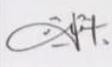
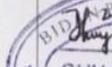
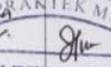
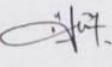
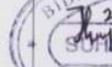
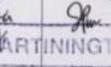
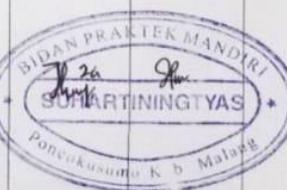


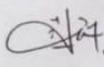


## Lampiran 2

## RENCANA KEGIATAN STUDI KASUS

Kunjungan	Kegiatan	Mahasiswa	Pasien	Bidan
Kunjungan 1 UK 34-36 minggu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membangun hubungan saling percaya antara klien dengan petugas</li> <li>2. Melakukan pengkajian data</li> <li>3. Melakukan timbang BB dan ukur TB</li> <li>4. Melakukan pengukuran tekanan darah</li> <li>5. Melakukan pengukuran LILA</li> <li>6. Melakukan pengukuran Tinggi Fundus Uteri</li> <li>7. Menentukan presentasi janin dan detak jantung janin (DJJ)</li> <li>8. Memberika tablet zat besi</li> <li>9. Skrining status TT</li> <li>10. Melakukan pemeriksaan penunjang mandiri atau kolaborasi dengan petugas kesehatan</li> <li>11. Tatalaksana kasus</li> <li>12. Mendiskusikan kepada ibu tentang perencanaan persalinan (P4K)</li> <li>13. Temu wicara dan konseling tentang ketidaknyamanan yang ibu alami di Trimester III ini</li> <li>14. Menjadwalkan kunjungan ulang</li> </ol>			
Kunjungan 2 UK 36-37 minggu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan pengkajian tentang keluhan yang ibu rasakan</li> <li>2. Melakukan timbang BB</li> <li>3. Melakukan pengukuran tekanan darah</li> <li>4. Melakukan pengukuran Tinggi Fundus Uteri</li> <li>5. Menentukan presentasi janin dan detak jantung janin (DJJ)</li> <li>6. Memberikan tablet zat besi</li> <li>7. Tatalaksana kasus</li> <li>8. Mengajarkan pada ibu senam hamil dan menjelaskan tentang tanda-tanda persalinan</li> <li>9. Temu wicara dan konseling tentang ketidaknyamanan yang ibu alami di Trimester III ini</li> <li>10. Menjadwalkan kunjungan ulang</li> </ol>			



<p>Kunjungan 3 UK 37-38 minggu</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan pengkajian tentang keluhan yang ibu rasakan</li> <li>2. Melakukan timbang BB</li> <li>3. Melakukan pengukuran tekanan darah</li> <li>4. Melakukan pengukuran Tinggi Fundus Uteri</li> <li>5. Menentukan presentasi janin dan detak jantung janin (DJJ)</li> <li>6. Memberikan tablet zat besi</li> <li>7. Tatalaksana kasus</li> <li>8. Mengajarkan perawatan payudara</li> <li>9. Temu wicara dan konseling tentang ketidaknyamanan yang ibu alami di Trimester III ini</li> <li>10. Menjadwalkan kunjungan ulang</li> </ol>			
<p>Kunjungan 4 UK 38-39 minggu</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan pengkajian tentang keluhan yang ibu rasakan</li> <li>2. Melakukan timbang BB</li> <li>3. Melakukan pengukuran tekanan darah</li> <li>4. Melakukan pengukuran Tinggi Fundus Uteri</li> <li>5. Menentukan presentasi janin dan detak jantung janin (DJJ)</li> <li>6. Memberikan tablet zat besi</li> <li>7. Tatalaksana kasus</li> <li>8. Menjelaskan tentang KB dan ASI</li> <li>9. Temu wicara dan konseling tentang ketidaknyamanan yang ibu alami di Trimester III ini</li> <li>10. Menjadwalkan kunjungan ulang</li> </ol>			

PERNYATAAN  
KESEDIAAN PEMBIMBING

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama dan gelar : Surachmindari, SST.,M.Pd
2. NIP :195605171981032001
3. Pangkat dan Golongan : Pembina I/IV B
4. Jabatan : Dosen Kebidanan
5. Asal Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang
6. Pendidikan Terakhir : S2
7. Alamat dan Nomor yang bisa dihubungi
  - a. Rumah : Jl. Riau No.50, Blitar
  - b. Telepon/HP : 08123478753

Dengan ini menyatakan (bersedia/tidak bersedia\*) menjadi pembimbing  
(Utama/pendamping\*) bagi mahasiswa :

Nama : Shella Putri Neredy  
NIM : 1602100049  
Topik Studi Kasus : Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny. "X"  
Di PMB Suhartiningtyas, SST.,M.M.Kes

\*Coret yang tidak di pilih.

Malang, 21 Januari 2019

(Surachmindari, SST, M.Pd)  
NIP. 195605171981032001

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Shella Putri Neredy  
 NIM : 1602100049  
 Nama Pembimbing : Surachmindari SST., M.Pd.  
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny. S usia 17 tahun  
 51 Perso Aboro usia kehamilan 34-36 Minggu T/H/1  
 Letak Kerala Punggung kiri dengan kehamilan Normal

TANGGAL	SARAN	TANDA TANGAN Pembimbing Utama
30/9	1 BAKU KURPUS	
3/10	Pektanki 7/w 1 ban raw.	
10/10	17k 10/w Jan of nglany.	
15/10	Pektanki → kenacok 20/w	
29/10	tektanki GU. 25/10 2019. kenacok 20/w 2019. 1 BAKU 75 MUDA KUR	
4/11	1 BAKU KURPUS LTA. Log	
5/11	Langutan	
12/11	1 BAKU KURPUS	
19/11	1 BAKU KURPUS 06/20	

LEMBAR KONSULTASI

Nama pembimbing : Surachmindari SST, Mpd

BIMBINGAN KE	TGL	SARAN	TANDA TANGAN	
	26/11	ban kumpul.		
	27/11	sewa jasa di nyahatop		
	2/12	ace uji		

**PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth.  
Sdr/i Calon Subjek Penelitian  
Di Desa Karanganyar, Kecamatan Poncokusumo  
Kabupaten Malang

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan adanya penyusunan laporan tugas akhir sebagai persyaratan bagi mahasiswa Politeknik Kesehatan kemenkes Malang, Program Studi D-III Kebidanan Malang untuk menyelesaikan pendidikan D-III Kebidanan, maka bersama ini saya memohon bantuan kepada ibu untuk bersedia menjadi responden pada penelitian saya yang berjudul **“Studi Kasus Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny. S di PMB Suhartiningtyas, SST., M.MKes., Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang”**.

Tujuan penelitian ini adalah agar dapat memberikan asuhan secara berkesinambungan dan mendapat asuhan kebidanan kehamilan yang sesuai dengan usia kehamilan ibu. Peran serta ibu dan keluarga di dalam penelitian studi kasus saya sangat bermanfaat bagi pengembangan ilmu di bidang kesehatan, khususnya di pelayanan kebidanan

Saya akan menjamin kerahasiaan informasi yang ibu berikan dan hasilnya dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu kesehatan khususnya pada asuhan kebidanan

Atas kesediaan dan bantuan serta kerja sama ibu, saya mengucapkan terimakasih.

Hormat Saya,



Shella Putri Neredy  
NIM. 1602100049

Lampiran 6

**Informed Consent/ Lembar Persetujuan Menjadi Klien**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : SILVIANA DEWI

Umur : 17 tahun

Pekerjaan : IRT

Alamat : Dusun Gadungan RT 41 RW 17 Desa Karang Anyar Kab. Malang.

Setelah mendapatkan keterangan secukupnya serta mengetahui tentang manfaat studi kasus yang berjudul "Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny "X" di PMB Suhartiningtyas SST., M.M.Kes. " (menyatakan setuju / tidak setuju\*) ikut serta dalam studi kasus, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun, berhak membatalkan persetujuan ini.

Malang,.....  
Responden

— ( *Jluzia* )

Keterangan:

\*) coret yang tidak perlu

**SKRINING/DETEKSI DINI IBU RISIKO TINGGI OLEH PKK DAN PETUGAS KESEHATAN**

Nama : Ny. S Umur Ibu : 17 Th. 19  
 Hamil ke 1 Haid terakhir tgl. : 1/1/19 Perkiraan persalinan tgl. : 2/10/19  
 Pendidikan ibu : SD Suami : 1  
 Pekerjaan ibu : ibu rumah tangga Suami : ibu rumah tangga

KEL. F.R.	NO.	Masalah/Faktor Risiko	SKOR	IV		
				Tribulan		
				I	II	III
Skor Awal Ibu Hamil				2		2
I	1	Tertalu muda, hamil ≤ 16 Th	4			
	2	a. Tertalu lambat hamil I, kawin ≥ 4 Th	4			
		b. Tertalu tua, hamil I ≥ 35 Th	4			
	3	Tertalu cepat hamil lagi (< 2 Th)	4			
	4	Tertalu lama hamil lagi (≥ 10 Th)	4			
	5	Tertalu banyak anak, 4/lebih	4			
	6	Tertalu tua, umur ≥ 35 Th	4			
	7	Tertalu pendek ≤ 145 cm	4			
	8	Pernah gagal kehamilan	4			
	9	Pernah melahirkan dengan a. Tarikan tangkum b. Uri drogoh c. Diberi infus/Transfusi	4			
II	10	Pernah Operasi Seksual	4			
	11	Penyakit pada ibu hamil				
		a. Kurang darah	4			
		b. Malaria	4			
		c. TBC Paru	4			
		d. Payah jantung	4			
		e. Kencing Manis (Diabetes)	4			
	f. Penyakit Menular Seksual	4				
	12	Bengkok pada muka/tungkai dan lekukan darah tinggi	4			
	13	Hamil kembang 2 atau lebih	4			
14	Hamil kembang air (hydramnion)	4				
15	Bayi mati dalam kandungan	4				
16	Kehamilan lebih bulan	4				
17	Laki sunggang	4				
18	Laki lingsang	4				
III	19	Pendarahan dalam kehamilan ini	4			
	20	Pneumonia Berat/Kesak-kesang	4			
JUMLAH SKOR						2

**PENYULUHAN KEHAMILAN/PERSALINAN AMAN ~ RUJUKAN TERENCANA**

JML. SKOR	KEL. RISKI	PERAWAT WATAN	PERSALINAN DENGAN RISIKO					
			RUJUKAN	TEMPAT	PENOLONG	RUJUKAN		
						RDB	RDR	RTW
2	KRR	BIDAN	TIDAK DIRUJUK	RUMAH POLINDES	BIDAN			
6-10	KRT	BIDAN DOKTER	BIDAN PKM	POLINDES PKM/RS	BIDAN DOKTER			
11-15	KRD	DOKTER	RUMAH SAKIT	RUMAH SAKIT	DOKTER			

Kematian Ibu dalam kehamilan : 1. Abortus 2. Lain-lain

**KARTU SKOR 'POEDJI ROCHJATI'\* PERENCANAAN PERSALINAN AMAN**

Tempat Perawatan Kehamilan : 1. Posyandu 2. PolinDES 3. Rumah Bidan  
 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Praktek Dokter

Persalinan : Melahirkan tanggal : ...../...../.....

<b>RUJUKAN DARI :</b> 1. Sendiri 2. Dukun 3. Bidan 4. Puskesmas	<b>RUJUKAN DARI :</b> 1. Bidan 2. Puskesmas 3. Rumah Sakit
<b>RUJUKAN DARI :</b> 1. Rujukan Dini Berencana (RDB)/ 2. Rujukan Dalam Rahim	2. Rujukan Tepat Waktu (RTW) 3. Rujukan Terlambat (RTI)
<b>Gawat Obstetrik :</b> Kel. Faktor Risiko I & II 1. .... 2. .... 3. .... 4. .... 5. .... 6. ....	<b>Gawat Darurat Obstetrik :</b> • Kel. Faktor Risiko III 1. Pendarahan antepartum 2. Eklamsia • Komplikasi Obstetrik 3. Pendarahan postpartum 4. Uri Tertinggal 5. Persalinan Lama 6. Panas Tinggi

TEMPAT :	PENOLONG :	MACAM PERSALINAN :
1. Rumah Ibu 2. Rumah Bidan 3. PolinDES 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Perjalanan	1. Dukun 2. Bidan 3. Dokter 4. Lain-lain	1. Normal 2. Tindakan pervaginam 3. Operasi Sesar

PASCA PERSALINAN :	TEMPAT PERSALINAN :
<b>IBU :</b> 1. Hidup 2. Mati, dengan penyebab a. Pendarahan b. Pre-eklamsia/Eklamsia c. Partus lama d. Infeksi e. Lain-2	1. Rumah Ibu 2. Rumah bidan 3. PolinDES 4. Puskesmas 5. Rumah Sakit 6. Perjalanan
<b>BAYI :</b> 1. Bersih lahir : ..... gram, Laki-2/Perempuan 2. Lahir hidup : Aggar Skor ..... 3. Lahir mati, penyebab : ..... 4. Mati kemudian, umur ..... hr, penyebab : ..... 5. Kelainan bawaan : Sdk ada/lada	7. Lain-2

**KEADAAN IBU SELAMA MASA NIFAS (42 Hari Pasca Salin)**  
 1. Sehat 2. Sakit 3. Mati, penyebab : .....  
 Pemberian ASI : 1. Ya 2. Tidak

**KELUARGA BERENCANA :** 1. Ya ...../Sterilisasi .....  
 2. Belum Tahu

**KATEGORI KELUARGA MISKIN :** 1. Ya 2. Tidak  
 Sumber Biaya : Mandiri/Bantuan : .....

\* Dr. Poedji Rochjati, dr. SpOG

 Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi

Nama Ibu	: SILVIANA DEWI
Taksiran Persalinan	: 21 OKTOBER 2019
Penolong Persalinan	: BIDAN SUHARTININGTYAS
Tempat Persalinan	: PMB SUHARTININGTYAS
Pendamping Persalinan	: SUAMI
Transportasi	: KENDARAAN PRIBADI (MOBIL)
Calon Pendoror Darah	

*Menuju Persalinan Yang Aman dan Selamat*

## Standart Operating Prosedur

### Pemeriksaan Kehamilan

**a. Anamnesa**

**1) Pengertian**

Melakukan anamnesa (pengkajian data subyektif) dan pemeriksaan fisik kepada ibu hamil (pengkajian data obyektif)

**2) Indikasi**

Ibu hamil pada kunjungan awal

Ibu hamil pada kunjungan ulang

**b. Tujuan anamnesa**

1) Mengetahui keadaan ibu hamil

2) Membenatu menentukan diagnosa

3) Mengambil tindakan bila perlu

**c. Tujuan inspeksi**

1) Mengetahui keadaan umum pasien

2) Mengetahui tanda-tanda kehamilan

3) Mengetahui adanya kelainan-kelainan

**d. Tujuan palpasi**

1) Mengetahui usia kehamilan

2) Mengetahui bagian bagian janin

3) Mengetahui letak janin

4) Mengetahui keadaan janin tunggal dan tidak

5) Mengetahui sampai dimana bagian terdepan janin masuk rongga panggul

6) Mengetahui adakah keseimbangan antara ukuran kepala dan panggul

**e. Tujuan auskultasi**

1) Menentukan hamil atau tidak

2) Menentukan anak hidup atau mati

3) Membenatu menentukan kedudukan punggung

**f. Prosedur kegiatan**

**1) Persiapan alat**

**(a) Alat alat yang harus disiapkan**

(1) Tensimeter

(2) Stetoskop

(3) Funandoskop

(4) Timbangan berat badan

(5) Jam tangan

(6) Selimut

(7) Metelin

(8) Reflek hamer

(9) Jangka panggul (bila perlu)

(10) Alat tulis

(11) Status klien/ buku KIA

**(b) Anamnesa**

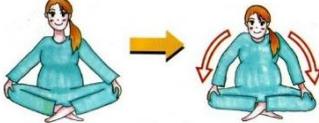
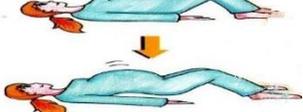
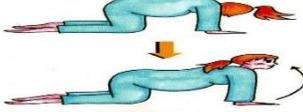
(1) Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri pada ibu

(2) Menjelaskan tujuan anmnesa

(3) Memberikan inform consent pada ibu untuk persetujuan tindakan

- (4) Menanyakan biodata ibu
  - (5) Menanyakan riwayat kehamilan sekarang
  - (6) Menanyakan riwayat kebidanan (obstetric yang lalu)
  - (7) Riwayat kesehatan baik dahulu maupun sekarang
  - (8) Riwayat kesehatan keluarga
  - (9) Riwayat sosial ekonomi
- (c) **Pemeriksaan umum**
- (1) Menganjurkan ibu untuk mengosongkan kandung kemih
  - (2) Cuci tangan
  - (3) Pemeriksaan keadaan/penampilan umum klien
  - (4) Meminta ibu untuk masuk ke kamar periksa dan mengatur posisi ibu
  - (5) Menjaga privasi ibu dengan menutup pintu dan jendela
  - (6) Pemeriksaan tekanan darah, nadi, suhu dan pernapasan
- (d) **Pemeriksaan fisik**
- (1) Melakukan inspeksi
- (e) **Pemeriksaan khusus**
- (a) Menjelaskan tujuan palpasi
  - (b) Melakukan palpasi Leopold I
  - (c) Melakukan palpasi Leopold II
  - (d) Melakukan palpasi Leopold III
  - (e) Melakukan palpasi Leopold IV
- (f) **Auskultasi**
- (1) Menjelaskan tujuan auskultasi
  - (2) Melakukan auskultasi DJJ
- g) **pemeriksaan panggul luar (jika ada indikasi)**
- (1) **Melakukan pemeriksaan panggul luar**
    - (a) **Distansia spinarum** : jarak antara spina iliaka anterior superior kanan dan kiri (23-26 cm)
    - (b) **Distansia kristarum** : jarak antara krista iliaka terjauh kanan dan kiri dengan ukuran sekitar 26-29 cm
    - (c) **Konjugata eksterna (boudeloge)** : jarak antar tepi atas simfisis dan prosesus spinosus lumbal (18-20 cm)
- h) **Pemeriksaan genitalia (jika perlu)**
- (1) Memeriksa edema dan varises pada kaki
  - (2) Menganjurkan klien untuk duduk dan melakukan pemeriksaan perkusi
  - (3) Memeriksa lingkaran lengan atas
  - (4) Mencuci tangan
  - (5) Menginformasikan hasil pemeriksaan kepada klien
  - (6) Memberi pendidikan kesehatan sesuai diagnose dan masalah
  - (7) Menganjurkan klien untuk kontrol kembali
  - (8) Penutup : mencatat hasil konseling dan keputusan yang telah diambil oleh ibu, mengingatkan jadwal kunjungan ulang, mengembalikan kartu pemeriksaan
  - (9) Mengantarkan ibu keluar dan mengucapkan salam

## STANDART OPERATING PROSEDUR (SOP)

SENAM HAMIL	
<b>Pengertian</b>	Senam hamil adalah suatu bentuk latihan guna memperkuat dan mempertahankan elastisitas dinding perut, ligament-ligament, otot-otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan.
<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk mengurangi dan mencegah timbulnya gejala-gejala yang mengganggu selama masa kehamilan seperti sakit pinggang, bengkak kaki, dll.</li> <li>2. Mengurangi ketegangan otot-otot sendi sehingga mempermudah kelahiran.</li> <li>3. Mengurangi kecemasan.</li> </ol>
<b>Kontraindikasi</b>	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.
<b>Syarat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setiap ibu hamil yang akan melakukan senam hamil dinyatakan dalam keadaan kehamilan yang normal/risiko rendah oleh dokter atau bidan.</li> <li>2. Mengosongkan kandung kemih terlebih dahulu, menggunakan baju yang longgar.</li> </ol>
Rincian prosedur	
<b>Persiapan alat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bantal</li> <li>2. Matras/karpet/alas yang tidak licin dan sesuai ukuran badan</li> <li>3. Pakaian yang longgar</li> <li>4. Ruang tertutup yang nyaman, tenang, dan sirkulasi udara baik</li> </ol>
Kegiatan	Gambar
<p><b>a. Senam untuk kaki</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Duduk dengan kaki diluruskan ke depan dengan tubuh bersandar tegak lurus (rileks).</li> <li>2. Tarik jari-jari ke arah tubuh secara perlahan-lahan lalu lipat ke depan.</li> <li>3. Lakukan sebanyak 10 kali, penghitungan sesuai dengan gerakan (gambar 1)</li> <li>4. Tarik kedua telapak kaki ke arah tubuh secara perlahan-lahan dan dorong ke depan. Lakukan sebanyak 10 kali, penghitungan sesuai dengan gerakan (gambar 2)</li> </ol>	 <p>Gambar 1. Gerakan jari-jari kaki</p>  <p>Gambar 2. Gerakan mendorong ke depan</p>
<p><b>b. Senam duduk bersila</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Duduk kedua tangan di atas lutut</li> <li>2. Letakkan kedua telapak tangan di atas lutut</li> <li>3. Tekan lutut ke bawah dengan perlahan-lahan (gambar 3)</li> <li>4. Lakukanlah sebanyak 10 kali, lakukan senam duduk bersila ini selama 10 menit sebanyak 3 kali sehari</li> </ol>	 <p>Gambar 3. Senam duduk bersila</p>
<p><b>c. Cara tidur yang nyaman</b></p> <p>Berbaringlah miring pada sebelah sisi dengan lutut di tekuk (gambar 4)</p>	 <p>Gambar 4. Senam ibu hamil berbaring miring</p>
<p><b>d. Senam untuk pinggang (posisi terlentang)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tidurlah terlentang dan tekuklah lutut jangan terlalu lebar, arah telapak tangan ke bawah dan berada disamping badan</li> <li>2. Angkatlah pinggang secara perlahan (gambar 5)</li> <li>3. Lakukanlah sebanyak 10 kali</li> </ol>	 <p>Gambar 5. Senam pinggang (posisi terlentang)</p>
<p><b>e. Senam untuk pinggang (posisi merangkak)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Badan dalam posisi merangkak</li> <li>2. Sambil menarik napas angkat perut berikut punggung ke atas dengan wajah menghadap ke bawah membentuk lingkaran</li> </ol>	

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).

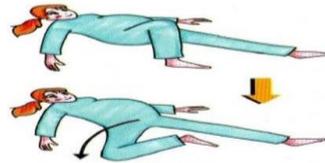
**i. Senam untuk memperlancar ASI**

1. Lipat lengan ke depan dengan telapak tangan digenggam dan berada di depan dada, gerakkan siku ke atas dan ke bawah (gambar 12).

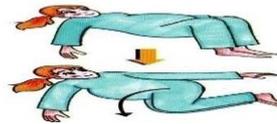
2. Lipat lengan ke atas hingga ujung jari tengah menyentuh bahu, dalam posisi dilipat lengan diputar dari belakang ke depan, sehingga siku-siku bersentuhan dan mengangkat payudara lalu bernapaslah dengan lega (gambar 13).

3. Lakukanlah sebanyak 2 kali.

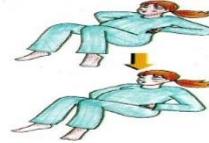
Gambar 6. Senam untuk pinggang (posisi merangkak)



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

## SOP PERAWATAN PAYUDARA

### Tujuan :

- Memelihara kebersihan payudara.
- Melancarkan keluarnya ASI.
- Mencegah bendungan pada payudara/ mencegah payudara bengkak

### Persyaratan untuk mencapai hasil yang baik adalah :

- Pengurutan harus dikerjakan secara sistematis dan teratur
- Memperhatikan makanan dengan menu seimbang
- Memperhatikan kebersihan sehari-hari
- Memakai bra yang bersih dan bentuknya menyokong payudara
- Istirahat yang cukup dan pikiran yang tenang
- Menghindari rokok dan minuman yang beralkohol

### Alat yang harus disiapkan :

- Waslap 2 buah
- Handuk kecil
- *Baby oil*
- 2 buah baskom yang berisi air hangat dan air dingin
- Kapas

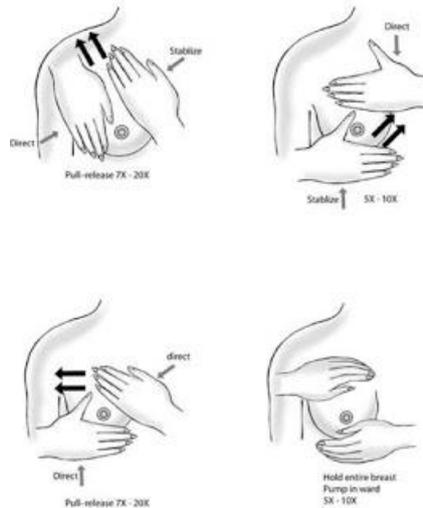
### Langkah –langkah perawatan payudara :

#### 1. Membersihkan puting susu

- a. Cuci bersih kedua tangan ibu dengan benar dan menggunakan sabun
- b. Ibu duduk bersandar
- c. Pakaian atas dibuka
- d. Handuk diletakkan dibawah payudara
- e. Kapas dibasahi dengan *baby oil*
- f. Kedua puting susu dikompres dengan kapas yang sudah dibasahi dengan minyak selama 3-5 menit
- g. Kapas digosok-gosok di sekitar puting susu untuk mengangkat kotoran

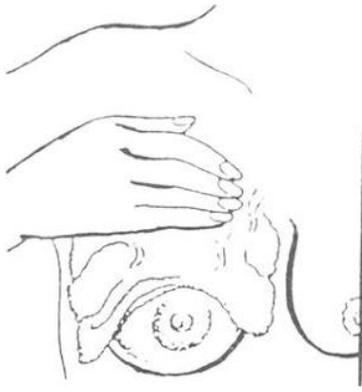
## 2. Melakukan pemijatan

- a. Tuangkan *baby oil* secukupnya
- b. Sokong payudara kiri dengan tangan kiri, payudara kanan dengan tangan kanan, 2 atau 3 jari dari tangan yang berlawanan membuat gerakan memutar sambil menekan, dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu, setiap payudara 2 kali gerakan.
- c. Kedua telapak tangan berada diantara kedua belahan payudara lalu diurut mulai dari atas, ke samping, ke bawah dan menuju ke puting susu dengan mengangkat payudara perlahan-lahan dan dilepaskan perlahan-lahan. Pemijatan dilakukan sebanyak 30 kali
- d. Telapak tangan kiri menyokong payudara sebelah kiri dan tangan kanan dengan sisi kelingking mengurut payudara mulai dari pangkal dada ke arah puting susu. Demikian dengan payudara sebelah kanan. Dilakukan sebanyak 30 kali.



## 3. Melakukan Pengompresan

Kompres kedua payudara dengan waslap hangat selama 2 menit, kemudian ganti dengan kompres waslap dingin selama 1 menit. Kompres bergantian selama 2x berturut-turut akhiri dengan kompres air hangat.





**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  
 ~ Kampus V : Jl. Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293  
 ~ Kampus VI : Jl. Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82A Ponorogo Telp (0352) 461792  
 Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> Email : [direktorat@poltekkes-malang.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-malang.ac.id)



---

Malang 23 Januari 2019

Nomor : PP.04.03/5.0/ 411 /2019  
 Hal : Permohonan Pengantar Studi Pendahuluan

**Kepada, Yth:**  
 Pimpinan PMB Suhartiningtyas, SST.,M.M.Kes.  
 Di,-  
MALANG

Dengan ini kami sampaikan bahwa sebagai salah satu Prasyarat kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang, setiap mahasiswa diwajibkan 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 : Shella Putri Neredy  
 N I M : 1602100049  
 Program Studi : DIII Kebidanan Malang  
 Semester : VI  
 Judul : *Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny."X" di PMB Suhartiningtyas, SST., M.M.Kes. Kec Poncokusumo Kabupaten Malang*

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



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

Tembusan:

1. Sdr. Shella Putri Neredy
2. Pertinggal



**PRAKTEK MANDIRI BIDAN**  
**Suhartiningtyas, SST., M.M.Kes.**  
**Desa Karanganyar Kecamatan Poncokusumo**  
**Kabupaten Malang**



Malang, Februari 2019

Kepada :  
Yth. Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang  
Di,-

**MALANG**

Menindaklanjuti surat dengan nomor PP.04.03/5.0/411/2019 tentang permohonan pelaksanaan studi pendahuluan sebagai salah satu persyaratan kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang untuk menyusun Laporan Tugas Akhir (LTA), saya selaku bidan di Desa Karanganyar, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang, yang digunakan sebagai tempat penelitian mahasiswa:

Nama : Shella Putri Neredy  
NIM : 1602100049  
Tingkat/Semester : III/VI  
Prodi : D-III Kebidanan Malang  
Jurusan : Kebidanan Malang  
Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang  
Judul Studi Kasus : Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny.X di PMB Suhartiningtyas

Telah mengizinkan mahasiswa tersebut diatas untuk melakukan studi pendahuluan di tempat saya. Demikian surat ini saya sampaikan, atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.



(Suhartiningtyas, SST., M.M.Kes.)



**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 Faks(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  
 - Kampus V : Jl. Dr. Soeomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293  
 - Kampus VI : Jl. Dr. Cipto Mangunkusomo No. 82A Ponorogo Telp (0352) 461792  
 Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> Email : [direktorat@poltekkes-malang.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-malang.ac.id)



Malang 11 Juli 2019

Nomor : PP.04.03/5.0/ 2459 /2019  
 Hal : Permohonan Pengantar Pelaksanaan Penelitian

**Kepada, Yth:**

1. Kepala Bakesbangpol Kab Malang
  2. Pimpinan PMB Suhartiningtyas
- Di,-

**MALANG**

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

N a m a : Shella Putri Neredy  
 N I M : 1602100049  
 Program Studi : DIII Kebidanan Malang  
 Semester : VI  
 Judul : *Asuhan Kebidanan Kehamilan di PMB Suhartiningtyas  
 Desa Karanganyar Kec Poncokusumo Kab Malang*

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

**Ketua Jurusan Kebidanan,**  
**HERAWATI MANSIDI, SST.,M.Pd.,M.Psi.**  
 NIP. 196501101985032002

Tembusan:

1. Sdr. Shella Putri Neredy
2. Peringgal



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. KH. Agus Salim No. 7 Telp. (0341) 366260 Fax. (0341) 366260  
Email: [bakesbangpol@malangkab.go.id](mailto:bakesbangpol@malangkab.go.id) – Website: <http://www.malangkab.go.id>  
M A L A N G - 6 5 1 1 9

**SURAT KETERANGAN**

NOMOR : 072/1669/35.07.207/2019

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

Menunjuk : Surat Dari Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Nomor :  
PP.04.03/5.0/2459/2019 Tanggal 11 Juli 2019 Perihal Permohonan Pengantar  
Pelaksanaan Penelitian

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

Nama / Instansi : **Shella Putri Neredy**  
Alamat : Jl.Besar Ijen Malang  
Thema/Judul/Survey/Research : **Asuhan Kebidanan Kehamilan Di PMB Suhartiningtyas Desa  
Karanganyar Kec.Poncokusumo Kab.Malang**  
Daerah/tempat kegiatan : di PMB Suhartiningtyas Desa Karanganyar Kec.Poncokusumo  
Kab.Malang  
Lamanya : Juli s.d Oktober 2019  
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, 23 Juli 2019

An. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK  
KABUPATEN MALANG

Sekretaris



**GATOR YUDHA SETIAWAN, AP., MM**

Pembina Tingkat I

NIP. 19740326 199311 1 001

Tembusan :

Yth. Sdr.

1. Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
2. Kepala Dinas Kesehatan Kab.Malang
3. PMB Suhartiningtyas Desa Karanganyar Kec.Poncokusumo Kab.Malang
4. Mhs/Ybs
5. Arsip

 **PRAKTEK MANDIRI BIDAN**  
**Suhartiningtyas, SST.,M.MKES.**  
Desa Karanganyar Kecamatan Poncokusumo  
Kabupaten Malang

 **Bidan Delima**  
PELAKSANA KEBIDANAN

**SURAT BALASAN IZIN PELAKSANAAN PENELITIAN**  
Malang, 23 Juli 2019

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

**MALANG**

Menindak lanjuti surat dengan nomor PP.04.03/5.0/1459/2019 tentang permohonan pelaksanaan penelitian sebagai salah satu persyaratan kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang untuk menyusun Laporan Tugas Akhir (LTA), saya selaku pimpinan PMB Suhartiningtyas, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang yang digunakan sebagai tempat penelitian mahasiswa:

Nama : Sheffa Putri Neredy  
NIM : 1602100049  
Tingkat/Semester : III/VI  
Prodi : D-III Kebidanan Malang  
Jurusan : Kebidanan Malang  
Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang  
Judul Studi Kasus : Asuhan Kebidanan Kehamilan di PMB Suhartiningtyas, Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang.

Telah mengizinkan mahasiswa tersebut diatas untuk melakukan studi pendahuluan di tempat saya. Demikian surat ini saya sampaikan, atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Mengetahui  
Bidan,  
  
(Suhartiningtyas, SST.,M.MKes.)



**PRAKTEK MANDIRI BIDAN  
Suhartiningtyas, SST.,M.MKES.**  
Desa Karanganyar Kecamatan Poncokusumo  
Kabupaten Malang



**SURAT BALASAN TELAH MELAKSANAKAN STUDI KASUS**

Malang, 09 Oktober 2019

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

**MALANG**

**SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Suhartiningtyas, SST.,M.MKes.  
Alamat : Desa Karanganyar Kecamatan  
Poncokusumo, Kabupaten Malang

Dengan ini menyatakan yang sesungguhnya bahwa :

Nama : Shella Putri Neredy  
NIM : 1602100049  
Program Studi : D-III Kebidanan Malang  
Asal Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang  
Tempat Penelitian : PMB Suhartiningtyas, SST.,M.MKes.

Memberikan keterangan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melakukan pengambilan studi kasus dengan judul "Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny. S di PMB Suhartiningtyas Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang" yang dilakukan pada tanggal 26 September 2019 sampai dengan 09 Oktober 2019

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

Malang, 09 Oktober 2019

Bidan  
  
(Suhartiningtyas, SST.,M.MKes.)



Lampiran 19

