tahap-tahap yang dilakukan pada pengurutan pertama

      a. Licinkan kedua tangan dengan minyak
      b. Tempatkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara
      c. Lakukan pengurutan, dimulai kearah atas, lalu telapak tangan kiri kearah sisi kiri dan telapak tangan kanan ke arah sisi kanan
      d. Lakukan terus pengurutan ke bawah / ke samping. Selanjutnya, pengurutan melintang. Telapak tangan mengurut ke depan, lalu kedua tangan dilepas dari payudara
      e. Ulang gerakan 20-30 kali tiap satu payudara

   2) Pengurutan kedua

      Sokong payudara dengan satu tangan, sedangkan tangan lain

mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah tepi ke arah puting susu. Lakukan gerakan ini sekitar 30 kali.

3) Pengurutan ketiga

Sokong payudara kiri dengan tangan kiri, kemudian dua atau tiga jari tangan kanan membuat gerakan memutar sambil menekan mulai dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu. Lakukan tahap yang sama pada payudara kanan. Lakukan dua kali gerakan pada setiap payudara.

f. Pengompresan

Lakukan tahap pengompresan. Sebelumnya, siapkan alat berupa dua buah wadah/baskom kecil yang masing-masing diisi dengan air hangat dan air dingin serta dua buah waslap. Selanjutnya, kompres kedua payudara dengan waslap hangat selama dua menit, lalu ganti dengan kompres waslap dingin selama satu menit. Kompres bergantian selama tiga kali berturut-turut dan akhiri dengan kompres air hangat

Lampiran 6

SATUAN ACARA PENYULUHAN

(SAP)

Topik	: Asuhan Bayi Baru Lahir
Subtopik	: Perawatan Bayi Baru Lahir
Sasaran	: Ny.S
Tempat	: Rumah Ny.S
Waktu	: Senin 21 Maret 2022
Pemateri	: Serly Tazkia Maulidya Putri

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

   Ibu mengerti dan dapat menjelaskan kembali serta mampu melakukan perawatan bayi baru lahir

2. Tujuan Khusus

   Pada akhir pertemuan,peserta dapat:

   a. Setelah diberikan penyuluhan, peserta diharapkan mampu:
   b. Menjelaskan kembali macam-macam perawatan bayi baru lahir
   c. Menjelaskan kembali pengertian memandikan bayi
   d. Menjelaskan kembali tujuan memandikan bayi
   e. Menjelaskan kembali cara memandikan bayi
   f. Menjelaskan kembali pengertian perawatan tali pusat
   g. Menjelaskan kembali tujuan perawatan tali pusat
   h. Menjelaskan kembali cara perawatan tali pusat

B. Metode

1. Diskusi
2. Tanya jawab

C. Media

Buku KIA, Power point, Laptop

D. Materi

1. Macam-macam perawatan bayi baru lahir

2. Pengertian memandikan bayi
3. Tujuan memandikan bayi
4. Cara memandikan bayi
5. Pengertian perawatan tali pusat
6. Tujuan perawatan tali pusat
7. Cara perawatan tali pusat

E. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan	
			Penyuluhan	Peserta
1.	Pembukaan	1 Menit	a. Mengucapkan salam pembuka b. Menjelaskan pokok pembahasan dan tujuan penyuluhan	3. Menjawab salam 4. Memperhatikan
2.	Pembahasan	5 Menit	Menjelaskan tentang: a. Macam-macam perawatan bayi baru lahir b. Pengertian memandikan bayi c. Tujuan memandikan bayi d. Cara memandikan bayi e. Pengertian perawatan tali pusat f. Tujuan perawatan tali pusat g. Cara perawatan tali pusat	Memperhatikan dan mendengarkan

3.	Evaluasi	3 Menit	Menanyakan kepada klien tentang materi yang telah disampaikan	Menjawab pertanyaan
4.	Penutup	1 Menit	a. Mengucapkan terima kasih b. Mengucapkan salam	Mendengarkan dan menjawab salam

F. Evaluasi

1. Ibu dapat menjelaskan kembali materi tentang macam-macam perawatan bayu baru lahir
2. Ibu dapat menyebutkan tujuan memandikan bayi
3. Ibu dapat menyebutkan tujuan perawatan tali pusat

G. Daftar Pustaka

1. Departemen Kesehatan Direktorat Jenderal Bina Kesehata Masyarakat, (2004), Buku Acuan Asuhan Persalinan Normal, Jakarta: Departemen Kesehatan.
2. M. Fraser, Diane, (2009), Myles Buku Ajar Bidan, Jakarta:EGC.
3. Najwani, Ida Rachmawati. 2011. Infeksi Tali Pusat Bayi Baru Lahir.
4. Varney, Helen, (2009), Buku Ajar Asuhan Kebidanan, Jakrta: EGC.
5. Sarwono, Prawirohardjo, (2010), Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
6. Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal.

H. Lampiran Materi

MATERI PENYULUHAN

PERAWATAN BAYI BARU LAHIR

1. Memandikan Bayi
   a. Pengertian

      Memandikan bayi yang benar adalah cara membersihkan tubuh bayi dengan air dengan cara menyiram, merendam diri dalam air (Choirunisa, 2009).

b. Persiapan

1) Mencuci tangan kemudian dikeringkan.
2) Mempersiapkan alat-alat:
   a) Termometer
   b) Pakaian bayi lengkap (baju, popok, kain bedong, kaos kaki, sarung tangan dan topi)
   c) Handuk
   d) Sabun bayi
   e) Waslap 2 buah
   f) Shampoo bayi (yang tidak pedih di mata)
   g) Baby oil, baby lotion, baby cologne
   h) Bedak
   i) Minyak telon
   j) Kassa
   k) Kapas mata (dibasahi dengan air matang
   l) Sisir
   m) Kom sedang 2
   n) Cotton buds
   o) Bak mandi
   p) Air panas

c. Penatalaksanaan

1) Mengisi air dingin ke dalam bak mandi bayi kira-kira 10-15 cm dari dasar bak mandi, kemudian tambahkan air panas hingga hangat-hangat kuku (cek dengan siku).
2) Mengalas tempat tidur/ meja dengan handuk atau meletakkan handuk pada dada.
3) Mengatur pakaian bayi yang bersih sesuai dengan urutan. (bedong, baju bayi, popok, topi, kaos kaki, kaos tangan).
4) Mengukur suhu tubuh bayi, dengan meletakkan termometer di ketiak bayi.
5) Apabila bayi dengan suhu tubuh rendah, tunda untuk memandikan bayi sampai suhu tubuh stabil.

6) Membuka pakaian bayi sambil memeriksa apakah bayi BAK/BAB, kemudian bayi dibedong.
7) Membasahi rambut bayi kemudian diberi shampo yang tidak pedih di mata.
8) Bilas rambut bayi hingga bersih, lalu keringkan dengan handuk (membilas bisa dilakukan dengan membawa bayi mendekati bak kemudian dibilas, atau dapat dibilas saat bayi dimandikan).
9) Membersihkan mata bayi dengan kapas mata yang sudah dibasahi dengan air matang dari arah luar ke dalam.
10) Membersihkan hidung dan telinga bayi dengan cotton buds.
11) Membersihkan mulut bayi dengan kassa yang diberi air hangat dengan gerakan memutar.
12) Membersihkan muka dan telinga bayi dengan menggunakan waslap, keringkan dengan handuk.
13) Membersihkan daerah kemaluan dan bokong dengan kapas yang diberi air hangat, dengan arah dari depan ke belakang lalu kapas dibuang (jangan menggunakan kapas bolak balik). Pada bayi laki-laki bagian ujungnya ditarik dan dibersihkan. Bersihkan sampai bersih untuk menghindari ruam popok.
14) Membuka kain bedong, basahi tubuh bayi dengan waslap, kemudian menyabuni tubuh bayi dengan urutan tubuh, paha, kaki, kedua lengan bagian depan dan belakang, lalu miringkan bayi dan menyabuni tubuh bagian belakang.
15) Membersihkan tubuh bayi dari sabun dengan menggunakan waslap hingga bersih.
16) Gendong bayi ke dalam bak mandi dengan cara pegangi bayi sedemikian rupa sehingga lengan kiri ibu berada di bawah tengkuknya dan jari-jari tangan kiri mencengkeram disekitar ketiak.

17) Bersihkan tubuh dalam bak mandi daerah leher, tengkuk, telinga luar, tubuh bayi serta lipatan-lipatan tubuh secara hati-hati.
18) Tengkurapkan bayi dengan hati-hati dan bersihkan anggota tubuh bagian belakang. Setelah bersih terlentangkan kembali.
19) Mengangkat bayi dan selimuti dengan handuk, keringkan tubuh bayi secara perlahan-lahan dengan cara menekan-nekan handuk pada tubuh bayi.
20) Rawat tubuh bayi dengan baby lotion pada kaki, tangan dan beri minyak telon sekitar perut, dada dan punggung, serta beri baby lotion pada daerah lengan dan kaki. Bila tali pusat belum lepas, bungkus tali pusat dengan kassa steril kering.
21) Setelah dikeringkan, bayi dapat diberi bedak. Cara membedaki yang benar adalah dengan menggunakan baby cream dan dioleskan terutama pada lipatan daerah paha saja dan bokong, karena jika bagian mulut genital diberi bedak maka dapat menyebabkan infeksi bila bedak tersebut masuk kedalam urethra/vagina, selain itu dapat menyumbat saluran kencing pada bayi laki-laki
22) Kenakan baju bayi dimulai popok, baju bayi, kaos kaki, kaos tangan, dan bungkus bayi dengan bedong.
23) Sisiri bayi, beri bedak tipis-tipis dan jangan terkena mata atau hidung, lalu beri topi, lalu tidurkan bayi pada tempat yang aman.
24) Rapikan/bereskan peralatan yang telah digunakan.
25) Cuci tangan lalu dikeringkan

2. Perawatan Tali Pusat
   a. Pengertian

      Perawatan adalah proses perbuatan, cara merawat, pemeliharaan, penyelenggaraan. Hal yang paling terpenting dalam membersihkan tali pusat adalah memastikan tali pusat dan area disekelilingnya

selalu bersih dan kering, selalu mencuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun sebelum membersihkan tali pusat. Selama tali pusat belum puput, sebaiknya bayi tidak dimandikan dengan cara dicelupkan ke dalam air. Cukup diusap saja dengan kain yang direndam air hangat. (Endang, 2010).

b. Tujuan Perawatan Tali Pusat

Tujuan perawatan tali pusat adalah untuk mencegah terjadinya penyakit tetanus pada bayi baru lahir. Penyakit ini disebabkan karena masuknya spora kuman tetanus kedalam tubuh melalui tali pusat, baik dari alat yang tidak steril, pemakaian obatobatan, bubuk atau daun-daunan yang ditaburkan ke tali pusat sehingga dapat mengakibatkan infeksi (Wiknjosastro, 2006). Menyatakan bahwa tujuan merawat tali pusat adalah untuk mencegah terjadinya penyakit tetanus pada bayi baru lahir,sehingga tali pusat tetap bersih, kuman-kuman tidak masuk sehingga tidak terjadi infeksi pada tali pusat bayi. Penyakit tetanus ini disebabkan oleh Clostridium tetani yaitu kuman yang mengeluarkan toksin (racun), yang masuk melalui luka tali pusat karena perawatan atau tindakan yang kurang bersih (Saifuddin, 2002).

c. Cara Perawatan Tali Pusat

Perawatan tali pusat merupakan salah satu perawatan neonatus terutama pada dua minggu pertama kehidupan. Ibu harus menjaga tali pusat tetap bersih dan kering sampai akhirnya terlepas (Shelov, 2004).

Cara perawatan tali pusat:

1) Perawatan Tali Pusat Kering
   a) Siapkan alat-alat
   b) Cuci tangan sebelum dan sesudah merawat tali pusat.
   c) Tali pusat dibersihkan dengan kain kasa. Pembersihan tali pusat bayi yang telah dipotong yaitu : dari bagian tali pusat yang dipotong ke arah pusar dengan gerakan satu arah.

Indikasinya agar bagian yang dipotong tidak terkena kotoran dari pusar.

d) Setelah bersih, tali pusat dibungkus dengan kain kasa steril kering.

e) Setelah tali pusat terlepas/puput, pusat tetap diberi kasa steril.

f) Cara perawatan tali pusat kering adalah membungkus tali pusat dengan kasa dan mengkondisikan tali pusat tetap kering. Jika tali pusat berbau diberi gentian violet (Marjono, 2007)

d. Tanda infeksi pada tali pusat

1) Bernanah

Kondisi ini bisa muncul jika kurang benar dalam merawat tali pusat, seperti menggunakan bahan tidak steril dan menggunakan ramuan yang dibubuhkan di tali pusat sehingga kuman mudah tumbuh dan berkembangbiak.

2) Bau Tidak Sedap

Bau Tidak sedap muncul pada tali pusat menandakan bahwa tali pusat terinfeksi. Lalu tali pusat akan bernanah dan berlendir. Selain itu juga ditandai dengan kemerahan di sekitar pusar.

3) Tidak Banyak Menangis

Bayi yang terinfeksi umumnya tidak banyak menangis sebaliknya banyak tidur. Gejala ini ditandai dengan bayi malas minum, demam dan yang paling parah sampai terjadi kejan

Lampiran 7

SATUAN ACARA PENYULUHAN

(SAP)

Topik	: Asuhan Masa Nifas dan Menyusui
Subtopik	: KB Pada Ibu Menyusui
Sasaran	: Ny.S
Tempat	: Rumah Ny.S
Waktu	: Jum'at 25 Maret 2022
Pemateri	: Serly Tazkia Maulidya Putri

A. Tujuan
   1. Tujuan Umum

      Ibu mengetahui macam-macam metode kontrasepsi yang dapat digunakan pada ibu menyusui
   2. Tujuan Khusus

      Pada akhir pertemuan,peserta dapat:
      a. Mengetahui pengertian KB
      b. Mengatahui manfaat KB
      c. Mengetahui macam-macam metode alat kontrasepsi
      d. Dapat melakukan perencanaan untuk menggunakan KB

B. Metode
   1. Diskusi
   2. Tanya jawab

C. Media

   Buku KIA, Power point, Laptop

D. Materi
   1. Pengertian dan manfaat KB
   2. Macam-macam metode alat kontrasepsi

E. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan	
			Penyuluhan	Peserta
1.	Pembukaan	1 Menit	a. Mengucapkan salam pembuka b. Menjelaskan pokok pembahasan dan tujuan penyuluhan	5. Menjawab salam 6. Memperhatikan
2.	Pembahasan	5 Menit	a. Menjelaskan tentang pengertian dan manfaat KB b. Menjelaskan macam-macam metode KB	Memperhatikan dan mendengarkan
3.	Evaluasi	3 Menit	Menanyakan kepada klien tentang materi yang telah disampaikan	Menjawab pertanyaan
4.	Penutup	1 Menit	a. Mengucapkan terima kasih b. Mengucapkan salam	Mendengarkan dan menjawab salam

F. Evaluasi

1. Ibu dapat menjelaskan kembali materi tentang pengertian dan manfaat KB
2. Ibu dapat menyebutkan macam-macam metode kontrasepsi
3. Ibu dapat menentukan metode kontrasepsi yang cocok bagi dirinya.

G. Daftar Pustaka

Manuaba, 2009, Buku Acuan Pelayanan Maternal Neonatal dan Keluarga Berencana.

Balai Saifuddin, AB, 2010, Buku Panduan Praktis Pelayanan Konmtrasepsi YBP. Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.

Sundquist, K, 2010, Kontrasepsi Apa Yang Terbaik Untuk Anda, Arcan, Jakarta. Pustaka, Jakarta.

H. Lampiran Materi

KELUARGA BERENCANA

1. Pengertian Keluarga Berencana

   Keluarga berencana adalah salah satu usaha untuk mencapai kesejahteraan dengan jalan memberikan nasehat perkawinan, pengobatan kemandulan dan penjarangan kehamilan, atau salah satu usaha untuk membantu keluarga termasuk individu merencanakan kehidupan berkeluarga dengan baik sehingga dapat mencapai keluarga berkualitas.

2. Manfaat Keluarga Berencana

   a. Perbaikan kesehatan badan ibu
   b. Adanya waktu yang cukup untuk mengasuh anak-anaak, beristirahat, dan menikmati waktu luang serta melakukan kegiatan-kegiatan lain.
   c. Perkembangan fisik, mental dan sosial anak lebih sempurna.
   d. Perencanan kesempatan pendidikan yang lebih baik.

3. Macam-Macam Metode Kontrasepsi

   a. Metode Amenore Laktasi (MAL) adalah kontrasepsi yang mengandalkan pemberian air susu ibu (ASI). MAL sebagai kontrasepsi bila:
      1. Menyusui secara penuh
      2. Belum haid
      3. Umur bayi kurang dari 6 bulan

Cara kerja: Penundaan/penekanan ovulasi.

Keuntungan kontrasepsi:

1. Efektivitas tinggi
2. Tidak mengganggu senggama
3. Tidak ada efek samping secara sistemik
4. Tidak perlu obat atau alat
5. Tanpa biaya

Keterbatasan:

1. Perlu persiapan sejak perawatan kehamilan agar segera menyusui dalam 30 menit pasca persalinan.
2. Tidak melindungi terhadap IMS.

Cara pemakaian:

1. Bayi disusui menurut kebutuhan bayi (ngeksel).
2. Biarkan bayi menghisap sampai melepaskan sendiri hisapannya.
3. Susui bayi anda juga pada malam hari, karena menyusu pada waktu malam membantu mempertahankan kecukupan kebutuhan ASI.
4. Bayi terus disusukan walau ibu atau bayi sedang sakit.
5. Ketika mendapat haid pertanda ibu sudah subur kembali dan harus segera mulai metode KB lainnya.

b. PIL. Cocok untuk ibu menyusui, tidak menurunkan produksi ASI, dapat digunakan sebagai kontrasepsi darurat. Efek samping: gangguan perdarahan (perdarahan bercak atau perdarahan tidak teratur)

Cara kerja:

1. Menekan ovulasi.
2. Rahim tidak bisa menerima hasil pembuahan.
3. Mengentalkan lendir servik.
4. Mengganggu transportasi sperma.

Keuntungan:

1. Tidak mengganggu hubungan seksual.

2. Tidak mempengaruhi ASI.
3. Kesuburan cepat kembali.
4. Dapat dihentukan setiap saat.

Keterbatasan:

1. Mengganggu siklus haid.
2. Peningkatan atau penurunan berat badan.
3. Harus digunakan setiap hari dan pada waktu yang sama.
4. Bila lupa 1 pil saja kegagalan menjadi lebih besar.
5. Payudara menjadi tegang, mual, pusing, jerawat.

Cara pemakaian:

1. Mulai hari pertama sampai hari kelima siklus haid.
2. Diminum setiap hari pada saat yang sama.
3. Bila lupa 1 atau 2 pil minumlah segera pil yang terlupa dan gunakan metode pelindung sampai akhir bulan.
4. Bila tidak haid, mulailah paket baru 1 hari setelah paket terakhir.

c. Suntik Progestin. Sangat efektif dan aman. Dapat dipakai oleh semua perempuan dalam usia reprroduksi. Kembalinya kesuburan lebih lambat, rata-rata 4 bulan. Cocok untuk masa menyusui, karena tidak menekan produksi ASI.

Cara kerja :

1. Mencegah ovulasi.
2. Mengentalkan lendir servik.
3. Menghambat transportasi sperma.

Keuntungan :

1. Sangat efektif
2. Tidak berpengaruh pada hubungan suami istri
3. Dapat digunakan oleh perempuan usia lebih dari 35 tahun sampai pre menopause
4. Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan gangguan pembekuan darah

Keterbatasan :

1. Gangguan siklus haid
2. Tidak dapat dihentikan sewaktu-waktu sebelum suntikan berikutnya
3. Pada penggunaan jangka panjang dapat menimbulkan kekeringan pada vagina, menurunkan libido, gangguan emosi (jarang), sakit kepala, jerawat

Cara pemakaian :

1. Setiaap saat selama siklus haid, asal tidak sedang hamil
2. Mulai hari pertama sampai hari ke tujuh siklus haid
3. Selama 7 hari setelah suntikan pertama tidak boleh melakukan hubungan seksual
4. Kontrasepsi suntikan DMPA diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntik IM dalam didaerah pantat. suntikan diberikan setiap 90 hari

d. Kontrasepsi IMPLAN Efektif selama 5 tahun, untuk Norplant, 3 tahun untuk Jadena, Indoplant, dan Implanon. Dapat dipakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi. Pemasangan dan pencabutan perlu pelatihan. Kesuburan segera kembali setelah implant di cabut. Aman dipakai saat laktasi.

Cara Kerja:

1. Lendir serviks menjadi kental
2. Menganggu proses pembentukan endometrium sehingga sulit terjadi implantasi.
3. Mengurangi transportasi sperma.
4. Menekan ovulasi

Keuntungan:

1. Daya guna tinggi, perlindungan jangka panjang (sampai 5 tahun)
2. Pengembalian tingkat kesuburan cepat setelah pencabutan.
3. Tidak memerlukan pemeriksaan dalam
4. Bebas pengaruh estrogen

5. Tidak mengganggu senggama
6. Tidak mengganggu produksi ASI
7. Dapat dicabut setiap saat sesuai kebutuhan

Keterbatasan:

1. Pada kebanyakan klien dapat menyebabkan perubahan pola haid berupa perdarahan bercak (spotting), hipermenorhea, atau meningkatnya jumlah darah haid, serta amenorhea.
2. Timbul keluhan-keluhan seperti: nyeri kepala, nyeri dada, perasaan mual, pening/ pusing kepala, peningkatan/ penurunan berat badan.
3. Membutuhkan tindak pembedahan minor.

Cara Pemakaian:

1. Setiap saat selama siklus haid hari ke-2 sampai hari ke-7, atau 6 minggu sampai 6 bulan pasca persalinan, pasca keguguran.
2. Bila klien menggunakan kontrasepsi hormonal atau AKDR dan ingin menggantinya dengan implant, insersi dapat dilakukan setiap saat.
3. Daerah pemasangan atau insersi pada lengan kiri atas bagian dalam (sub kutan).
4. Daerah insersi harus tetap kering dan bersih selama 48 jam pertama (untuk mencegah infeksi pada luka insisi)
5. Balutan penekan tetap ditinggalkan selama 48 jam, sedangkan plester dipertahankan hingga luka sembuh (biasanya 5 hari)
6. Setelah luka sembuh daerah tersebut dapat disentuh dan dicuci dengan tekanan wajar.
7. Bila ditenmukan adanya tanda-tanda infeksi seperti demam peradangan, atau bila ada rasa sakit menetap selama beberapa hari, segera kembali ke klinik.
8. Setelah masa pemakaian habis, implan harus segera dilepas.

e. Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR). Sangat efektif, reversibel, dan berjangka panjang. Haid menjadi lebih lama dan lebih banyak Pemasangan dan pencabutan memerlukan pelatihan

Dapat dipakai oleh semua perempuan usia reproduksi Tidak boleh dipakai oleh wanita yang terpapar Infeksi Menular Seksual. Ada beberapa jenis : CuT-380A, NOVA-T, Lípez Loops.

Cara Kerja :

1. Menghambat kemampuan sperma untuk masuk ke tuba fallopi.
2. Mempengaruhi fertilitas sebelum ovum mencapai kavum uteri.
3. Mencegah sperma dan ovum bertemu atau membuat sperma sulit masuk ke dalam alat reproduksi perempuan dan mengurang kemampuan sperma untuk fertilisasi
4. Memungkinkan untuk mencegah implantasi telur dalam uterus

Keuntungan :

1. Efektifitas tinggi (0,6-0,8 kehamilan/ 100 wanita dalam 1 tahun pertama, 1 kegagalan dalam 125-170 kehamilan).
2. Metode jangka panjang (10 tahun proteksi dari CuT-380A dan tidak perlu diganti).
3. Tidak mempengaruhi hububungan seksual, dan meningkatkan kenyamanan seksual karena tidak perlu takut untuk hamil.
4. Tidak mempengaruhi kualitas dan produksi ASI.
5. Dapat dipasang segera setelah melahirkan dan sesudah abortus (apabila tidak terjadi infeksi)
6. Dapat digunakan sampai menoupouse (1 tahun atau lebih setelah haid terakhir).
7. Tidak ada interaksi dengan obat-obat.

Kerugian :

1. Efek samping yang umum terjadi : perubahan siklus haid (umumnya pada 3 bulan pertama dan akan berkurang setelah 3 bulan), haid lebih lama dan banyak, perdarahan spooting antar menstruasi, saat haid lebih sakit.
2. Komplikasi lain : merasakan sakit dan kejang selama 3-5 hari setelah pemasangan perforasi dinding uterus, perdarahan berat pada waktu haid yang memungkinkan penyebab anemia.

3. Tidak mencegah IMS termasuk HIV/AIDS.
4. Tidak baik digunakan pada perempuan dengan IMS atau perempuan yang sering berganti-ganti pasangan. Cara Pemakaian : 1) Setiap waktu dalam siklus haid, dan dipastikan klien tidak hamil. 2) Hari pertama sampai ke-7 siklus haid. 3) Segera setelah melahirkan (4 minggu pasca persalinan) dan setelah 6 bulan dengan metode MAL. 4) Setelah abortus (bila tidak ada gejala infeksi)
5. Selama 1-5 hari setelah senggama yang tidak dilindungi
6. AKDR dipasang di dalam rahim.
7. Kembali memeriksakan diri setelah 4-6 minggu setelah pemasangan.
8. Selama bulan pertama pemakaian AKDR, periksa benang secara rutin terutama setelah haid.
9. Segera kembali ke klinik apabila: tidak dapat meraba benang AKDR, merasakan bagian yang keras dari AKDR, AKDR terlepas, siklus haid terganggu atau meleset, terjadi pengeluaran cairan vagina yang mencurugakan, adanya infeksi.
10. Setelah masa pemakaian habis, AKDR harus segera dilepas.

Lampiran 8

DOKUMENTASI