

Lampiran 1

Surat Permohonan Responden

Kepada :

Yth. Calon Responden

Di tempat

Dengan hormat,

Saya Nur Iva Alistiani Mahasiswa Prodi D III Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Palopo, bermaksud melakukan "Asuhan Kebidanan Pada Masa Hamil Sampai KB". Asuhan kebidanan ini dilaksanakan sebagai salah

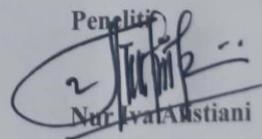
satu syarat dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Prodi D III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Palopo.

Saya mengharapkan partisipasi saudara atas asuhan yang saya akan lakukan. Saya menjamin kerahasiaan dan identitas saudara. Informasi yang saudara berikan hanya semata-mata digunakan untuk perkembangan ilmu kebidanan dan tidak digunakan untuk maksud lain.

Atas perhatian dan kesediannya saya ucapkan hanya terima kasih.

Hormat saya

Peneliti



Nur Iva Alistiani

Lampiran II

**LEMBAR PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Risnawati

Umur : 26 Tahun

Pendidikan : SMP

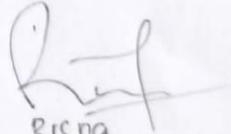
Pekerjaan : IRT

Alamat : Jln. Dahlia Raya

Setelah mendapatkan penjelasan maksud dan tujuan serta memahami pelaksanaan Studi kasus asuhan kebidanan secara *continuity of care* pada ibu hamil, bersalin, nifas, bayi baru lahir, dan keluarga berencana oleh mahasiswa prodi **DIII Kebidanan**, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Palopo, dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi klien dalam pelaksanaan asuhan kebidanan secara *continuity of care* tersebut.

Palopo, 15 Februari 2022

Yang menyatakan,


(Risna
(.....))

Lampiran 4

a) Kunjungan Kehamilan



b) Persalinan Normal



c) Kunjungan Nifas



d) Kunjungan bayi baru lahir



SATUAN ACARA PENYULUHAN
KELUARGA BERENCANA

Pokok Bahasan : Keluarga Berencana
Sub Bahasan : KB
Penyuluh : Nur Iva Alistiani
Sasaran : Wanita Usia Subur
Waktu : 30 menit
Tanggal : 26 Maret 2022

I. TUJUAN INTRUKSIONAL UMUM

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan selama 30 menit, diharapkan ibu mengerti dan memahami tentang KB.

II. TUJUAN INTRUKSIONAL KHUSUS

Setelah diberikan penyuluhan selama 30 menit ibu mampu :

1. Menjelaskan tentang pengertian KB.
2. Menjelaskan tentang manfaat KB.
3. Menjelaskan macam-macam metode alat kontrasepsi.

III. MATERI

1. Pengertian KB.
2. Macam-macam KB.
3. Kekurangan dan kelebihan alat kontrasepsi.

IV. METODE

Ceramah dan Tanya jawab

V. MEDIA

Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

VI. Kegiatan Penyuluhan

Waktu	Kegiatan	Kegiatan Ibu
Pembukaan (5 menit)	1. Salam Pembuka 2. Memperkenalkan diri 3. Menjelaskan pokok bahasan dan tujuan penyuluhan 4. Menjelaskan jalannya penyuluhan	<ul style="list-style-type: none">• Menjawab salam• Mendengarkan
Isi (20 menit)	5. Menjelaskan pengertian KB 6. Menjelaskan macam-macam KB 7. Menjelaskan kekurangan dan kelebihan alat kontrasepsi	<ul style="list-style-type: none">• Melihat• Mendengarkan• Memperhatikan
Penutup (5 menit)	8. Tanya jawab 9. Mengakhiri Penyuluhan 10. Salam Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan• Menjawab• Menjawab salam

VII. Evaluasi

Prosedur : Post test

Bentuk : Lisan

Jenis : Tanya Jawab

Jenis Pertanyaan :

1. Apa pengertian dari KB?
2. Sebutkan macam-macam metode kontrasepsi untuk ibu menyusui!
3. Sebutkan beberapa keuntungan pemakaian alat kontrasepsi!

MATERI

1. PENGERTIAN

Keluarga berencana adalah suatu usaha yang mengatur banyaknya jumlah kelahiran sedemikian rupa, sehingga bagi ibu maupun bayinya, dan bagi ayah serta keluarganya atau masyarakat yang bersangkutan, tidak menimbulkan kerugian sebagai akibat langsung dari kelahiran tersebut. Keluarga berencana adalah upaya untuk mencegah kehamilan dengan menggunakan berbagai metode. (Matahari Ratu, dkk, 2018)

2. MANFAAT KELUARGA BERENCANA

- a. Perbaikan kesehatan baadan ibu.
- b. Adanya waktu yang cukup untuk mengash anak-anak, beristirahat, dan menikmati waktu luang serta melakukan kegiatan-kegiatan lain.
- c. Perkembangan fisik, mental dan sosial anak lebih sempurna.
- d. Perencanaa 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 atau 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.
- 2) Biarkan bayi menghisap sampai melepaskan sendiri hisapannya.
- 3) Susui bayi pada malam hari juga, karena menyusui pada waktu malam membantu mempertahankan kecukupan kebutuhan ASI.
- 4) Bayi terus disusukan walau iu atau bayi sedang sakit.
- 5) Ketika mendapat haid pertanda ibu sudah subur kembali dan harus segera mulai metode KB lainnya.

b. PIL

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 serviks.
- 4) Mengganggu transportasi sperma.

Keuntungan:

- 1) Tidak mengganggu hubungan seksual.
- 2) Tidak mempengaruhi ASI.
- 3) Kesuburan cepat kembali.
- 4) Dapat dihentikan 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 reproduksi. 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 serviks.
- 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 dihentikan sewaktu-waktu sebelum suntikan berikutnya
- 3) Pada penggunaan jangka panjang dapat menimbulkan kekeringan pada vagina, menurunkan libido, gangguan emosi, sakit kepala dan jerawat

Cara pemakaian:

- 1) Setiap saat selama siklus haid, asal tidak sedang hamil
- 2) Mulai hari pertama sampai hari ketujuh 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 lima tahun untuk Norplant dan tiga tahun untuk Jadena, Indoplant, dan Implanon.

Dapat dipakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi.

Pemasangan dan pencabutan perlu pelatihan. Kesuburan segera kembali setelah implant dicabut. Aman dipakai saat menyusui.

Cara kerja:

- 1) Lendir serviks menjadi kental.
- 2) Mengganggu 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 atau meningkatnya jumlah darah haid, serta lambat datang bulan.
- 2) Timbul keluhan-keluhan seperti nyeri kepala, nyeri dada, perasaan mual, pusing, peningkatan atau penurunan berat badan.

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 ditemukan 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

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 mengurangi 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 hubungan 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). Dapat digunakan sampai menopause (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 spotting 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 mencurigakan, adanya infeksi.

10) Setelah masa pemakaian habis, AKDR harus segera dilepas.

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) NIFAS

Pokok Bahasan	: Post Natal Care (PNC)
Penyuluh	: Nur Iva Alistiani
Sasaran	: Ibu Nifas
Tanggal	: 01 Maret 2022
Waktu	: 30 menit

VIII. TUJUAN INTRUKSIONAL UMUM

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan selama 30 menit, diharapkan ibu mengerti dan memahami tentang tanda-tanda bahaya nifas.

IX. TUJUAN INTRUKSIONAL KHUSUS

Setelah diberikan penyuluhan selama 30 menit ibu mampu :

4. Menjelaskan pengertian Nifas
5. Menyebutkan Tanda Bahaya pada Masa Nifas
6. Menjelaskan macam-macam Tanda Bahaya pada Masa Nifas
7. Mengetahui hal yang perlu dilakukan bila terdapat Tanda Bahaya pada Masa Nifas

Dan ibu nifas agar lebih meningkatkan kesadaran terhadap perlunya pengetahuan tentang tanda-tanda bahaya masa nifas sehingga mereka dapat mengetahui dan mengenali apa yang termasuk dalam tanda-tanda bahaya nifas dengan demikian diharapkan gangguan/komplikasi dalam masa nifas dapat dideteksi secara dini.

X. MATERI

4. Pengertian masa nifas
5. Tanda bahaya pada masa nifas
6. Macam-macam tanda bahaya masa nifas
7. Penanganan yang harus dilakukan jika mengalami tanda bahaya pada masa nifas

XI. METODE

Ceramah dan Tanya jawab

XII. MEDIA

Leaflet dan Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

XIII. Kegiatan Penyuluhan

Waktu	Kegiatan	Kegiatan Ibu
Pembukaan (5 menit)	11. Salam Pembuka 12. Memperkenalkan diri 13. Menjelaskan pokok bahasan dan tujuan penyuluhan 14. Menjelaskan jalannya penyuluhan 15. Membagi leaflet	<ul style="list-style-type: none">• Menjawab salam• Mendengarkan
Isi (20 menit)	16. Menjelaskan pengertian masa nifas 17. Menjelaskan tanda bahaya masa nifas 18. Menjelaskan macam-macam tanda bahaya pada masa nifas 19. Menjelaskan penanganan yang harus dilakukan jika mengalami tanda bahaya pada masa nifas	<ul style="list-style-type: none">• Melihat• Mendengarkan• Memperhatikan
Penutup (5 menit)	20. Tanya jawab 21. Mengakhiri Penyuluhan 22. Salam Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan• Menjawab• Menjawab salam

XIV. Evaluasi

Prosedur : Post test

Bentuk : Lisan

Jenis : Tanya Jawab

Jenis Pertanyaan :

4. Apa pengertian dari masa nifas?
5. Sebutkan tanda bahaya pada masa nifas dan cara penanganannya!

Hasil

Ibu dapat menjawab pertanyaan yang diberikan.

Materi Penyuluhan

TANDA BAHAYA PADA IBU NIFAS

1. Pengertian

Masa nifas (*puerperium*) adalah dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil.

Masa nifas adalah periode setelah melahirkan sampai pulihnya organ reproduksi. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6-8 minggu.(Mansyur N , Dahlan AK, 2014)

Masa nifas adalah masa dimana keluarnya plasenta dari uterus ibu sampai kembalinya alat-alat reproduksi seperti sebelum hamil.

Puerperium berlangsung 6 minggu atau 42 hari merupakan waktu yang diperlukan untuk pulihnya alat kandungan pada keadaan yang normal, dijumpai dua kejadian penting pada puerperium, yaitu involusi uterus dan proses laktasi.

Jadi masa nifas adalah periode yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang lamanya 6 minggu atau 42 hari.

2. Tanda-tanda Bahaya Masa Nifas

Tanda bahaya masa nifas adalah suatu tanda yang abnormal yang mengindikasikan adanya bahaya/komplikasi yang dapat terjadi selama masa nifas, apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu.

Tanda-tanda bahaya masa nifas, sebagai berikut :

a. Perdarahan Post Partum

1) Tanda dan gejala

Pendarahan post partum adalah pendarahan lebih dari 500-600 ml dalam masa 24 jam setelah anak lahir.

Menurut waktu terjadinya dibagi atas 2 bagian :

a) Pendarahan Post Partum Primer (Early Post Partum Hemorrhagie)

yang terjadi dalam 24 jam setelah anak lahir. Penyebab utama adalah atonia uteri, retensio plasenta, sisa plasenta dan robekan jalan lahir. Terbanyak dalam 2 jam pertama.

b) Pendarahan Post Partum Sekunder (Late Post Partum Hemorrhagie)

yang terjadi setelah 24 jam, biasanya terjadi antara hari ke 5-15 post partum. Penyebab utama robekan jalan lahir dan sisa plasenta

Pendarahan post partum merupakan penyebab penting kematian maternal khususnya di Negara berkembang.

Faktor-faktor penyebab pendarahan post partum adalah :

1. Grande multipara
2. Jarak persalinan pendek kurang dari 2 tahun
3. Persalinan yang dilakukan dengan tindakan

4. Penanganan

Perdarahan yang perlahan dan berlanjut atau perdarahan tiba-tiba merupakan suatu kegawatdaruratan, segeralah bawa ibu ke fasilitas kesehatan.

b. Lochea yang Berbau Busuk (Bau dari Vagina)

Lochea adalah cairan yang dikeluarkan uterus melalui vagina dalam masa nifas sifat lochea alkalis, jumlah lebih banyak dari pengeluaran lender waktu menstruasi dan berbau anyir (Cairan ini berasal dari bekas melekatnya plasenta).

Lochea dibagi dalam beberapa jenis (Mansyur, N, dkk, 2014) :

- 1) Lochea rubra (Cruenta): berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, sel-sel desidua, verniks kaseosa, lanugo, dan meconium, selama dua hari pasca persalinan.
- 2) Lochea Sanguilenta: berwarna merah kekuningan berisi darah dan lendir hari ke 3-7 pasca persalinan.
- 3) Lochea Serosa: Berwarna kuning, cairan tidak berdarah lagi, pada hari ke 7-14 pasca persalinaan.
- 4) Lochea Alba: Cairan putih, setelah 2 minggu pasca persalinan.
- 5) Lochea Purulenta: Terjadi infeksi, cairan seperti nanah berbau busuk.

6) Lochiostasis: Lochea tidak lancar keluaranya.

a) Tanda dan gejala

- (1) Keluaranya cairan dari vagina
- (2) Adanya bau yang menyengat dari vagina
- (3) Disertai dengan demam $>38^{\circ}\text{C}$
- (4) Penanganan

Jagalah selalu kebersihan vagina and, jika terjadi hal-hal yang tidak diinginkan segeralah periksakan diri anda ke fasilitas kesehatan.

c. Involusi Uterus (Pengecilan Rahim yang Terganggu)

Involusi adalah keadaan uterus yang mengecil oleh kontraksi rahim dimana berat rahim dari 1000 gram saat setelah bersalin, menjadi 40-60 mg 6 minggu kemudian. Bila pengecilan ini kurang baik atau terganggu disebut sub-involusi.

Faktor penyebab sub-involusi, antara lain: sisa plasenta dalam uterus, endometritis, adanya mioma.

1) anda dan gejala

- Uterus lebih besar dan lebih lembek dari seharusnya
- Fundus uteri masih tinggi
- Lochea banyak dan berbau
- Perdarahan

2) Penanganan

Segera periksakan diri anda ke fasilitas kesehatan.

d. Nyeri pada Perut dan panggul

1) Tanda dan gejala

Peritonitis: Peradangan pada peritoneum

- a) Demam
- b) Nyeri perut bagian bawah
- c) Suhu meningkat
- d) Nadi cepat dan kecil
- e) Nyeri tekan
- f) Pucat muka cekung, kulit dingin
- g) Anoreksia terkadang muntah
- h) Penanganan

Lakukan istirahat baring, bila nyeri tidak hilang segera periksakan ke fasilitas kesehatan.

e. Pusing dan Lemas yang Berlebihan

Pusing dan lemas pada masa nifas dapat disebabkan karena tekanan darah rendah, anemia, kurang istirahat dan kurangnya asupan kalori sehingga ibu kelihatan pucat.

1) Tanda dan gejala

- Sakit kepala yang sangat pada salah satu sisi atau seluruh bagian kepala
- Kepala terasa berdenyut dan disertai rasa mual dan muntah
- Lemas

2) Penanganan

- Lakukan istirahat baring
- Makan dengan diet berimbang untuk mendapatkan protein, mineral, dan vitamin yang cukup
- Minum sedikitnya 3 liter setiap hari
- Minum tablet fe selama 40 hari
- Minum kapsul vitamin A (200.000 unit)

f. Suhu Tubuh Ibu $>38^{\circ}\text{C}$

Peningkatan suhu tubuh pada ibu selama 2 hari kemungkinan terjadi infeksi nifas.

1) Tanda dan gejala

Biasanya terjadi dalam 24 jam setelah melahirkan dengan suhu $>38^{\circ}\text{C}$

2) Penanganan

- Istirahat baring
- Kompres dengan air hangat
- Perbanyak minum
- Jika ada syok, segera bawa ibu ke fasilitas kesehatan

g. Penyulit dalam Menyusui

Untuk dapat melancarkan ASI, dilakukan persiapan sejak awal kehamilan dengan melakukan masase, menghilangkan kerak pada putting susu sehingga duktusnya tidak tersumbat.

Untuk menghindari putting susu terbenam sebaiknya sejak hamil, ibu dapat menarik-narik putting susu dan ibu harus tetap menyusui agar putting selalu tertarik.

Sedangkan untuk menghindari putting lecet yaitu dengan melakukan tehnik menyusui yang benar, putting harus kering saat menyusui. Putting lecet dapat disebabkan karena cara menyusui dan perawatan payudara yang tidak benar, bila lecetnya luar menyusui 24-48 jam dan ASI dikeluarkan dengan tangan atau pompa.

Beberapa keadaan abnormal pada masa menyusui yang mungkin terjadi:

1) Bendungan ASI

a) Penyebab

Penyempitan duktus laktiferus, kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna, kelainan pada putting susu.

b) Gejala

Timbul pada hari ke 3-5, payudara bengkak, keras, tegang, panas, nyeri, dan suhu tubuh mrningkat.

c) Penanganan

- (1) Susukan payudara sesering mungkin Kedua payudara disusukan
- (2) Kompres hangat payudara sebelum disusukan
- (3) Bantu dengan memijat payudara untuk permulaan menyusui, sanggah payudara
- (4) Kompres dingin payudara diantara menyusui
- (5) Bila diperlukan berikan paracetamol 500 mg peroral setiap 4 jam.

2) Mastitis

Adalah suatu peradangan pada payudara biasanya terjadi pada 3 minggu setelah melahirkan. Penyebabnya salah satunya kuman yang menyebar melalui luka pada puting susu/peredaran darah.

a. Tanda dan gejala

- Payudara membesar dan keras
- Payudara nyeri, merah dan membisul
- Suhu tubuh meningkat dan menggigil

b. Penanganan

- Sanggah payudara
- Kompres dingin
- Susukan bayi sesering mungkin
- Banyak minum dan istirahat yang cukup

3) Abses Payudara

Adalah terdapat masa padat mengeras dibawah kulit yang kemerahan terjadi ketika mastitis yang tidak segera diobati. Gejala sama dengan mastitis terdapat bisul yang pecah dan mengeluarkan pus (nanah).

PENUTUP

A. Kesimpulan

Tanda bahaya masa nifas merupakan suatu tanda yang abnormal yang mungkin terjadi pada ibu nifas dan mengindikasikan adanya bahaya/komplikasi yang mungkin dapat terjadi selama masa nifas, apabila hal ini tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu. Diantara tanda-tanda bahaya nifas yang mungkin muncul pada ibu nifas diantaranya:

1. Perdarahan post partum
2. Lochea yang berbau busuk (Bau dari vagina)
3. Sub-involusi Uterus (Pengecilan rahim yang terganggu)
4. Nyeri pada perut dan panggul
5. Pusing dan lemas yang berlebihan
6. Suhu tubuh Ibu $>38^{\circ}\text{C}$
7. Penyulit dalam Menyusui

Oleh karena itu diharapkan penyuluhan mengenai tanda bahaya masa nifas ini dapat membantu mendeteksi gejala yang mungkin muncul pada ibu nifas.

Leaflet Keluarga Berencana



APA sih KB itu?

KB = Keluarga Berencana adalah suatu usaha untuk mengatur jumlah dan jarak antara kelahiran anak, guna meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga

Apa Seja Manfaatnya??

- Menghindari kehamilan risiko tinggi
- Menurunkan angka kematian ibu dan bayi
- Meringankan beban ekonomi keluarga
- Membentuk keluarga bahagia sejahtera



Siapa yang harus ber-KB??

Pasangan usia subur yaitu usia 15-49 tahun yang ingin menunda kehamilan, menjarangkan kehamilan, atau mengakhiri kehamilan

Metode Kontrasepsi

merupakan cara, alat, obat-obatan yang digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan, antara lain:

1. Metode Laktasi
2. Kondom
3. Pil KB
4. KB suntik
5. Implan / Susuk
6. IUD / Spiral
7. Steril

MAL (Metode Amenore Laktasi)

Metode KB yg cocok untuk ibu nifas. Syaratnya :

- menyusui bayi secara eksklusif setelah melahirkan (hanya ASI secara penuh, teratur, dan sesering mungkin)
- belum haid
- efektif hanya sampai 6 bulan

KONDOM

Keuntungan:

- Efektif bila digunakan dg benar
- Tidak mengganggu ASI
- Murah & mudah didapat
- Mencegah penyakit menular seksual

Keterbatasan:

- Efektivitas tidak terlalu tinggi
- Agak mengganggu hubungan seksual
- Bisa terjadi alergi bahan dasar kondom

PIL KB

- ✓ Efektif bila digunakan dengan benar
- ✓ Tidak mengganggu hubungan seksual
- ✓ Harus diminum setiap hari

Terdapat 2 macam:

1. **PIL KOMBINASI** (Berisi 2 hormon yaitu estrogen dan Progesteron)
 - TIDAK untuk ibu menyusui
 - Contoh: microgynon, merclon, diane, yasmin, dll
2. **MINI PIL** (Berisi 1 hormon yaitu Progesteron)
 - Tidak mengganggu ASI, COCOK untuk ibu menyusui
 - Dapat terjadi gangguan haid (siklus haid memendek/ memanjang, tidak haid, perdarahan bercak).
 - Contoh: excludon, microkut, dll

KB Suntik

- ✓ Efektivitas tinggi, efek samping sedikit
- ✓ Tidak mengganggu hubungan seksual

Terdapat 2 macam :

1. **Suntikan 1 Bulan**
 - Mengandung estrogen dan progesteron
 - Mengganggu produksi ASI
 - Harus datang setiap 1 bulan untuk suntik
2. **Suntikan 3 bulan**
 - Mengandung progesteron saja
 - Tidak mengganggu produksi ASI
 - Harus datang setiap 3 bulan untuk suntik
 - Dapat terjadi gangguan haid

Leaflet ASI Eksklusif



ASI Eksklusif 0-6

ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan tambahan lain pada bayi berumur 0-6 bulan.



JENIS MAKAM ASI



1. Kolostrum

Cairan kental berwarna kekuningan dihasilkan pada hari -1 s.d hari ke-3. Kolostrum bisa dikatakan sebagai "makanan" pertama yang diterima bayi karena banyak mengandung protein untuk daya tubuh yang berfungsi sebagai pembunuh kuman dalam jumlah tinggi. Kadarnya 17 kali dibandingkan dengan ASI matang.

2. ASI Paralihan

adalah ASI yang di produksi setelah kolostrum antara hari ke-4 s.d hari ke-10. Mengandung **imunoglobulin**, protein dan laktosa dengan konsentrasi yang lebih rendah dari kolostrum tetapi konsentrasi lemak dan jumlah kalori lebih tinggi, vitamin larut lemak berkurang, vitamin larut air meningkat. Bentuk atau warna susu lebih putih dari kolostrum.

3. ASI Matang

adalah susu yang keluar setelah hari ke-10. Berwarna putih kental. Komposisi ASI yang keluar pada isapan-isapan pertama (foremik) mengandung lemak dan karbohidrat lebih banyak dari hindmik (ASI yang keluar pada isapan-isapan terakhir), maka jangan terlalu cepat memindahkan bayi untuk menyusu pada payudara yang lain, bila ASI pada payudara yang sedang disap belum habis.



MANFAAT ASI

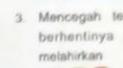
BAGI BAYI:

- Zat gizi yang ideal sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan pencernaan bayi.
- Bayi memperoleh zat kekebalan tubuh alaminya dari ASI.
- Membangun reflex menghisap, menunjang perkembangan rahang, gusi, dan gigi bayi di kemudian hari.
- ASI tidak menyebabkan alergi pada bayi.
- Membantu perkembangan otak bayi.



BAGI IBU:

- Memperkuat ikatan batin dan jalinan kasih antara ibu dan bayi.
- Praktis dan ekonomis.
- Mencegah terjadinya/percepat berhentinya pendarahan setelah melahirkan.
- Sebagai KB alami (menjarangkan kehamilan).
- Mengurangi kemungkinan kanker payudara.



KOMPOSISI ASI

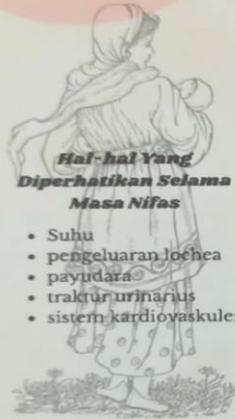
Kandungan Gizi Air Susu Dalam Setiap 100 ml

Air Susu Ibu (ASI)	Air Susu Sapi (ASS)
- Lemak 12,0 g	- Lemak 4,0 g
- Laktosa 12,0 g	- Laktosa 5,0 g
- Protein 1,0 g	- Protein 3,3 g
- Kalori 67,0 mg	- Kalori 67,0 mg
- Kalsium 35,0 mg	- Kalsium 125,0 mg
- Fosfor 30,0 mg	- Fosfor 100,0 mg
- Seng 20,0 mg	- Seng 20,0 mg



Masa Nifas

Masa nifas ialah masa kembalinya alat-alat reproduksi seperti sebelum hamil yang berlangsung selama 42 hari.



IBU MERASA DARAH TERUS KELUAR SETELAH MELAHIRKAN??

Yuk, kenali jenis darah yang keluar selama masa nifas...

Apa itu LOCHEA??

Lochea adalah cairan sekret yang berasal dari uteri dan vagina selama masa nifas

JENIS-JENIS LOCHEA

- Lochea Rubra :
Warna : Merah Kehitaman
Lama : 1-3 Hari
- Lochea Sangunolenta
Warna : Merah Kekuningan
Lama : 3-7 Hari
- Lochea Serosa
Warna : Kekuningan/kecoklatan
Lama : 8-14 Hari
- Lochea Alba
Warna : Putih
Lama : >14 Hari

Warna Lochea

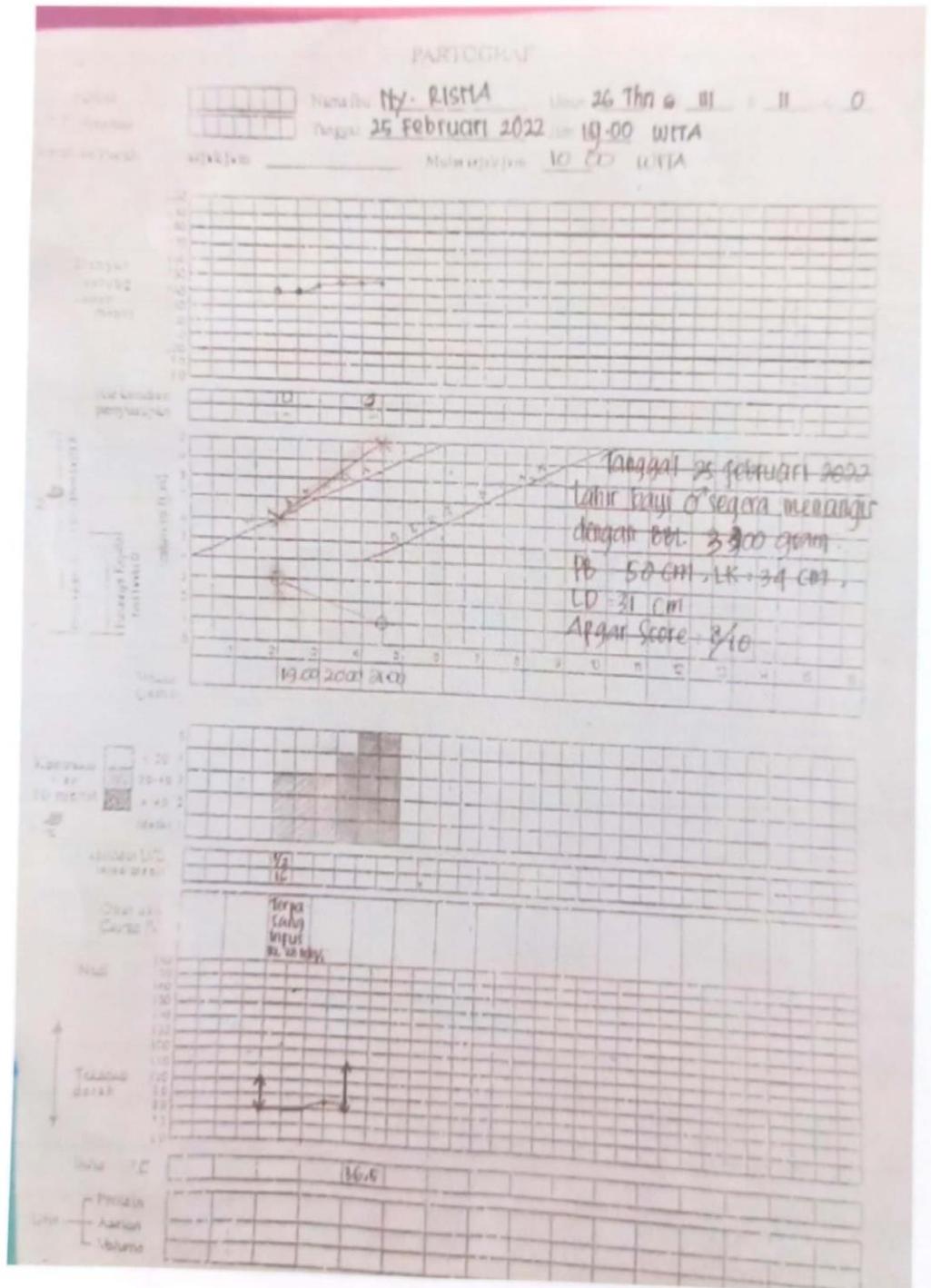


TANDA-TANDA BAHAYA MASA NIFAS

1. Pendarahan lewat jalan lahir
2. Keluar cairan berbau dari jalan lahir
3. Demam lebih dari 2 hari
4. Bengkak di muka, tangan atau kaki mungkin degan sakit kepala dan kejang-kejang
5. Payudara bengkak kemerahan disertai rasa sakit
6. Mengalami gangguan jiwa

Lampiran 6

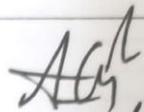
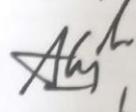
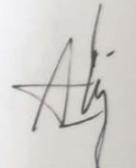
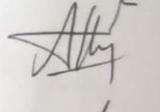
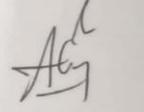
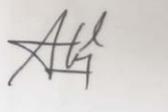
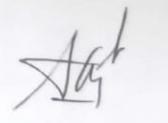
Partograf



LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : **NUR IVA ALISTIANI**
 Nim : **190310004**
 Judul LTA :
 Pembimbing Utama : **PATMAWATI, S. ST., M. Keb**

No	Waktu Konsultasi	Uraian Kegiatan	Paraf
1.	20-1-2022	BAB I	
2	21-1-2022	BAB I & II. tambahkan Angka Revisi GMP yg melakan cac di dunn su kata ty penelitian di LB	
3	24-1-2022	BAB I & BAB II	
4	25-1-2022	Bab I & Bab II tambakan bubar Perseta an & Penyesahan Proposal.	
5.	26-1-2022	Bab I & Bab II Perbaiki tata cara Penulisan	
6	27-1-2022	ACC Proposal	

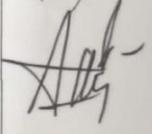
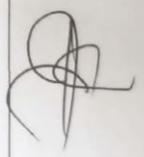
No	Waktu konsultasi	Uraian Kegiatan	Paraf
7	19 April 2022	Bab <u>II</u>	
8	20 April 2022	Bab <u>IV</u>	
9	25 April 2022	Bab <u>V</u>	
10	13 Mei 2022	Bab <u>IV</u> - <u>V</u>	
11	28 Mei 2022	Bab <u>III</u> - <u>V</u>	
12	8 Juni 2022	Bab 1 - <u>V</u>	
13	14 Juni 2022	Bab 1 - <u>V</u>	
		ACC ujian hasil LTA.	

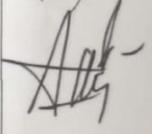
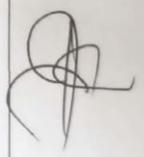
LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : NUR IVA ALISTIANI
 Nim : 190310004
 Judul LTA : _____

 Pembimbing Pendamping : ANDI KASRIDA DAHLAH, S.ST., M.Keb

No	Waktu Konsultasi	Uraian Kegiatan	Paraf
1	10 Januari 2022	- Lengkapi Leaplet 8 SAP pada proposal - Perbaiki BAB I	
2	20 Januari 2022	- Perbaiki Bab I • Tata tulis • Data angka kematian harus yg terbaru	
3	24 Januari 2022	Perbaikan BAB I - Tata tulis - Leaplet ACC	
4	25 Januari 2022	Perbaiki BAB II • Tata tulis Perbaiki BAB I • Tambahkan jurnal penelitian	
5	26 Januari 2022	- Perbaiki BAB II • Perbaiki ayat Al-Quran • Tata tulis • Proses pembentukan manusia dalam bentuk tabel	

No	Waktu Konsultasi	Uraian Kegiatan	Paraf
		<ul style="list-style-type: none"> - daftar pustaka - Tambahkan ayat Al-Qur'an di tahap Perselinan seperti : Abu Nabi Yunus 	
6.	27/1/2022	Perbaiki BAB II Halaman II, 12, 22	
7.	28/1/2022	ACC siap usian proposal	
8.	4/2/2022	konsul perbaikan proposal	
9.	19/4/2022	Tata tulis daftar pustaka BAB III	
10	20/4/2022	BAB III (Kehamilan) BAB IV • Pembahasan + dapus pada setiap Pembahasan teori	
			

No	Waktu Konsultasi	Uraian Kegiatan	Paraf
		<ul style="list-style-type: none"> - daftar pustaka - Tambahkan ayat Al-Qur'an di tahap Perselinan seperti : Abu Nabi Yunus 	
6.	27/1/2022	Perbaiki BAB II Halaman II, 12, 22	
7.	28/1/2022	ACC siap usian proposal	
8.	4/2/2022	konsul perbaikan proposal	
9.	19/4/2022	Tata tulis daftar pustaka BAB III	
10	20/4/2022	BAB III (Kehamilan) BAB IV • Pembahasan + dapus pada setiap Pembahasan teori	
			

Lampiran 9

RIWAYAT HIDUP PENULIS



a. Identitas penulis

Nama : Nur Iva Alistiani
NIM : 190310004
Tempat / tanggal lahir : Blitar, 27 Januari 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
E-mail : nurivaalistianitia27@gmail.com
Alamat : Jln. K.H Ahmad Dahlan Kota Palopo

b. Identitas Orang Tua

Nama Ayah : Maliki
Nama Ibu : Mahmudah

c. Riwayat Pendidikan

1. Tamat SDN Popoh 03 Tahun 2013
2. Tamat MTsN 8 Blitar Tahun 2016
3. Tamat MA Assalam Jambewangi Blitar 2019
4. Mengikuti pendidikan di Universitas Muhammadiyah Palopo Prodi DIII Kebidanan sejak Tahun 2019-2022