

LAMPIRAN

Lampiran I Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Riska

Umur : 29 tahun

Alamat : Awilega 004/008, Gunung Gede, Kawalu

Dengan sungguh menyatakan bahwa :

Setelah memperoleh penjelasan dan mendapat kesempatan bertanya, saya sepenuhnya menyadari, mengerti dan memahami tentang tujuan dan manfaat dalam kegiatan asuhan kebidanan komprehensif. Maka saya menyatakan (**BERSEDIA/TIDAK BERSEDIA***) diikutsertakan dalam studi kasus yang dilakukan oleh saudari **Tia Maulani**, Mahasiswa DIII Kebidanan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya yang berjudul "**Asuhan Kebidanan Komprehensif di wilayah kerja Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya**"

Demikian surat persetujuan ini saya buat dengan sejujur-jujurnya tanpa paksaan dari pihak manapun.

Tasikmalaya, 25 Januari 2025

Mengetahui,

Penanggung Jawab Asuhan


(.....Tia Maulani.....)

Yang menyatakan,

Peserta/Klien Studi Kasus


(.....Riska.....)

~~Orang Tua~~/suami*


(.....NANDANG FIKRI.....)

SENAM NIFAS UNTUK IBU PASCA MELAHIRKAN

Disusun oleh:
Tia Maulani
P20624122037

APA ITU SENAM NIFAS?

Senam Nifas adalah latihan gerak yang dilakukan oleh ibu setelah melahirkan, supaya otot-otot yang mengalami peregangan selama kehamilan dan persalinan dapat kembali ke kondisi normal

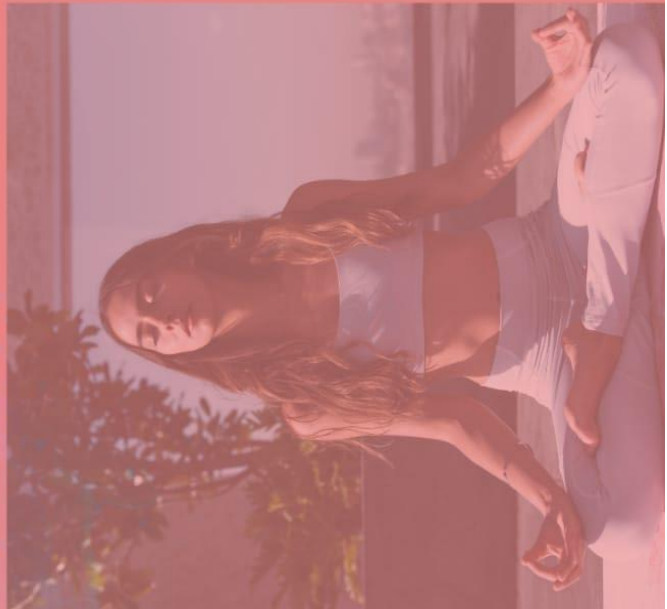


TUJUAN SENAM NIFAS

1. Membantu pemulihan keadaan ibu
2. Mempercepat proses involusi uterus
3. Memulihkan kekuatan dan kekencangan otot
4. Memperlancar pengeluaran lochea
5. Membantu mengurangi rasa sakit pada otot setelah melahirkan
6. Merelaksasi otot yang menunjang proses kehamilan dan persalinan
7. Meminimalisir timbulnya kelainan dan komplikasi masa nifas

MANFAAT SENAM NIFAS

- Membantu penyembuhan rahim, perut dan otot pinggul serta mempercepat kembalinya bagian tersebut ke bentuk normal
- Membantu menormalkan sendi yang menjadi longgar, serta mencegah pelamahan dan peregangan lebih lanjut
- mengurangi depresi pasca persalinan



Hari Ke-1

1. Posisi tidur terlentang
2. Tarik nafas dan keluarkan nafas perlahan
3. Tahan nafas selama 3-5 detik untuk relaksasi sebanyak 8x



Hari Ke-4

1. Posisi tidur terlentang, kaki di tekuk 45°
2. Tangan kanan diatas perut, kepala ditekan sampai dagu menyentuh dada
3. Kedua kaki dirapatkan (ulangi sebanyak 8x)



Hari Ke-2

1. Posisi tidur terlentang, kedua kaki lurus ke depan
2. Kedua tangan ditarik lurus keatas dan turunkan tangan sejajar dada (ulangi gerakan 8x)



Hari Ke-5

1. Posisi tidur terlentang, kaki di tekuk 45°, gerakan tangan kiri ke arah kaki kanan, kepala ditekan sampai dagu menyentuh dada
2. Lakukan gerakan tersebut secara bergantian sambil atur pernapasan (ulangi sebanyak 8x)



Hari Ke-3

1. Posisi tidur terlentang Kedua tangan berada di samping badan, kedua kaki ditebuk 45°
2. Bokong diangkat keatas, kemudian kembali ke posisi semula. Lakukan perlahan



Hari Ke-6

1. Posisi tidur terlentang lutut ditarik sampe ke atas, tangan disamping badan
2. Lakukan gerakan bergantian (ulangi sebanyak 8x)



Hari Ke-7

1. Posisi tidur terlentang, lutut ditarik sampe ke atas, dalam keadaan lurus
2. Turunkan kedua kaki secara perlahan dan atur pernapasan (ulangi sebanyak 8x)



Hari Ke-8

1. Posisi nungging, pernapasan melalui mulut
2. Kedua kaki dirapatkan, tahan 3-10 hitungan lalu lepaskan
3. Buang napas saat melepas gerakan (ulangi sebanyak 8x)



Hari Ke-9

1. Posisi tidur terlentang, letakkan kedua tangan di tekuk ke belakang kepala
2. Kaki diangkat 90° lalu turunkan perlahan (ulangi sebanyak 8x)



Hari Ke-10

1. Posisi tidur terlentang, letakkan kedua tangan di tekuk ke belakang kepala
2. Bangun sampai posisi duduk dengan kedua tangan ditebuk di belakang
3. Atur pernapasan (ulangi sebanyak 8x)



Lampiran 3 Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI FASE LATEN

Ny. R 29 tahun G2P1A0 Usia Kehamilan 37-38 hari

[illegible]

Lampiran 4 Partograf

PARTOGRAF

No. Register Nama Ibu : Ny. R Umur : 29 Tahun G. 2 P. 1 A. 0
 No. Puskesmas Tanggal : 04-02-2025 Jam : 09-00 WIB Alamat : Amilega 4/8
 Ketuban pecah Sejak jam belum pecah mules sejak jam 06-00 WIB Guning Gede
Kawalu

Denyut Jantung Janin
(/menit)

Air ketuban Penyusupan

	U																		
	O																		

Pembukaan serviks (cm) ber tanda x

Turunnya kepala
 ber tanda o
 pecah diamnitotomi paku
 W. 40 wib, warna Cairan jernih,
 bau tidak menyengat (cm)

Ketuban
 W. 40 wib, warna Cairan jernih,
 bau tidak menyengat (cm)

Kontraksi tiap 0 Menit

	5																		
	< 20																		
	4																		
	3																		
	2																		
	1																		

Oksitosin U/L tetes/menit

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Obat dan Cairan IV

• Nadi

• Tekanan darah

Suhu °C

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Urin

	Protein																		
	Aseton																		
	Volume																		

tgl: 4/2-2025 jam: 14-40 wib
 Bayi lahir spontan, lengkap
 menangis kuat, tonus otot kuat,
 warna kulit kemerahan
 Jk-perempuan BB: 3500 gram

CATATAN PERSALINAN

1. Tanggal : 04 Februari 2025
2. Nama bidan :
3. Tempat Persalinan :
☐ Rumah Ibu ☒ Puskesmas
☐ Polindes ☐ Rumah Sakit
☐ Klinik Swasta ☐ Lainnya :
4. Alamat tempat persalinan : Jl. Syekh Abdul Mukhyi
5. Catatan : ☐ rujuk, kala : I / II / III / IV
6. Alasan merujuk :
7. Tempat rujukan :
8. Pendamping pada saat merujuk :
☐ Bidan ☐ Teman
☐ Suami ☐ Dukun
☐ Keluarga ☐ Tidak ada

KALA I

9. Partogram melewati garis waspada : Y / (T)
10. Masalah lain, sebutkan :
11. Penatalaksanaan masalah Tsb :
12. Hasilnya :

KALA II

13. Episiotomi :
☐ Ya, Indikasi
☒ Tidak
14. Pendamping pada saat persalinan
☐ Suami ☐ Teman ☐ Tidak ada
☐ Keluarga ☐ Dukun
15. Gawat Janin :
☐ Ya, tindakan yang dilakukan
 a.
 b.
 c.
☐ Tidak
16. Distosia bahu :
☐ Ya, tindakan yang dilakukan
 a.
 b.
 c.
☐ Tidak
17. Masalah lain, sebutkan :
18. Penatalaksanaan masalah tersebut :
19. Hasilnya :

KALA III

20. Lama kala III : 7 menit
21. Pemberian Oksitosin 10 U im ?
☒ Ya, waktu : menit sesudah persalinan
☐ Tidak, alasan :
22. Pemberian ulang Oksitosin (2x) ?
☐ Ya, alasan :
☒ Tidak
23. Penegangan tali pusat terkendali ?
☒ Ya,
☐ Tidak, alasan :

PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

Jam Ke	Waktu	Tekanan darah	Nadi		Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Perdarahan
1	14.47	100/70	85	36,4	1jr ↓ pst	Keras	tidak penuh	Normal
	15.02	110/80	84		1jr ↓ pst	Keras	tidak penuh	Normal
	15.57	100/80	86		1jr ↓ pst	Keras	tidak penuh	Normal
	15.32	120/80	88		1jr ↓ pst	Keras	tidak penuh	Normal
2	16.02	110/80	85	36,5	1jr ↓ pst	Keras	tidak penuh	Normal
	16.32	120/80	83		1jr ↓ pst	Keras	tidak penuh	Normal

Masalah kala IV :
 Penatalaksanaan masalah tersebut :
 Hasilnya :

24. Masase fundus uteri ?
☒ Ya,
☐ Tidak, alasan :
 25. Plasenta lahir lengkap (intact) Ya / Tidak
 Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan :
 a.
 b.
 c.
 26. Plasenta tidak lahir > 30 menit : Ya / (Tidak)
☐ Ya, tindakan :
 a.
 b.
 c.
 27. Laserasi :
☒ Ya, dimana otot-otot perineum dxamping kulit dan mukosa vagina
☐ Tidak
 Jika laserasi perineum, derajat : 1 (2) 3 / 4
 Tindakan :
☐ Penjahitan, dengan / tanpa anestesi
☐ Tidak dijahit, alasan :
 29. Atoni uteri :
☐ Ya, tindakan
 a.
 b.
 c.
☒ Tidak
 30. Jumlah perdarahan : 250 ml
 31. Masalah lain, sebutkan :
 32. Penatalaksanaan masalah tersebut :
 33. Hasilnya :
- BAYI BARU LAHIR :**
34. Berat badan : 3500 gram
 35. Panjang : 51 cm
 36. Jenis kelamin : L (P)
 37. Penilaian bayi baru lahir : baik / ada penyulit
 38. Bayi lahir :
☒ Normal, tindakan :
☒ mengeringkan
☒ menghangatkan
☒ rangsang taktil
☒ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
☐ Aspiksia ringan/pucat/biru/lemas/tindakan :
☐ mengeringkan ☐ bebaskan jalan napas
☐ rangsang taktil ☐ menghangatkan
☐ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
☐ lain - lain sebutkan :
☐ Cacat bawaan, sebutkan :
☐ Hipotermi, tindakan :
 a.
 b.
 c.
 39. Pemberian ASI
☒ Ya, waktu : jam setelah bayi lahir
☐ Tidak, alasan :
 40. Masalah lain,sebutkan :
 Hasilnya :

Lampiran 5 Bimbingan


 Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
 Jalan Sekeloa Utara No. 101
 Tasikmalaya, Jawa Barat 46111
 Telp. (0265) 2511111

POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA JURUSAN KEBIDANAN PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN

BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR T.A 2024/ 2025

Pembimbing I: Ibu Irle Khairiyah P. SST, M. Keb
 Pembimbing II: Ibu Santi Yuliastuti, SST, M. Keb

No	Hari / Tanggal	Materi Bimbingan	Rekomendasi	Paraf Pembimbing
1	13/01-2025	Diskusi Judul asuhan	Perbaiki, baca banyak sumber	
2				
3	14/01-2025	Diskusi judul asuhan	Perbaiki, baca banyak sumber	
4				
5	17/01-2025	BAB I	lengkapi & Perbaiki	
6	22/01-2025	BAB I, II	lengkapi & Perbaiki	
7		Bab 2	lengkapi Bab 3	
8	24/01-2025	Bab 3	ACC	



Kemenkes

Kepolisian Kesehatan

Pusat Kesehatan Masyarakat

Jalan Babakan Siliwangi No.35, Kahuripan Tasikmalaya Jawa Barat 46115

(0265) 340186

<https://poltekkestasikmalaya.ac.id>

POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN

BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
T.A 2024/ 2025

Pembimbing I: Ibu Ir Ir Khairiyah P, SST, M. Keb

Pembimbing II: Ibu Santi Yuliasuti, SST, M.Tr. Keb

No	Hari / Tanggal	Materi Bimbingan	Rekomendasi	Paraf Pembimbing
1	29/01-25	Bab 1, II, III	Perbaiki Bab 1, III	 
2	30/01-25	Bab 1, II, III	ACC	
3				
4				
5				
6				
7				
8				

**Kementerian Kesehatan**

Poltekkes Tasikmalaya

Jalan Babakan Siliwangi No.35, Kahuripan, Tawang
Tasikmalaya, Jawa Barat 46115

(0265) 340186

<https://poltekkestasikmalaya.ac.id>**POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA****JURUSAN KEBIDANAN****PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN****BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR**

T.A 2024/ 2025

Pembimbing I: Ir Ir Khairiyah P, SST, M. Keb

Pembimbing II: Santi Yuliastuti, M. Tr. Keb

No	Hari / Tanggal	Materi Bimbingan	Rekomendasi	Paraf Pembimbing
1	9/5-2025	Bimbingan BAB 4 & 5	Revisi sesuai arahan	
2	14/5-2025	Bimbingan BAB 4 & 5	Revisi sesuai arahan	
3	16/5-2025	Bimbingan revisi BAB 4 & 5	Revisi sesuai arahan	
4	19/5-2025	Bimbingan revisi BAB 4 & 5	Revisi sesuai arahan	
5	19/5-2025	Bimbingan revisi BAB 4 & 5	acc	
6	19/5-2025	Bimbingan revisi BAB 4 & 5	acc Friday.	
7				
8				

Lampiran 6 Legalitas Perizinan



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Tasikmalaya

📍 Jalan Babakan Siliwangi No.35, Kahuripan, Tawang
Tasikmalaya, Jawa Barat 46115
☎ (0265) 340186
🌐 <https://poltekkestasikmalaya.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXVI.14/0022/2025
Lampiran : 2 (Dua) Lembar
Hal : Permohonan Izin Penelitian

17 Januari 2025

Yth. (terlampir)

Sehubungan pelaksanaan kegiatan penyusunan laporan tugas akhir bagi mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya TA. 2025/2026 sebagai berikut : (terlampir)

Maka kami bermaksud mengajukan permohonan izin penelitian penyusunan LTA untuk tempat praktik dan pengambilan data

Atas perhatian dan kerjasamanya, kami mengucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Kebidanan Kemenkes
Tasikmalaya



Dr. Yati Budiarti, SST, M. Keb
NIP. 197512152001122001



Lampiran 7 Dokumentasi

1. 25 Januari 2025



2. 31 Januari 2025



3. 04 Februari 2025



4. 04 Februari 2025



5. 08 Fberuari 2025



6. 18 Februari 2025



7. 04 Maret 2025

