

JADWAL RENCANA KEGIATAN

[illegible]

[illegible]

PLAN OF ACTION ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN

Kunjungan Ke	Hari Ke	Kegiatan	Tujuan	Sasaran	Tempat
I	Usia kehamilan 28-30 minggu	1. Pengkajian data klien 2. Pemeriksaan umum (keadaan umum, kesadaran, TTV) 3. Pemeriksaan fisik 4. Pemeriksaan reduksi dan protein urine 5. Pemeriksaan Hb 6. Umpan balik Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi	a. Mengetahui identitas dan riwayat ibu b. Mengetahui keadaan umum ibu c. Mengetahui keadaan janin saat ini d. Memberikan pengetahuan ibu tentang komplikasi yang dapat terjadi saat kehamilan e. Mengetahui kadar gula darah dan protein urine untuk skrining diabetes gestasional dan preeklamsi f. Mengetahui kadar Hb menjelang persalinan	Ibu hamil / keluarga	PMB / Rumah ibu hamil
II	Usia kehamilan 32-34 minggu	1. Evaluasi kunjungan I 2. Pemeriksaan umum (keadaan umum, kesadaran, TTV) 3. Pemeriksaan fisik	a. Mengetahui materi pada kunjungan I diterima dengan baik oleh ibu b. Mengetahui keadaan ibu dan janin saat ini	Ibu hamil / keluarga	PMB / Rumah ibu hamil

		4. Penyuluhan tentang kebersihan dan IMS			
III	Usia kehamilan 35 – 37 minggu	1. Evaluasi kunjungan II 2. Pemeriksaan umum (keadaan umum, kesadaran, TTV) 3. Pemeriksaan fisik 4. Mengajarkan senam hamil 5. Penyuluhan perawatan payudara, ASI dan IMD	a. Mengetahui materi pada kunjungan II diterima dengan baik oleh ibu b. Mengetahui keadaan ibu dan janin saat ini c. Mengurangi ketegangan otot-otot sendi sehingga mempermudah persalinan d. Mengajarkan ibu tentang pentingnya ASI eksklusif	Ibu hamil / keluarga	PMB / Rumah ibu hamil
IV	Usia kehamilan 38-40 minggu	1. Evaluasi kunjungan III 2. Pemeriksaan umum (keadaan umum, kesadaran, TTV) 3. Pemeriksaan fisik 4. Penyuluhan tanda-tanda persalinan, dan KB setelah melahirkan	a. Mengetahui materi pada kunjungan III diterima dengan baik oleh ibu b. Mengetahui keadaan ibu dan janin saat ini c. Memberikan dukungan untuk ber KB secara dini.	Ibu hamil / keluarga	PMB / Rumah ibu hamil

Lampiran 3

Lampiran 3

**PERNYATAAN
KESEDIAAN MEMBIMBING**

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama dan gelar : Ika Yudianti, SST., M.Keb
2. NIP : 19800727 200312 2 002
3. Pangkat dan Golongan : Penata Gol.III/c
4. Jabatan : Letkor
5. Asal Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
6. Pendidikan Terakhir : S2 Kebidanan
7. Alamat dan nomor yang bisa dihubungi :
 - a. Rumah :
 - b. Telepon / HP : 081233667567
 - c. Telepon kantor :

Dengan ini menyatakan (bersedia / tidak bersedia*) menjadi pembimbing (utama/pendamping*) bagi mahasiswa

Nama : Silvi Maya Asrina

NIM : 1502100038

Topik Studi Kasus : Asuhan Kebidanan Ibu Hamil Pada Ny. X di PMB E

*) coret yang tidak dipilih

Malang, 7 Desember 2017



Ika Yudianti, SST., M.Keb
NIP. 19800727 200312 2 002

Lampiran 4



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

- Kampus Pusat : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
- Kampus I : Jl. Srikoyo No. 106 Jember, Telp (0331) 486613
- Kampus II : Jl. A. Yani Sumberporong Lawang, Telp (0341) 427847
- Kampus III : Jl. Dr. Soetomo No. 46 Blitar, Telp (0342) 801043
- Kampus IV : Jl. KH Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri, Telp (0354) 773095
Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> Email : direktorat@poltekkes-malang.ac.id



28 September 2017

Nomor : PP.04.03/5.0/ 329 /2017
Hal : Permohonan Pelaksanaan Studi Pendahuluan

Kepada Yth:

Pimpinan BPM Hj. Ena Mualifah, A.Md.Keb
Di,-

Malang

Dengan ini kami sampaikan bahwa sebagai salah satu Prasyarat kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang, setiap mahasiswa diwajibkan untuk menyusun Laporan Tugas Akhir (LTA). Sehubungan dengan hal tersebut, maka bersama ini kami mohon dengan hormat agar dapatnya diijinkan untuk melaksanakan kegiatan Studi Pendahuluan mahasiswa kami:

N a m a : Silvi Maya Asrina
N I M : 1502100038
Program Studi : D-III Kebidanan Malang
Semester : V (Lima)
Judul : "Asuhan Kebidanan Kehamilan di BPM Hj. Ena Mualifah, A.Md.Keb"

Demikian atas perhatian, bantuan serta kerjasamanya disampaikan terima kasih.

a.n. Direktur,
Ketua Jurusan Kebidanan,


HERAWATI MANSUR, SST,M.Psi.M.Pd.
NIP.: 196501101985032002

Tembusan Kepada Yth:

1. Kaprodi D-III Kebidanan Malang
2. Silvi Maya A

Lampiran 5

 **BIDAN PRAKTEK MANDIRI**
ENA MUALIFAH, A.Md.,Keb
Desa Sekarpuro Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang

 **Bidan Delima**

SURAT BALASAN IZIN PELAKSANAAN STUDI PENDAHULUAN
Malang, 13 November 2017

Kepada :
Ketua Jurusan Kebidanan Malang
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

MALANG
Menindak lanjuti surat dengan Nomor. KH.04.01/5.0/3121/2017 tentang permohonan pelaksanaan Studi Pendahuluan sebagai salah satu prasyarat untuk kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk menyusun Laporan Tugas Akhir (LTA), saya yang bertanda tangan dibawah ini :

nama : Ena Mualifah Amd.keb
tempat,tanggal Lahir : Malang,
alamat : Sekarpuro, Pakis

Telah mengizinkan mahasiswa tersebut dibawah ini untuk melakukan studi pendahuluan ditempat saya,

nama : Silvi Maya Asrina
nim : 1502100038
jurusan/Semester : III / V
tempat : D-III Kebidanan Malang
alamat : Kebidanan
tempat : Poltekkes Kemenkes Malang
studi Kasus : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Ny.X di BPM E

Demikian surat ini saya sampaikan, atas perhatian anda saya sampaikan terimakasih.

Bidan

(Ena Mualifah,Amd.Keb)

Lampiran 6



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

- Kampus Pusat : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax(0341) 556746
- Kampus I : Jl. Srikoyo No. 106 Jember, Telp (0331) 486613
- Kampus II : Jl. A Yani Sumberporong Lawang, Telp (0341) 427847
- Kampus III : Jl. Dr Soetomo No. 46 Blitar, Telp (0342) 801043
- Kampus IV : Jl. KH Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri, Telp(0354)773095
Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> Email : direktori@poltekkes-malang.ac.id



15 Januari 2018

Nomor : PP.04.03/5.0/ 240 /2018
Hal : Permohonan Pelaksanaan Penelitian

Kepada Yth:

1. Kepala Bakesbangpol Kabupaten Malang
2. Pimpinan PMB Ena Mualifah, A.Md.Keb

Di,-

Malang

Dengan ini kami sampaikan bahwa sebagai salah satu Prasyarat kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang, setiap mahasiswa diwajibkan untuk menyusun Laporan Tugas Akhir (LTA). Sehubungan dengan hal tersebut, maka bersama ini kami mohon dengan hormat agar dapatnya diijinkan untuk Pelaksanaan Penelitian mahasiswa kami :

Nama : Silvi Maya Asrina
NIM : 1502100038
Program Studi : D-III Kebidanan Malang
Semester : VI (Enam)
Judul : "Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny. "X" di PMB Ena Mualifah, A.Md.Keb Kecamatan Pakis Kabupaten Malang"

Demikian atas perhatian, bantuan serta kerjasamanya disampaikan terima kasih.

a.n. Direktur,
Ketua Jurusan Kebidanan,

HERAWATI MANSUR, SST, M.Psi, M.Pd.
NIP.: 196501101985032002

Tembusan Kepada Yth:

1. Kaprodi D-III Kebidanan Malang
2. Silvi M.A

Lampiran 7



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. KH. Agus Salim No. 7 Telp. (0341) 366260 Fax. (0341) 366260
MALANG-65119

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 072/ 439 /35.07.207/2018

Untuk melakukan Survey/Research/Penelitian/KKN/PKL/Magang

Menunjuk : Surat dari Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Nomor: PP.04.03/5.0/240/2018 Tanggal: 15 Januari 2018 Perihal: Ijin Penelitian

Dengan ini Kami **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Ijin Penelitian oleh:

Nama / Instansi : Silvia Maya Asrina
Alamat : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang
Thema/Judul/Survey/Research : Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny. " X " di PMB
Ena Mualifah, A.Md.Keb Kecamatan Pakis Kabupaten
Malang
Daerah/tempat kegiatan : di PMB Ena Mualifah, A.Md.Keb Kec.Pakis Kab.
Malang
Lamanya : 2 Bulan
Pengikut : -

Dengan Ketentuan :

1. Mentaati Ketentuan - Ketentuan / Peraturan yang berlaku
2. Sesampainya ditempat supaya melapor kepada Pejabat Setempat
3. Setelah selesai mengadakan kegiatan harap segera melapor kembali ke Bupati
Malang Cq. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang
4. Surat Keterangan ini tidak berlaku apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas

Malang, 31 Januari 2018

An. **KEPALA BADAN KESBANG DAN POLITIK**
Kepala Bidang Ideologi, HAM dan Wasbang

Kasubid Wawasan Kebangsaan
BADAN
KESATUAN BANGSA
DAN POLITIK
KUSWANTORO
Penata
NIP. 1980125 199203 1 004

Tembusan :

Yth.

1. Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang
2. Kaprodi DIII Kebidanan Malang
3. Kepala Puskesmas Pakis Kab. Malang
4. PMB Ena Mualifah, A.Md.Keb Kec. Pakis Kab. Malang
5. Mhs/Ybs
6. Arsip

Lampiran 8

Lampiran 8

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Silvi Maya Asrina

NIM : 1502100038

Status : Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Politeknik Kesehatan
Kemenkes Malang

Judul Studi Kasus : Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny. E di PMB Ena
Mualifah Amd.Keb Kecamatan Pakis Kabupaten Malang

Bermaksud akan melakukan studi kasus pada ibu nifas sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi D III Kebidanan Malang Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Studi kasus ini bertujuan untuk memberikan asuhan kebidanan secara komprehensif yakni dengan melakukan pengkajian, pemeriksaan fisik pada ibu, dan konseling seputar masa kehamilan .

Manfaat dilakukannya asuhan kebidanan pada ibu hamil ini, kesehatan ibu hamil dapat terpantau langsung dan dapat mengenali tanda bahaya kehamilan sejak dini.

Dengan asuhan kebidanan yang komprehensif diharapkan masa kehamilan ibu berjalan normal dan tidak mengalami penyulit masa kehamilan seperti perdarahan pervaginam, sakit kepala hebat, penglihatan kabur dan bengkak pada mata dan kaki.

Sehubungan dengan hal tersebut penulis mengharap atas kesediaan ibu untuk menjadi responden dan berkenan memberikan jawaban atas pertanyaan yang diberikan dan mengikuti pemeriksaan yang akan dilakukan.

Informasi yang saudara berikan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian ini.

Demikian permohonan ini, atas perhatian dan kesediaan ibu kami ucapkan terima kasih.

Hormat Saya,



SILVI MAYA ASRINA
NIM. 1502100038

Lampiran 9

Lampiran 9

INFORMED CONSENT / LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI PASIEN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Endah

Umur : 22 tahun

Pekerjaan : IRT

Alamat : Jl. Locari No. 24 RT 4 RW 2 Sekarpuro

Setelah mendapatkan keterangan secukupnya serta mengetahui tentang manfaat, resiko dan waktu studi kasus yang berjudul **"Asuhan Kebidanan Ibu Hamil Pada Ny.X di PMB E Kecamatan Pakis Kabupaten Malang"** (menyatakan setuju / tidak setuju *) ikut serta dalam studi kasus, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun, berhak membatalkan persetujuan ini.

Malang, 9 Februari 2018

Peneliti

Responden



Silvi Maya Asrina
NIM. 1502100038



(..... Endah)

Keterangan :

*) coret yang tidak perlu



BIDAN PRAKTEK MANDIRI
ENA MUALIFAH, A.Md.,Keb
Desa Sekarpuro Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang



SURAT BALASAN PELAKSANAAN STUDI KASUS

Malang, 25 Maret 2018

Kepada :
Yth. Ketua Jurusan Kebidanan Malang
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Di-

MALANG

Menindak lanjuti surat dengan Nomor.PP.04.03/5.0/240/2018 tentang permohonan pelaksanaan Studi Kasus sebagai salah satu prasyarat untuk kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk menyusun Laporan Tugas Akhir (LTA), saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ena Mualifah Amd.keb
Tempat,tanggal Lahir : Malang,
Alamat : Sekarpuro, Pakis

Menyatakan bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini telah melakukan studi kasus ditempat saya,

Nama : Silvi Maya Asrina
NIM : 1502100038
Tingkat/Semester : III / V
Prodi : D-III Kebidanan Malang
Jurusan : Kebidanan
Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang
Judul Studi Kasus : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Ny.E di BPM E Kecamatan Pakis Kabupaten Malang

Demikian surat ini saya sampaikan, atas perhatian anda saya sampaikan terimakasih.

Bidan

(Ena Mualifah,Amd.Keb)

Lampiran 11

SOP PEMERIKSAAN HAEMOGLOBIN (Hb)	
Pengertian	Tindakan keperawatan yang di lakukan pada klien untuk mengetahui kadar Hb dalam darah. Hemoglobin oleh asam klorida diubah menjadi hematin asam yang berwarna coklat tua. Penambahan aquadest sampai warnanya sama dengan standart warna, kadar Hb dibaca dalam satuan gram/dl.
Tujuan	Untuk mengetahui kadar hemoglobin didalam darah. Menetapkan kadar hemoglobin dalam darah
Indikasi	Pemeriksaan darah lengkap
Petugas	Perawat
Persiapan alat	Hemoglobinometer (hemometer), Sahli terdiri dari : Gelas berwarna sebagai warna standard Tabung hemometer dengan pembagian skala putih 2 sampai dengan 22. Skala merah untuk hematokrit. Pengaduk dari gelas Pipet Sahli yang merupakan kapiler dan mempunyai volume 20/ul Pipet pasteur. Kertas saring/tissue/kain kassa kering Reagen Larutan HCL 0,1 N Aquadest
Prosedur	Tahap PraInteraksi Melakukan verifikasi data sebelumnya bila ada Mencuci tangan Menempatkan alat di dekat pasien dengan benar Tahap Orientasi Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada keluarga/pasien Memberikan kesempatan kepada pasien untuk bertanya Menanyakan kesiapan klien sebelum kegiatan dilakukan
	Tahap Kerja 1. Masukkan kira-kira 5 tetes (angka 2) HC1 0,1 n ke dalam tabung pengencer hemometer Darah kapiler/vena dihisap sebanyak 20µl dengan pipet sahli, 2. Bersihkan ujung luar pipet dengan kertas tissue secara hati-hati jangan sampai darah dari dalam pipet berkurang.

	3. Lalu dimasukkan ke dalam tabung Hb yang telah berisi larutan HCl 0,1 N. Darah dan HCl 0,1 N dicampur, dibilas pipet sampai bersih, dan jangan sampai terjadi gelembung udara. 4. Angkatlah pipet itu sedikit, lalu isap asam HCl yang jernih itu ke dalam pipet 2 atau 3 kali untuk membersihkan darah yang masih tinggal dalam pipet. 5. Isi tabung dikocok sampai homogen supaya terjadi hematin asam yang berwarna coklat tua (dalam waktu 3-5 menit) 6. Aquadest ditambahkan setetes demi setetes diaduk dengan batang pengaduk yang tersedia sampai warna sama dengan standart warna. Setiap kali penambahan aquadest harus dikocok sampai homogen. 7. Kadar Hb dibaca dalam satuan gram/dl. Nilai normal : – Pria : 14- 16 g/dl – Wanita : 12- 14 g/d Tahap Terminasi 1. Melakukan evaluasi tindakan 2. Berpamitan dengan klien 3. Membereskan alat-alat 4. Mencuci tangan 5. Mencatat kegiatan dalam lembar catatan perawatan
Referensi	Petunjuk Pemeriksaan Laboratorium Puskesmas, Jakarta, Departemen Kesehatan RI, 1991

Lampiran 12

STANDARD OPERATING PROSEDUR (S O P) REDUKSI URINE IBU HAMIL	
Pengertian	Merupakan pemeriksaan uji laboratorium untuk mengetahui kadar gula pada pasien.
Indikasi	Ibu hamil yang di curiagai Diabetes Militus
Tujuan	Untuk mencurigai dan mengetahui apakah ibu mengalami positif penaikan gula darah dalam urine
Petugas	Tenaga Kesehatan
Pengkajian	Kaji keadaan umum klien
Persiapan Klien	1. Pasien diminta kencing dan urinnnya ditampung 2. Jelaskan tujuan pemeriksaan 3. Urine pada tempatnya diberi nama pasien
Persiapan Alat	Alat dan Bahan : 1. Gelas kimia 2. Tabung reaksi 3. Penjepit tabung 4. Pipet pasteur 5. Pipet ukur 1 dan 5 ml 6. Rak tabung 7. Bunsen 8. Reagen fehling A 9. Reagen fehling B 10. Sampel urine
Prosedur	1. Masukkan larutan Fehling A dan Fehling B ke dalam tabung reaksi sebanyak 1 cc 2. Campurkan urin patologis 2 cc ke dalam tabung yang telah berisi Fehling A dan Fehling B 3. Panaskan tabung di atas spritus/Bunsen dan sambil dikocok perlahan sampai mendidih 4. Dinginkan dan amati terjadi perubahan warna atau tidak Cara membaca hasil : Negatif (-) : bila larutan tetap berwarna biru jernih atau sedikit kehijau-hijauan dan agak keruh Positif (+) : bila larutan berwarna hijau kekuning-kuningan dan keruh, kadar glukosa 0,5-1gr% Positif (+ +) : bila larutan berwarna kuning

	keruh, kadar glukosa 1-1,5 gr% Positif (+ + +) : bila warna larutan jingga atau warna lumpur keruh, kadar glukosa 2-3,5gr% Positif (++++) : bila warna merah keruh, kadar glukosa >3,5 gr%
Referensi	Walsh V.L. 2007. Buku ajar Kebidanan Komunitas. EGC. Jakarta Benson D. Michael. 2002. Buku Saku Ilmu Kebidanan. Binarupa Aksara. Jakarta Pusdiknakes, 2001. Buku 2 Asuhan Antenatal

Lampiran 13

STANDARD OPERATING PROSEDUR (S O P) PEMERIKSAAN ALBUMIN URINE	
Pengertian	Protein yang terdapat dalam jaringan tubuh dan darah laut dalam air menggumpal dalam pemanasan. Adalah pemeriksaan untuk mengetahui adanya protein yaitu albumin dalam urine pada wanita hamil.
Indikasi	Pengeluaran keputihan dari vagina yang terlalu banyak Pada penderita preeklamsia dan eklamsia Pada penderita nefroititis
Tujuan	Mengetahui ada tidaknya albumin dalam air kemih Mengetahui berapa tinggi kadar albumin dalam air kemih
Petugas	Bidan
Pengkajian	Kaji keadaan umum klien
Persiapan klien	Pasien diminta kencing dan urinnnya ditampung Jelaskan tujuan pemeriksaan Urine pada tempatnya diberi nama pasien
Persiapan alat	Asam asetat 6% dan pipetnya Tabung reaksi dan ralenya Pemegang tabung reaksi Kertas saring dan corong Lampu spiritus Larutan chlorin 0,5% dalam tempatnya Korek api Sarung tangan Bengkok Gelas ukur/spuit
Prosedur	1. Urine terlebih dahulu disaring dengan kertas saring dengan menggunakan corong ke dalam tabung reaksi 2. Urine dituangkan kedalam 2 tabung reaksi masing – masing 5cc 3. Tabung 1 dipanaskan di atas lampu spiritus dengan posisi miring dan digoyangkan sampai mendidih 4. Perhatikan ada kekeruhan atau tidak dan bandingkan dengan tabung 2 5. Kemudian tetesi urine yang telah dipanaskan dengan asam asetat 5% 3-5 tetes kemudian panaskan kembali 6. Amati apakah ada perubahan bila urine tetap

	jernih maka hasilnya negative. Bila urine keruh hasilnya positif 7. Cara membaca hasil : Negative (-) : Urine tidak keruh Positif (+) : Urine keruh Positif (++) : Kekeruhan mudah dilihat dan ada endapan halus Positif (+++) : Kekeruhan mudah dilihat endapan lebih jelas terlihat Positif (++++) : Urine sangat keruh disertai endapan menggumpal 8. Catat hasilnya dan beritahu hasilnya pada pasien 9. Bersihkan dan rapikan alat –alat 10. Masukkan tangan yang memakai saring tangan ke dalam larutan chlorin 0,5 % dan lepas sarung tangan keadaan terbalik.
Referensi	Walsh V.L. 2007. Buku ajar Kebidanan Komunitas. EGC. Jakarta Benson D. Michael. 2002. Buku Saku Ilmu Kebidanan. Binarupa Aksara. Jakarta

Lampiran 14

SATUAN ACARA PENYULUHAN SENAM HAMIL, PERAWATAN PAYUDARA DAN ASI/PASI SERTA IMD

A. Identitas

Topik	: Senam hamil, perawatan payudara dan ASI/PASI serta IMD
Sasaran	: Ny. X dan suami atau keluarga Ny.X
Tempat	: BPM Ena Mualifah, A.Md.Keb – Pakis
Hari / Tanggal	: Kunjungan ke III

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Ny. X dan keluarga memahami tentang manfaat senam hamil bagi ibu hamil, perawatan payudara dan ASI/PASI serta IMD

2. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan Ny. X dan keluarga dapat memahami tentang

- a. Senam hamil
- b. Perawatan payudara pada ibu hamil
- c. Menentukan pemberian ASI/PASI untuk bayinya
- d. Manfaat melakukan IMD

C. Materi Penyuluhan

1. Manfaat dan tujuan dilakukannya senam hamil
2. Perawatan payudara ibu hamil untuk mempersiapkan ASI eksklusif bagi bayinya
3. Menentukan pemberian ASI/PASI dan manfaat ASI/PASI
4. Pentingnya melakukan IMD dan manfaat IMD

D. Metode Penyuluhan

Metode yang digunakan dalam penyuluhan adalah :

1. Diskusi
2. Tanya Jawab

E. Media Penyuluhan

1. Buku KIA
2. Lembar balik
3. Leaflet

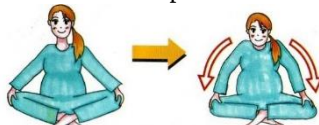
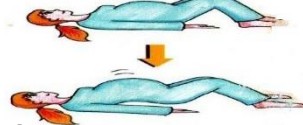
F. Kegiatan penyuluhan

No	Kegiatan	Waktu	Kegiatan penyuluhan	Kegiatan sasaran	Metode
1	Pembukaan	5 menit	a. Mengucapkan salam b. Menjelaskan tujuan penyuluhan c. Kontrak waktu	Menjawab salam, mendengarkan dan menjawab pertanyaan.	Ceramah dan tanya jawab
2	Inti	30 menit	a. Menjelaskan pada ibu tentang manfaat senam hamil dan tujuan dilakukannya senam hamil b. Menjelaskan pada ibu tentang perawatan payudara untuk mempersiapkan ASI eksklusif c. Menjelaskan pada ibu dan keluarga tentang pemberian ASI/PASI dan manfaat ASI/PASI d. Menjelaskan pada ibu tentang pentingnya melakukan IMD dan manfaat melakukan IMD	Mendengarkan, memperhatikan dan menjawab pertanyaan	Ceramah dan tanya jawab
3	Penutup		a. Melakukan evaluasi dan memberikan pertanyaan b. Menyimpulkan materi bersama ibu hamil c. Mengucapkan salam	Memberikan pertanyaan, menjawab pertanyaan, menyimpulkan materi, menjawab salam	Ceramah dan tanya jawab

G. Evaluasi

1. Ibu mampu melakukan kembali senam hamil
2. Ibu mampu melakukan kembali perawatan payudara
3. Ibu mengetahui cara memberikan ASI/PASI serta IMD yang benar

STANDART OPERATING PROSEDUR (SOP)

SENAM HAMIL	
Pengertian	Senam hamil adalah suatu bentuk latihan guna memperkuat dan mempertahankan elastisitas dinding perut, ligament-ligament, otot-otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan.
Tujuan	1. Untuk mengurangi dan mencegah timbulnya gejala-gejala yang mengganggu selama masa kehamilan seperti sakit pinggang, bengkak kaki, dll. 2. Mengurangi ketegangan otot-otot sendi sehingga mempermudah kelahiran. 3. Mengurangi kecemasan.
Kontraindikasi	Senam hamil tidak boleh dilakukan oleh ibu hamil yang mengalami sakit perut/kontraksi rahim, perdarahan, demam, mengeluarkan air ketuban, atau kondisi tubuh yang kurang sehat.
Syarat	1. Setiap ibu hamil yang akan melakukan senam hamil dinyatakan dalam keadaan kehamilan yang normal/risiko rendah oleh dokter atau bidan. 2. Mengosongkan kandung kemih terlebih dahulu, menggunakan baju yang longgar.
Rincian prosedur	
Persiapan alat	1. Bantal 2. Matras/karpet/alas yang tidak licin dan sesuai ukuran badan 3. Pakaian yang longgar 4. Ruang tertutup yang nyaman, tenang, dan sirkulasi udara baik
Kegiatan	Gambar
a. Senam untuk kaki 1. Duduk dengan kaki diluruskan ke depan dengan tubuh bersandar tegak lurus (rileks). 2. Tarik jari-jari kearah tubuh secara perlahan-lahan lalu lipat ke depan. 3. Lakukan sebanyak 10 kali, penghitungan sesuai dengan gerakan (gambar 1) 4. Tarik kedua telapak kaki kearah tubuh secara perlahan-lahan dan dorong ke depan. Lakukan sebanyak 10 kali, penghitungan sesuai dengan gerakan (gambar 2)	 Gambar 1. Gerakan jari-jari kaki  Gambar 2. Gerakan mendorong ke depan
b. Senam duduk bersila 1. Duduk kedua tangan diatas lutut 2. Letakkan kedua telapak tangan diatas lutut 3. Tekan lutut ke bawah dengan perlahan-lahan (gambar 3) 4. Lakukanlah sebanyak 10 kali, lakukan senam duduk bersila ini selama 10 menit sebanyak 3 kali sehari	 Gambar 3. Senam duduk bersila
c. Cara tidur yang nyaman Berbaringlah miring pada sebelah sisi dengan lutut di tekuk (gambar 4)	 Gambar 4. Senam ibu hamil berbaring miring
d. Senam untuk pinggang (posisi terlentang) 1. Tidurlah terlentang dan tekuklahlutut jangan terlalu lebar, arah telapak tangan ke bawah dan berada disamping badan 2. Angkatlah pinggang secara perlahan (gambar 5) 3. Lakukanlah sebanyak 10 kali	 Gambar 5. Senam pinggang (posisi terlentang)

e. Senam untuk pinggang (posisi merangkak)

1. Badan dalam posisi merangkak
2. Sambil menarik napas angkat perut berikut punggung ke atas dengan wajah menghadap ke bawah membentuk lingkaran
3. Sambil perlahan-lahan mengangkat wajah hembuskan napas, turunkan punggung kembali dengan perlahan (gambar 6)
4. Lakukanlah sebanyak 10 kali

f. Senam dengan satu lutut

1. Tidurlah terlentang, tekuk lutut kanan.
2. Lutut kanan digerakkan perlahan ke arah kanan lalu kembalikan (gambar 7)
3. Lakukanlah sebanyak 10 kali.
4. Lakukanlah hal yang sama untuk lutut kiri

g. Senam dengan kedua lutut

1. Tidurlah terlentang, kedua lutut ditekuk dan kedua lutut saling menempel
2. Kedua tumit dirapatkan, kaki kiri dan kanan saling menempel.
3. Kedua lutut digerakkan perlahan-lahan ke arah kiri dan kanan (gambar 8).
4. Lakukanlah sebanyak 8 kali.

h. Latihan untuk saat persalinan

- Cara pernapasan saat persalinan Cari posisi yang nyaman, misalnya duduk bersandar antara duduk dan berbaring serta kaki diregangkan, posisi merangkak, duduk di kursi.
- Tarik napas dari hidung dan keluarkan melalui mulut (gambar 9).
- Usahakan tetap rileks

1) Cara mengejan

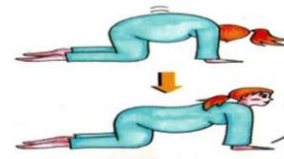
- Cari posisi yang nyaman atau posisi ibu antara duduk dan berbaring serta kaki diregangkan
- Perlahan-lahan tarik napas sebanyak 3 kali dan pada hitungan ke 4 tarik napas kemudian tahan napas, sesuai arahan pembantu persalinan (gambar 10).
- Mengejan ke arah pantat.

2) Cara pernapasan pada saat melahirkan

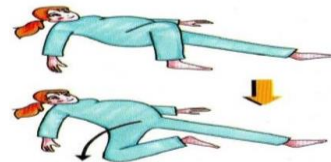
- Cara ini dilakukan jika bidan mengatakan tidak usah mengejan lagi:
1. Letakkanlah kedua tangan di atas dada
 2. Bukalah mulut lebar-lebar bernapaslah pendek sambil mengatakan hah-hah-hah (gambar 11).

i. Senam untuk memperlancar ASI

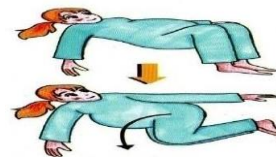
1. Lipat lengan ke depan dengan telapak tangan digenggam dan berada di depan dada, gerakkan siku ke atas dan ke bawah (gambar 12).
2. Lipat lengan ke atas hingga ujung jari tengah menyentuh bahu, dalam posisi dilipat lengan diputar dari belakang ke depan, sehingga siku-siku bersentuhan dan mengangkat payudara lalu bernapaslah dengan lega (gambar 13).
3. Lakukanlah sebanyak 2 kali.



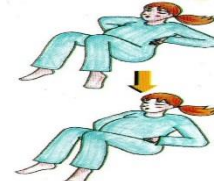
Gambar 6. Senam untuk pinggang (posisi merangkak)



Gambar 7. Senam dengan satu lutut



Gambar 8. Senam dengan kedua lutut



Gambar 9. Latihan untuk saat persalinan



Gambar 10. Cara mengejan



Gambar 11. Cara pernapasan saat melahirkan



Gambar 12. Gerakkan siku ke atas dan ke bawah



Gambar 13. Mengangkat Payudara

Lampiran 16

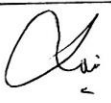
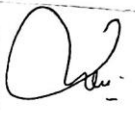
LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Silvi Maya Asrina
 NIM : 1502100038
 Nama Pembimbing : Ika Yudianti, SST., M.Keb
 Judu LTA : Asuhan Kebidanan Ibu Hamil Pada Ny. X di BPM E

TGL	SARAN	TANDA TANGAN
		Pembimbing Utama
6/17/11	Revisi Bab I, II, III	
28/11/11	Revisi bab I, II, III Susun POA SAP, SOP, leaflet tdk pernah di lampirkan	
07/12/11	Acc UP	

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Silvi Maya Asrina
 NIM : 1502100038
 Judul : Asuhan Kebidanan Kehamilan
 Nama Pembimbing : Bu Ika Yudianti, SST., M.Keb

TANGGAL	SARAN	TANDA TANGAN
20 2 2018	Via email. Revisi Pengisian data	
4 3 2018	Via email. Revisi pengisian data	
31 5 2018	Perbaiki Bab 4,5 Konsul & menuliskan ² lengkap. lengkap Lampiran ² -	
04 6 2018	Perbaiki bab 5,6. Sesuai Lampiran ² sesuai urutan penggunaan -	
06 6 2018	Lampiran ² dilengkapi & Huruf sesuai penggunaan. Ace semhas	