



LAPORAN TUGAS AKHIR

**Asuhan Kebidanan Pada Ny.L P₃A₀ Dengan Pemberdayaan
Ibu Dan Keluarga Melalui Pijat Oksitosin
Di Uptd Puskesmas Poned Sedong
Kabupaten Cirebon**

GINA SAMROH

NIM: P20624221010

**Program Studi Diploma III Kebidanan Cirebon
Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
2024**



LAPORAN TUGAS AKHIR

**Asuhan Kebidanan Pada Ny.L P₃A₀ Dengan Pemberdayaan
Ibu Dan Keluarga Melalui Pijat Oksitosin
Di Uptd Puskesmas Poned Sedong
Kabupaten Cirebon**

GINA SAMROH

NIM: P20624221010

**Program Studi Diploma III Kebidanan Cirebon
Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
2024**



**ASUHAN KEBIDANAN PADA NY.L P₃A₀ DENGAN
PEMBERDAYAAN IBU DAN KELUARGA MELALUI
PIJAT OKSITOSIN DI UPTD PUSKESMAS PONED
SEDONG KABUPATEN CIREBON**

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada
Program Studi D.III Kebidanan Cirebon

Gina Samroh

NIM. P2.06.24.2.21.010

**Program Studi Diploma III Kebidanan Cirebon
Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
2024**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan tepat pada waktunya. Laporan Tugas Akhir ini berjudul “Asuhan Kebidanan Pada Ny. L P₃A₀ Melalui Pemberdayaan Ibu dan Keluarga Dengan Pijat Oksitosin Di UPTD Puskesmas PONED Sedong”. Laporan Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi D.III Kebidanan Cirebon.

Penulis banyak mendapatkan dukungan dan bantuan dari berbagai pihak yang berhubungan dengan penulisan laporan kasus dan kegiatan yang dilaksanakan. Melalui kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Nunung Mulyani, APP.,M.Kes selaku Ketua Jurusan DIII Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Hj. Dyah Widiyastuti, SST.,M.Keb selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan Wilayah Cirebon.
4. dr. Iskandar, selaku kepala UPTD Puskesmas Sedong Kabupaten Cirebon.
5. Hayati Ningsih, SST, selaku bidan koordinator sekaligus pembimbing lahan Praktik Klinik Kebidanan III.
6. Hj. Entin Jubaedah, SST.,M.Keb., selaku dosen wali kelas A Program Studi DIII kebidanan Cirebon.
7. Nurasih, SST.,MPH selaku dosen Penanggung Jawab Laporan Tugas Akhir.
8. Neli Nurlina, SST.,MPH selaku dosen Penanggung Jawab Praktik Klinik Kebidanan III sekaligus dosen Pembimbing I Laporan Tugas Akhir yang telah berkenan memberikan bimbingan, arahan, dukungan, serta masukan kepada penulis dalam menyusun Laporan Akhir.

9. Dr.Hj. Yeni Fitriainingsih, SST.,M.Kes selaku dosen Pembimbing II Laporan Tugas Akhir yang telah berkenan memberikan bimbingan, arahan, dukungan, serta masukan kepada penulis dalam menyusun Laporan Akhir.
10. Cinta pertama dan panutanku, Alm. Bapak Darsita dan Ibunda Toipah. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar ini. Semoga bapak bangga, dan ibu semoga ibu sehat selalu.
11. Kedua kakak tercinta, Tomi Tanamal dan Ahmad Sunandar. Motivator yang senantiasa mendoakan, memberikan arahan serta dukungan moril dan material.
12. Cindy, Aisah, Syifa dan Dinda P yang telah memberikan dukungan dan menemani disetiap proses penulisan Laporan Tugas Akhir dan dalam menyelesaikan pendidikan ini.
13. Klien dan keluarga, selaku responden dalam laporan kasus yang telah bersedia berpartisipasi.
14. Julia Permatasari selaku keponakan penulis. Terimakasih telah menemani penulis mengerjakan Tugas Akhir ini. Terimakasih juga atas dukungan dan motivasi yang telah diberikan hingga saat ini.
15. Teman-teman seperjuangan Program Studi DIII Kebidanan Cirebon Angkatan 2021 yang tidak pernah lelah untuk saling mengingatkan, memberikan masukan, saran serta semangat dalam penyelesaian Laporan Tugas Akhir ini.
16. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu dalam penulisan usulan penulisan laporan ini.

Penulis menyadari bahwa Laporan Tugas Akhir ini masih banyak kekeliruan ataupun kesalahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk perbaikan. Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca.

Cirebon, Juli 2024

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGAJUAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penulisan Laporan.....	5
D. Manfaat Penulisan Laporan.....	6
BAB II TINJAUAN TEORI	7
A. Masa Nifas.....	7
1. Pengertian.....	7
2. Tanda Bahaya Nifas	7
3. Tahapan Masa Nifas	8
4. Proses Tahapan Psikologis Pada Ibu Nifas	8
5. Kunjungan Masa Nifas	9
6. Jenis – Jenis ASI	9
B. Manajemen Laktasi	10
C. Pijat Oksitosin	14
1. Pengertian.....	14
2. Hormone yang bekerja	15
3. Langkah – langkah pijat oksitosin.....	15
BAB III METODE PENGUMPULAN DATA	17
A. Metode Pengumpulan Data	17
B. Waktu	18
C. Tempat.....	18
D. Sasaran	18

E. Proses Kegiatan	18
BAB IV TINJAUAN KASUS	25
A. SOAP POSTPARTUM	25
1. Kunjungan Pertama	25
2. Kunjungan Kedua.....	29
3. Kunjungan Ketiga	31
4. Kunjungan Keempat.....	33
5. Kunjungan Kelima	35
6. Kunjungan Keenam.....	37
B. SOAP NEONATUS	39
1. Kunjungan Pertama	40
2. Kunjungan Kedua.....	43
3. Kunjungan Ketiga	45
4. Kunjungan Keempat.....	47
5. Kunjungan Kelima	49
6. Kunjungan Keenam.....	51
BAB V PEMBAHASAN	53
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	75

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jadwal Kunjungan.....	17
--------------------------------	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Teknik menyusui dengan benar.....	9
Gambar 2. Langkah-langkah pijat oksitosin	12







LAMPIRAN











LEMBAR KONSULTASI












Nama Mahasiswa : Gina Samroh


Nama Pembimbing : 1. Neli Nurlina, SST., MPH
2. Dr. Hj. Yeni Fitrianiingsih, SST, M.Kes.

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ny.L P₃A₀ Melalui Pemberdayaan Ibu dan Keluarga Dengan Pijat Oksitosin Di UPTD Puskesmas Sedong.

No.	Tanggal	Materi yang dikonsulkan	Saran Pembimbing	Paraf pembimbing
1.	17-01-2024	Pengajuan tema proposal	Acc tema	 Neli Nurlina, SST., MPH
2.	22-01-2024	Konsultasi Bab I	Perbaiki bab I	 Neli Nurlina, SST., MPH
3.	26-01-2024	Konsultasi hasil perbaikan bab I	Perbaiki bab I	 Neli Nurlina, SST., MPH
4.	07-02-2024	Konsultasi bab 1-3	Perbaiki bab 1-3	 Neli Nurlina, SST., MPH
5.	13-02-2024	Konsultasi bab I	Perbaiki bab I	 Dr. Hj. Yeni Fitrianiingsih, SST, M.Kes.
6.	20-02-2024	Konsultasi hasil perbaikan bab 1-3	Perbaiki bab 1-3	 Neli Nurlina, SST., MPH

7.	24-02-2024	Konsultasi hasil perbaikan bab 1-3	Perbaiki bab 1-3	 Neli Nurlina, SST., MPH
8.	27-02-2024	Konsultasi hasil perbaikan bab 1-3	Melanjutkan perbaikan bab 3	 Neli Nurlina, SST., MPH
9.	28-02-2024	Konsultasi hasil perbaikan bab 1-3	Perbaiki Bab 1-3	 Dr. Hj. Yeni Fitrianiingsih, SST, M.Kes.
10.	29-02-2024	Konsultasi hasil perbaikan bab 3	ACC	 Dr. Hj. Yeni Fitrianiingsih, SST, M.Kes.
11.	29-02-2024	Konsultasi bab 3	Perbaiki bab 3	 Neli Nurlina, SST., MPH
12.	05-03-2024	Konsultasi hasil perbaikan	ACC	 Neli Nurlina, SST., MPH
13.	25-04-2023	Konsultasi Bab 4	Perbaiki bab 4	 Neli Nurlina, SST., MPH
14.	17-05-2024	Konsultasi Bab 4	Perbaiki bab 4	 Neli Nurlina, SST., MPH
15.	18-05-2024	Konsultasi Bab 4	Perbaiki bab 4	 Neli Nurlina, SST., MPH
16.	18-05-2024	Konsultasi Bab 4	Perbaiki bab 4	 Dr. Hj. Yeni Fitrianiingsih, SST, M.Kes.

17	20-05-2024	Konsul Bab 4	Perbaiki bab 4 dan lanjutkan bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
18	27-05-2024	Konsul Bab 5	Perbaiki bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
19	28-05-2024	Konsul Bab 5	Perbaiki bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
20	29-05-2024	Konsul Bab 5	Perbaiki bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
21	01-06-2024	Konsul Bab 5	Perbaiki bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
22	03-06-2024	Konsul Bab 5	Perbaiki bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
23	04-06-2024	Konsul Bab 5	Perbaiki bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
24	05-06-2024	Konsul Bab 5	Perbaiki bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
25	10-06-2024	Konsul Bab 5	Perbaiki bab 5	 Neli Nurlina, SST., MPH
26	11-06-2024	Konsul Bab 5-6	ACC	 Neli Nurlina, SST., MPH
27	19-06-2024	Konsul Bab 4-6	Perbaiki bab 4-6	 Dr. Hj. Yeni Fitriani, SST, M.Kes.

28	20-06-2024	Konsul Bab 4- 6	ACC	 Dr. Hj. Yeni Fitrianingsih, SST, M.Kes.
----	------------	--------------------	-----	--

Lampiran 1. Hasil *Pretest*

SOAL PRE TEST DAN POST TEST TENTANG LAKTASI

Nama : *Laela*

Skor : 11

No	Pernyataan	Jawaban	
		Benar	Salah
1.	ASI eksklusif adalah makanan bayi dengan kualitas sama dengan susu formula		✓
2.	ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja sampai usia 6 bulan	✓	
3.	Air putih tidak boleh diberikan kepada bayi umur 0-6 bulan		✓
4.	Susu formula dapat diberikan kepada bayi jika ASI belum keluar	✓	
5.	ASI yang keluar pertama kali dapat meningkatkan kekebalan tubuh bayi dari penyakit	✓	
6.	ASI yang keluar pertama kali sebaiknya dibuang		✓
7.	Menyusui dapat membantu mengecilkan Rahim	✓	
8.	Pemberian ASI eksklusif dapat membantu ibu dalam menjarangkan kehamilan		✓
9.	ASI eksklusif meningkatkan jalinan kasih sayang	✓	
10.	Ibu yang pikirannya kacau dapat menghambat pengeluaran ASI		✓
11.	Ibu yang takut ASInya tidak cukup dapat menghambat pengeluaran ASI		✓
12.	Madu dan kurma dapat diberikan kepada bayi sesaat setelah lahir atau ketika bayi berusia sebelum 6 bulan	✓	
13.	Susu botol dapat diberikan kepada bayi di sela-sela pemberian ASI eksklusif		✓
14.	Pemberian ASI saja membuat bayi rewel		✓
15.	Ibu tidak boleh menyusui saat jam kerja		✓
16.	Ibu bekerja mempunyai hak waktu untuk menyusui/memompa ASI	✓	
17.	Memberikan ASI perah kepada bayi dengan sendok		✓
18.	ASI perah yang sudah dikeluarkan dari lemari kulkas tidak boleh disimpan lagi	✓	
19.	ASI perah bisa bertahan sampai 6 bulan di kulkas pembeku		✓

20	Ibu harus percaya diri bahwa ibu bisa memberikan ASI eksklusif	<input checked="" type="checkbox"/>	
----	--	-------------------------------------	--

Petunjuk pengisian : Jawablah pernyataan dibawah ini dengan memberi tanda (√) pada kolom Setuju jika pernyataan anda anggap benar dan kolom Tidak Setuju jika pernyataan anda anggap salah.

Sumber : (Priyati, Santoso and Arum, 2019)

Lampiran 2. Hasil *Posttest*

SOAL PRE TEST DAN POST TEST TENTANG LAKTASI

Nama : *Laela*

Skor : 19

No	Pernyataan	Jawaban	
		Benar	Salah
1.	ASI eksklusif adalah makanan bayi dengan kualitas sama dengan susu formula		✓
2.	ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja sampai usia 6 bulan	✓	
3.	Air putih tidak boleh diberikan kepada bayi umur 0-6 bulan	✓	
4.	Susu formula dapat diberikan kepada bayi jika ASI belum keluar		✓
5.	ASI yang keluar pertama kali dapat meningkatkan kekebalan tubuh bayi dari penyakit	✓	
6.	ASI yang keluar pertama kali sebaiknya dibuang		✓
7.	Menyusui dapat membantu mengecilkan Rahim	✓	
8.	Pemberian ASI eksklusif dapat membantu ibu dalam menjarangkan kehamilan	✓	
9.	ASI eksklusif meningkatkan jalinan kasih sayang	✓	
10.	Ibu yang pikirannya kacau dapat menghambat pengeluaran ASI	✓	
11.	Ibu yang takut ASInya tidak cukup dapat menghambat pengeluaran ASI	✓	
12.	Madu dan kurma dapat diberikan kepada bayi sesaat setelah lahir atau ketika bayi berusia sebelum 6 bulan		✓
13.	Susu botol dapat diberikan kepada bayi di sela-sela pemberian ASI eksklusif		✓
14.	Pemberian ASI saja membuat bayi rewel		✓
15.	Ibu tidak boleh menyusui saat jam kerja		✓
16.	Ibu bekerja mempunyai hak waktu untuk menyusui/memompa ASI	✓	
17.	Memberikan ASI perah kepada bayi dengan sendok	✓	
18.	ASI perah yang sudah dikeluarkan dari lemari kulkas tidak boleh disimpan lagi	✓	
19.	ASI perah bisa bertahan sampai 6 bulan di kulkas pembeku	✓	

20	Ibu harus percaya diri bahwa ibu bisa memberikan ASI eksklusif	<input checked="" type="checkbox"/>	
----	--	-------------------------------------	--

Petunjuk pengisian : Jawablah pernyataan dibawah ini dengan memberi tanda (√) pada kolom Setuju jika pernyataan anda anggap benar dan kolom Tidak Setuju jika pernyataan anda anggap salah.

Sumber : (Priyati, Santoso and Arum, 2019)

Lampiran 3. Lembar Pemantauan Harian

LEMBAR PEMANTAUAN

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama dan jawab dengan kondisi anda saat ini dengan memberi tanda ceklis (✓) setiap harinya.

No	Kegiatan	Jawaban	Hari						
			1	2	3	4	5	6	7
1.	Melakukan pijat oksitosin selama	Ya, selama 15 menit	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Ya, kurang dari 15 menit							
		Tidak melakukan							
2.	Melakukan pijat oksitosin dalam sehari	2 kali	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		1 kali							
		Tidak dilakukan							
3.	Perasaan ibu setelah dilakukan pijat oksitosin	Lebih nyaman	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Biasa saja							
4.	Lamanya ibu menyusui bayinya	Lebih dari 30 menit	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Kurang dari 30 menit							
5.	Warna urine bayi	Kuning jernih, tidak berbau	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Putih kental, berbau							
6.	Jumlah pengeluaran ASI	Banyak, hingga merembes				✓	✓	✓	✓
		Sedikit, tidak merembes	✓	✓	✓				
7.	Berapa kali bayi menyusui dalam 24 jam	Kurang dari 8 kali							
		Lebih dari 8 kali	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
8.	Perlekatan saat menyusui bayi	Hanya puting yang masuk dalam mulut bayi	✓						
		Sebagian areola masuk ke dalam mulut		✓	✓	✓	✓	✓	✓
9.	Buang Air Besar	3-4 kali sehari			✓	✓	✓	✓	✓
		Kurang dari 3 kali	✓	✓					
		Tidak BAB							
10.	Buang Air Kecil	Lebih dari 6 kali		✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Kurang dari 6 kali	✓						
		Tidak BAK							
11.	Lamanya bayi tidur dalam sehari	Kurang dari 14 jam	✓	✓					
		Lebih dari 14 jam			✓	✓	✓	✓	✓

12.	Ibu mengonsumsi protein	Ibu mengonsumsi daging, tempe, tahu, dan kacang-kacangan	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Ibu tidak mengonsumsi asupan protein							
13.	Ibu mengonsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin c	Ibu mengonsumsi buah-buahan seperti jeruk, jambu biji, mangga, dan lain-lain	✓	✓		✓	✓	✓	✓
		Ibu tidak mengonsumsi buah yang mengandung vitamin c			✓				
14.	Ibu mengonsumsi obat penambah darah (suplemen zat besi)	Ibu mengonsumsi obat penambah darah rutin setiap hari	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Ibu mengonsumsi obat penambah darah tidak rutin							
15.	Ibu mengonsumsi banyak sayuran hijau	Ibu mengonsumsi sayuran	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Ibu tidak mengonsumsi sayuran							
16.	Frekuensi makan ibu dalam sehari	Makan sehari kurang dari 2 kali							
		Makan sehari lebih dari 2 kali	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Lampiran 4. Hasil kuesioner *Edinburgh Postpartum Depression Scale* (EPDS)

EDINBURGH POSPARTUM DEPRESSION SCALE (EPDS)

Petunjuk kuesioner.

1. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama dan jawab dengan kondisi anda saat ini dengan memberi tanda silang (X).
2. Jumlah pernyataan ada 10 item dengan empat pilihan jawaban.
3. Kode pilihan S = Sering , KK = Kadang-kadang , SJ = Sangat Jarang dan TP = Tidak Pernah


NO	PERNYATAAN	3 2 1 0			
		S	KK	SJ	TP
1.	Saya dapat tertawa dan melihat sisi yang menyenangkan dari suatu hal			X	
2.	Saya gembira menghadapi segala sesuatu		X		
3.	Saya menyalahkan diri sendiri secara tidak semestinya bila keadaan menjadi buruk			X	
4.	Saya merasa khawatir atau cemas tanpa alasan yang jelas				X
5.	Saya merasa gugup dan takut tanpa alasan yang jelas				X
6.	Segala sesuatu terasa membebani saya				X
7.	Saya merasa tidak bahagia hingga saya merasa sulit untuk tidur				X
8.	Saya merasa sedih dan jengkel tidak menentu			X	
9.	Saya merasa sangat tidak bahagia, sehingga membuat saya menangis				X
10	Pikiran untuk melukai diri sendiri telah terjadi pada saya				X



Sumber:(Adli, 2022)



Lampiran 5. Dokumentasi





Lampiran 6. Prosedur Pelaksanaan Pijat Oksitosin

Prosedur Pelaksanaan Pijat Oksitosin		
No	Langkah-langkah	Ilustrasi gambar
1.	Melepaskan baju ibu bagian atas sebaiknya dalam keadaan telanjang dada	
2.	Menyiapkan gelas yang diletakan di depan payudara untuk menampung ASI yang mungkin menetes keluar saat pemijatan	
3.	Menganjurkan ibu untuk duduk membelakangi bidan dan miring ke kanan atau ke kiri sambil memeluk bantal. Minta ibu bersandar kedepan, melipat lengan diatas meja didepannya dengan membiarkan payudara menggantung lepas	

4.	Memasang handuk di daerah pundak dan perut ibu	
5.	Carilah tulang yang paling menonjol pada tengkuk. Dari tonjolan tulang turun ke bawah kurang lebih 2 cm	
6.	Melumuri kedua telapak tangan dengan minyak kelapa/ <i>baby oil</i>	

7.	Melakukan pemijatan sepanjang kedua sisi tulang belakang ibu dengan menggunakan kepalan tangan dan ibu jari menunjuk ke depan	
8.	Lakukan pijatan dengan penekanan kuat membentuk gerakan-gerakan melingkar kecil dengan kedua ibu jari	
9.	Memijat kedua sisi tulang belakang ke arah bawah dari leher ke arah tulang belikat sampai sejajar payudara	

10.	Mengulangi pemijatan selama 5-10 menit dengan durasi 3 menit di setiap pijatan oksitosin	
11.	Membersihkan punggung ibu dengan menggunakan air hangat dan air dingin secara bergantian	

Sumber:(Sukmanawati, Nurjannah dan Agustiani, 2022)

Lampiran 7. Leaflet pijat oksitosin

Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada tulang belakang yang di mulai pada tulang belakang sampai tulang *costae* kelima - keenam.

Pijat oksitosin merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Serta menjadi salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI.



Manfaat :

1. Mempercepat penyembuhan luka bekas implantasi plasenta.
2. Mencegah terjadinya perdarahan post partum.
3. Dapat mempercepat terjadinya proses involusi uterus.
4. Meningkatkan produksi ASI.
5. Meningkatkan rasa nyaman pada ibu menyusui.
6. Meningkatkan hubungan psikologis antar ibu dan keluarga.

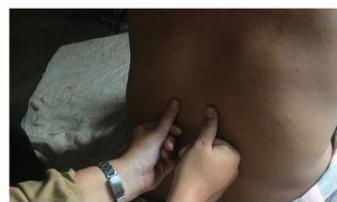
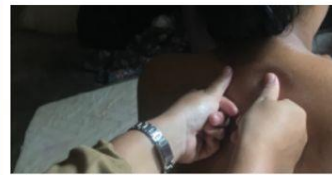


PIJAT OKSITOSIN



Cara Pijat Oksitosin

1. Posisikan ibu duduk menghadap tembok, meja, atau sandaran kursi.
2. Gunakan bantal untuk menopang bagian depan tubuh agar posisi lebih nyaman.
3. Posisikan ibu jari 2-3 cm dari tonjolan tengkuk dan 1-2 jari dari tulang belakang kiri kanan.
4. Pijat dengan ibu jari secara melingkar hingga turun ke tulang belikat
5. Lakukan selama 3 menit
6. Setelah itu, ulangi dari bawah ke atas.
7. Gunakan kepalan tangan untuk memijat seluruh punggung dengan tekanan yang lembut.
8. Lakukan hingga ibu merasa rileks. Setelah rileks, usap seluruh bagian punggung dengan sentuhan yang nyaman.



IBU NIFAS

**HAL-HAL YANG HARUS DIHINDARI
OLEH IBU BERSALIN DAN SELAMA NIFAS**

Membuang ASI yang pertama keluar (kolostrum) karena sangat berguna untuk kekebalan tubuh anak



Membersihkan payudara dengan alkohol/povidon iodine/obat merah atau sabun karena bisa terminum oleh bayi



Latihan fisik dengan posisi telungkup



Mengikat perut terlalu kencang

Menempelkan daun-daunan pada kemaluan karena akan menimbulkan infeksi



TANDA BAHAYA PADA IBU NIFAS

Bila ditemukan salah satu atau lebih tanda bahaya, maka **SEGERA BAWA** ibu nifas ke rumah sakit

Demam lebih dari 2 hari



Pendarahan lewat jalan lahir



Keluar cairan berbau dari jalan lahir



Ibu terlihat sedih, murung dan menangis tanpa sebab (depresi)



Nyeri ulu hati, mual muntah, sakit kepala, pandangan kabur, kejang dengan atau tanpa bengkak pada kaki, tangan dan wajah



Payudara bengkak, merah disertai rasa sakit



[GINA SAMROH]

Cirebon, West Java, 45183 | +62 821 28401190 |

ginasmrh0629@gmail.com

Instagram : @ginash

Data Pribadi

Nama : Gina Samroh
NIM : P20624221010
Tempat/Tanggal Lahir : Cirebon, 09 Desember 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Program Studi/Angkatan : D-III Kebidanan Cirebon
Universitas : Poltekkes Kesehatan Kemenkes
Tasikmalaya
Alamat Universitas : Jalan Pemuda Raya No. 38, Sunyaragi,
Kec.Kesambi, Kota Cirebon, Jawa Barat
45132
Agama : Islam
Tinggi/Berat Badan : 156 cm / 56kg
Golongan Darah : AB
Status Perkawinan : Belum Kawin
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat Rumah : Desa Cipeujeuh Kulon, Kecamatan
Lemahabang, Kabupaten Cirebon
E-mail : ginasmrh0629@gmail.com
Telepon : 082128401190

Kemampuan & Kompetensi

- Kemampuan untuk bekerja dalam tim dan berkontribusi.
 - Kemampuan untuk mengidentifikasi masalah, menganalisis situasi, dan menemukan solusi kreatif.
 - Kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, belajar hal baru, dan menyesuaikan dengan lingkungan baru.
-

Pengalaman Organisasi

- Tahun 2019-2020 Bendahara Ekstrakurikuler Jurnalistik SMAN 1 Lemahabang
 - Tahun 2022-2023 Badan Pengurus Harian UKM PPGD
 - Tahun 2022-2023 Anggota Himpunan Mahasiswa DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Cirebon
 - Tahun 2023-2024 Ketua 1 Himpunan Mahasiswa DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Cirebon
-

Pendidikan

- | | |
|----------------------------------|-------------|
| • TK RA-AZ-ZAHRA | 2008 - 2009 |
| • SDN 2 Cipeujeuh Kulon | 2009 - 2015 |
| • MIS Khiyarusshibyan | 2010 - 2013 |
| • SMPN 1 Lemahabang | 2015 - 2018 |
| • SMAN 1 Lemahabang | 2018 - 2020 |
| • Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya | 2021 - now |