










## LEMBAR KONSULTASI

Nama : Galuh Ramadhan  
 Nim : 2014471047  
 Jurusan/prodi : DIII Keperawatan Kotabumi  
 Judul : Asuhan Keperawatan pasien dengan gangguan rasa nyaman pada kasus post sectio caesarea terhadap Ny. A di ruang kebidanan RSU Handayani Kotabumi tanggal 27-29 Maret 2023  
 Pembimbing 1 : Fitarina,SKM.,M.Kes

No	Tanggal	Materi Bimbingan	TTD
1	Selasa 11 APRIL 2023. BAB I	Sertakan sc terlebih dahulu. baru dampak/angka kejadian. Data es ditambah untuk pasien sc/ normal. Judul harus konsisten, huruf konsisten. Manfaat laporan perbaikan	
2	KAMIS, 13 April 2023.	→ Bab I Letak hrs hrs dan Astemii Data Dni, Inlasi, lmpg. Temp hrs., lmpg. Manfaat pasien di pade. Rg lmpg → Bab II → Tjgan teori turg: pntny → konsep lmpg	
3	SENIN, 17, 04 2023.	⇒ Bab II · lmpg Ace bab II → tambahan referensi cari dg y 48 di tglan. → y d/ lmpg lmpgri ds 2 DO.	

4	BAB II 26.4.2023	<p>→ pemb. penulisan buku pedoman.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- antara patofisiologi dan teori kebutuhan dasar manusia tidak sesuai</li> <li>- masalah yang menjadi prioritas dan judul LTA.</li> <li>- Perhatikan penulisan. sesuaikan dengan buku pedoman LTA.</li> </ul>	
5	BAB II 21.4.2023	<p>Pengkajian perbaikan. penelitian perbaikan. evaluasi harus sesuai dengan implementasi</p>	
6	Bab 3 Mei 2023 BAB 2. Jumat.	<p>BAB 2. - Teori gg. rasa nyaman ditambah dan dijabarkan di KOM. - Penulisan judul di bold &amp; Tabel uk. penulisan I - BAB 3 implementasi harus runtut sesuai evaluasi nomornya - perbaikan implementasi - Pengkajian menyusut tpk efektif diambil dari bab 2. - BAB 4 Perubahan perbaikan: Tambah isi dari bab 2 BAB 5 - Perbaiki Penulisan.</p>	

7	Senin 8-Mei-2023 BAB 1-5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jenis huruf Time new roman.</li> <li>- Judul tabel dibuat portrait no .11</li> <li>- Lihat Pedoman LTA 4/0 ffasasi dan <del>kegiatan</del></li> <li>- Untuk Implementasi Sesuaikan waktu</li> <li>- Penulisan judul jgn ada pemenggalan kata.</li> <li>- penulisan penggunaan kata</li> <li>- Untuk perubahan dalam evaluasi selaras dengan evaluasi pada implementasi</li> <li>- lengkapi data lainnya .daftar-pustaka isi, singkatan dll</li> </ul>	
8	Jumat . 12 . Mei - 2023	BAB 1-5 Isi ringkasan berasal (dari isi LTA Penulisan isi singkat dari 1-5 Penulisan isi tabel (ii) konsisten Pembahasan Untuk ditambah dari bab 1-2 dapus ditulis sesuai dg buku pedoman lta (BGS) Obat ditulis tabel	
9	Senin 15 Mei 2023.	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ pulsatika kontrol tabel</li> <li>cahaya; unit uji panel</li> <li>panel</li> <li>→ lanjut paragraf 2</li> </ul>	

## LEMBAR KONSULTASI

Nama : Galuh Ramadhan  
Nim : 2014471047  
Jurusan /prodi : DIII Keperawatan Kotabumi  
Judul : Asuhan Keperawatan pasien dengan gangguan rasa nyaman pada kasus post sectio caesarea terhadap Ny. A di ruang kebidanan RSU Handayani Kotabumi tanggal 27-29 Maret 2023  
Pembimbing 2 : Lisa Suarni,S.Kp.,M.Kep.,Sp.Mat

No	Tanggal	Materi Bimbingan	TTD
1.	20 maret 2023	<ul style="list-style-type: none"><li>Referensi yang digunakan harus both terakhir.</li><li>Perhatikan panduan penulisan yang ada.</li></ul>	f
2.	28 Maret 2023	<ul style="list-style-type: none"><li>Pakai mandel clay untuk depus</li><li>tambahkan hal2 yang menarik di LRA - contoh : terapi Musik dll</li></ul>	f
3	16 april 2023	BAB 1, 2 dan 3 sudah oke lanjut bab 3 dan 4	f
4.	Selasa 16 Mei 2023	<ul style="list-style-type: none"><li>Perbaiki depus sesuai saran.</li><li>tambahkan saran di bab 5 untuk penulis yang kayak menggunakan referensi yang sama (gs. rasa nyaman.</li></ul>	f


5	17 Mei 2023	- tambahkan lampiran di lta - dapus Perbaiki kembali pakai ISPA's	f
6	kamis 18 Mei 2023	- tujuan kembali perbaiki di bab 1 buat perpoint seperti kesimpulan di bab 1	f
7	Jumat 19 Mei 2023	- Perbaiki kembali tujuan khusus sesuai saran.  - Perbaik kembali penulisan dapus	f
8	Jumat 19 Mei 2023	- Final - Acc Silahkan daftar sidang.	f

## LAMPIRAN

### A. Leaflet Edukasi Nafas Dalam


**LATIHAN TARIK NAFAS DALAM**  
**Galuh Ramadhan**  
**2014471047**

**APA TUJUAN TEKNIK NAFAS DALAM?**  
mengurangi rasa nyeri  
berkurangnya rasa  
cemas khawatir dan  
gelisah tidur lelap,  
mengurangi stress



**apa persiapan melakukan teknik relaksasi nafas dalam?**  
a).pastikan anda dalam keadaan tenang dan santai pilih waktu dan tempat yang sesuai  
b).ciptakan lingkungan yang tenang  
c).usahakan tetap rileks dan tenang  
d).menarik nafas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 123

e).perlahan-lahan udara hembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstremitas atas dan bawah  
f).anjurkan bernafas dengan irama normal tiga kali  
g).menarik nafas lagi melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut secara perlahan  
h).perlahan-lahan membiarkan telapak tangan dan kaki rileks  
i).pada saat konsentrasi pastikar pada daerah yang nyeri  
j).anjurkan untuk mengulangi prosedur indah nyeri terasa berulang ulangi sampai 15 kali dengan saling istirahat singkat pada 5 kali



## B. Materi Edukasi Breast Care

### PERAWATAN PAYUDARA

Suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu keluar dengan lancar.

### MANFAAT PERAWATAN PAYUDARA

1. Menjaga kebersihan payudara, terutama kebersihan puting susu agar terhindar dari infeksi.
2. Mengenyalkan serta memperbaiki bentuk puting susu, sehingga bayi dapat menyusu dengan baik.
3. Merangsang kelenjar  kelenjar air susu, sehingga produksi ASI lancar.
4. Mengetahui secara dini kelainan puting susu dan melakukan usaha  usaha untuk mengatasinya.
5. Persiapan psikis ibu untuk menyusui

### BAGAIMANAKAH CARA PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU MENYUSUI ?

Untuk jelasnya lihatlah pada gambar. Perawatan payudara dilakukan 2x sehari sebelum mandi.

Gambar. 1  
Sediakan alat-alat sbb : handuk, kapas, minyak kelapa, 2 baskom masing-masing berisi air hangat dan air dingin



Gambar. 2  
Kompres puting susu dengan menggunakan kapas minyak selama 3-5 menit.



Gambar. 3  
Bersihkan dan tariklah puting susu keluar terutama untuk puting susu yang datar.



Gambar. 4  
Ketuk-ketuk sekeliling puting susu dengan ujung-ujung jari.



Gambar. 5  
Kedua telapak tangan dibasahi dengan minyak kelapa  
Kedua telapak tangan diletakkan diantara kedua payudara

Gambar. 6  
Pengurutan dimulai kearah atas,  
samping, telapak tangan kiri kearah  
sisi kiri, telapak tangan kanan kearah  
sisi kanan



Gambar. 7  
Pengurutan diteruskan kebawah,  
samping, selanjutnya melintang,  
telapak tangan mengurut kedepan  
kemudian dilepas dari kedua  
payudara.



Gambar. 8  
Telapak tangan kanan kiri menopang  
payudara kiri, kemudian jari-jari  
tangan kanan sisi kelingking  
mengurut payudara kearah puting

Gambar. 9  
Telapak tangan kanan menopang  
payudara dan tangan lainnya  
menggenggam dan mengurut  
payudara dari arah pangkal ke arah  
putting susu



Gambar. 10  
Payudara disiram dengan air hangat  
dan dingin secara bergantian kira-  
kira 5 menit ( air hangat dahulu)  
Kemudian keringkan dengan handuk



Gambar. 11  
Pakailah BH khusus untuk ibu  
menyusui ( BH yang menyangga  
payudara )

## PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU HAMIL

*Persiapan Menyusui*



Disusun oleh:

(

POLTEKES TANJUNG KARANG  
PRODI D3 KEPERAWATAN  
KOTABUMI



