

LAMPIRAN

Lampiran 1

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG
Jl. Soekarno-Hatta No. 1, Hajimena, Bandar Lampung

IZIN LOKASI PENGAMBILAN KASUS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rina Zulida, S.Tr.,Keb.

Alamat : Jl. Raya Serdang Blok 1.A Kec. Tanjung Bintang, Kab.
Lampung Selatan, Lampung

Dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Gusti Ayu Gita Maharani

NIM : 1715401025

Tingkat/ Semester : III (Tiga)/ VI (Enam)

Telah mengambil kasus kebidanan di PMB Rina Zulida sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan ahli madya kebidanan pada program studi D III Kebidanan Tanjungkarang Politeknik Kesehatan Tanjung karang.

Lampung Selatan, Februari 2020

Yang bertanda tangan

RINA ZULIDA, S.Tr.,Keb.
NIP. 197411262006042019

Lampiran 2

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNGPURANG**

Jl. Soekarno-Hatta No.1 Hajimena, Bandar Lampung

SURAT IZIN PENELITIAN

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Gusti Ayu Gita Maharani

NIM : 1715401025

Tingkat/Semester : III (Tiga)/ VI (Enam)

Bermaksud mengajukan permohonan izin penelitian dalam rangka penyusunan dan penulisan Laporan Tugas Akhir (LTA) dengan judul :

“Penerapan Pijat Perineum pada Kehamilan dalam Pencegahan Ruptur Perineum terhadap Ny. L di PMB Rina Zulida Lampung Selatan”.

Bandarlampung, Februari 2020

Hormat saya,

Gusti Ayu Gita Maharani

Pembimbing I

Pembimbing II

Helmi Yenie, S.Pd., M. Kes

Yulida Fithri, SST., M.Kes

Lampiran 3

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG
Jl. Soekarno-Hatta No. 1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Loviana Dewi
Umur : 27 tahun
Alamat : Talang Bayur

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam Laporan Tugas Akhir (LTA). Asuhan akan diberikan oleh mahasiswa yang bersangkutan yaitu:

Nama : Gusti Ayu Gita Maharani
NIM : 1715401025
Tingkat/ Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Lampung Selatan, Februari 2020

Mahasiswa

Klien

Gusti Ayu Gita Maharani

Loviana Dewi

Menyetujui
Pembimbing Lahan,

RINA ZULIDA, S.Tr.,Keb.
NIP. 197411262006042019

Lampiran 4

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG
Jl. Soekarno-Hatta No. 1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tn. Irawan
Umur : 27 tahun
Alamat : Talang Bayur

Selaku Suami/Keluarga/Klien telah mendapat penjelasan, memahami dan ikut menyetujui terhadap tindakan yang akan diberikan, meliputi: Asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan kelainan bentuk puting susu datar.

Terhadap (ISTRI/KELUARGA/YANG BERSANGKUTAN):

Nama : Ny. Loviana Dewi
Umur : 27 tahun
Alamat : Talang Bayur

	Lampung Selatan,	Februari 2020
Mahasiswa	Klien	Suami/Keluarga

Gusti Ayu Gita Maharani	Loviana Dewi	Irawan
-------------------------	--------------	--------

Menyetujui
Pembimbing Lahan,

RINA ZULIDA, S.Tr.,Keb.
NIP. 197411262006042019

Lampiran 5

Dokumentasi pelaksanaan



LEMBAR *CHECKLIST* KEGIATAN MANDIRI OLEH KLIEN

No	KEGIATAN	Minggu ke-1						Minggu ke-2					
								11 Feb	14 Feb				
1	Menyiapkan ruangan yang tenang dan nyaman							√	√				
2	Cuci tangan ibu terlebih dahulu dan pastikan kuku ibu tidak panjang.							√	√				
3	Berbaring dalam keadaan yang nyaman							√	√				
4	Ibu dapat menggunakan cermin untuk pertama kali guna mengetahui daerah perineum tersebut.							√	√				
5	Ibu dapat menggunakan minyak, lakukan pijatan sebelum mandi pagi dan sore							√	√				
6	Letakan satu atau dua jari (atau jari lainya bila ibu jari tidak sampai) sekitar 2-3 cm di dalam vagina. Tekan kebawah dan kemudian menyamping pada saat bersamaan. Perlahan lahan coba renggankan daerah tersebut sampai ibu merasakan sensai seperti terbakar, perih, atau timbul rasa hangat (slight burning)							√	√				
7	Tahan ibu jari dalam posisi seperti diatas selama 2 menit sampai daerah tersebut menjadi tidak terlalu berasa dan ibu tidak teralu merasa perih lagi							√	√				

8	<p>Tetap tekan daerah tersebut dengan ibu jari. Perlahan-lahan pijat ke depan dan kebelakang melewati separuh terbawah dari vagina. Lakukan ini selama 3-4 menit.</p> <p>Ingatlah untuk menghindari pembukaan saluran kemih. Ibu dapat memulai dengan pijatan ringan dan semakin ditingkatkan tekananya seiring dengan sensitivitas yang berkurang</p>							√	√				
9	<p>ketika ibu sedang memijat, tarik perlahan bagian terbawah dari vagina dengan ibu jari tetap berada di dalam, hal ini membantu meregangkan kulit dimana kepala bayi saat melahirkan nanti akan meregangkan perineum itu sendiri</p>							√	√				
10	<p>lakukan pijatan perlahan-lahan dan hindari pembukaan dari katup uretran (lubang kencing) untuk menghindari iritasi atau infeksi.</p>							√	√				
11	<p>setelah pemijatan selesai di lakukan, kompres hangat jaringan perineum ibu selama kurang lebih 10 menit. Lakukan secara perlahan dan hati-hati. Kompres hangat ini akan meningkatkan sirkulasi darah sehingga otot-otot di daerah perineum kendur (tidak berkontraksi/tegang)</p>							√	√				

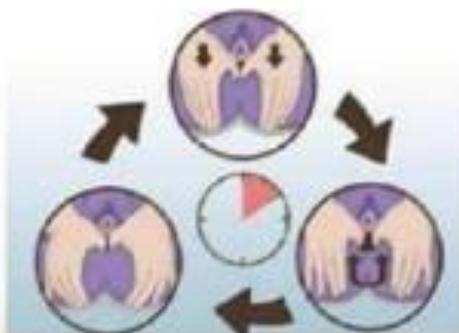
LEMBAR OBSERVASI SECARA MANDIRI OLEH KLIEN

No	KEGIATAN	Minggu ke-3						Minggu ke-4					
		18 Feb	20 Feb	21 Feb				22 Feb	23 Feb	25 Feb	27 Feb		
1	Menyiapkan ruangan yang tenang dan nyaman	√	√	√				√	√	√	√		
2	Cuci tangan ibu terlebih dahulu dan pastikan kuku ibu tidak panjang.	√	√	√				√	√	√	√		
3	Berbaring dalam keadaan yang nyaman	√	√	√				√	√	√	√		
4	Ibu dapat menggunakan cermin untuk pertama kali guna mengetahui daerah perineum tersebut.	√	√	√				√	√	√	√		
5	Ibu dapat menggunakan minyak, lakukan pijatan sebelum mandi pagi dan sore	√	√	√				√	√	√	√		
6	Letakan satu atau dua jari (atau jari lainya bila ibu jari tidak sampai) sekitar 2-3 Cm di dalam vagina. Tekan kebawah dan kemudian menyamping pada saat bersamaan. Perlahan lahan coba renggankan daerah tersebut sampai ibu merasakan sensai seperti terbakar, perih, atau timbul rasa hangat (slight burning)	√	√	√				√	√	√	√		
7	Tahan ibu jari dalam posisi seperti diatas selama 2 menit sampai daerah tersebut menjadi tidak terlalu berasa dan ibu tidak teralu merasa perih lagi	√	√	√				√	√	√	√		

8	<p>Tetap tekan daerah tersebut dengan ibu jari. Perlahan-lahan pijat ke depan dan kebelakang melewati separuh terbawah dari vagina. Lakukan ini selama 3-4 menit.</p> <p>Ingatlah untuk menghindari pembukaan saluran kemih. Ibu dapat memulai dengan pijatan ringan dan semakin ditingkatkan tekananya seiring dengan sensitivitas yang berkurang</p>	√	√	√				√	√	√	√		
9	<p>ketika ibu sedang memijat, tarik perlahan bagian terbawah dari vagina dengan ibu jari tetap berada di dalam, hal ini membantu meregangkan kulit dimana kepala bayi saat melahirkan nanti akan meregangkan perineum itu sendiri</p>	√	√	√				√	√	√	√		
10	<p>lakukan pijatan perlahan-lahan dan hindari pembukaan dari katup uretran (lubang kencing) untuk menghindari iritasi atau infeksi.</p>	√	√	√				√	√	√	√		
11	<p>setelah pemijatan selesai di lakukan, kompres hangat jaringan perineum ibu selama kurang lebih 10 menit. Lakukan secara perlahan dan hati-hati. Kompres hangat ini akan meningkatkan sirkulasi darah sehingga otot-otot di daerah perineum kendur (tidak berkontraks/Tegang)</p>	√	√	√				√	√	√	√		

Apa itu pijat perineum?

teknik memijat perineum saat hamil atau beberapa minggu sebelum melahirkan untuk meningkatkan elastisitas perineum sehingga mencegah kejadian robekan jalan lahir



Keuntungannya?

- = Membantu mempercepat proses penyembuhan setelah melahirkan
- = Membantu ibu lebih santai di saat pemeriksaan vagina (Vaginal Touche)
- = Menyiapkan mental ibu terhadap tekanan dan regangan perineum di kala kepala bayi akan keluar
- = Menghindari robeknya perineum

- = Membantu otot-otot perineum dan vagina jadi elastis
- = Melancarkan aliran darah di daerah perineum sehingga proses persalinan jadi lebih mudah.
- = Mempercepat pemulihan jalan lahir setelah bersalin.

Bagaimana nih caranya?

- ↓ Ruang yang tenang dan nyaman
- ↓ Cuci tangan ibu terlebih dahulu dan pastikan kuku ibu tidak panjang.
- ↓ Berbaringlah dalam keadaan yang nyaman
- ↓ Ibu dapat menggunakan cermin untuk pertama kali guna mengetahui daerah perineum tersebut.
- ↓ Ibu dapat menggunakan minyak. Lakukan pemijatan sebelum mandi pagi dan sore

- ↓ Letakkan satu atau dua ibu jari (atau jari lainnya bila ibu jari tidak sampai) sekitar 2-3 cm di dalam vagina. Tekan ke bawah dan kemudian menyamping pada saat bersamaan. Perlahan-lahan coba rengangkan daerah tersebut sampai ibu merasakan sensasi seperti terbakar, perih, atau timbul rasa hangat (*slight burning*).
- ↓ Tahan ibu jari dalam posisi seperti diatas selama 2 menit sampai daerah tersebut menjadi tidak terlalu beres dan ibu tidak terlalu merasakan perih lagi.
- ↓ Tetap tekan daerah tersebut dengan ibu jari. Perlahan-lahan pijat ke depan dan ke belakang melewati separuh terbawah dari vagina. Lakukan ini selama 3-4 menit. Ingatlah untuk menghindari pembukaan saluran kemih, ibu dapat memulai dengan pijatan

ringan dan semakin ditingkatkan tekanannya seiring dengan sensitivitas yang berkurang

- Ketika ibu sedang memijat, tarik perlahan bagian terbawah dari vagina dengan ibu jari tetap berada di dalam. Hal ini akan membantu meregangkan kulit dimana kepala bayi saat melahirkan nanti akan meregangkan perineum itu sendiri
- Lakukan pijatan perlahan-lahan dan hindari pembukaan dari katup uretra (lubang kencing) untuk menghindari iritasi atau infeksi.
- Setelah pemijatan selesai dilakukan, kompres hangat jaringan perineum Ibu selama kurang-lebih 10 menit. Lakukan secara perlahan dan hati-hati. Kompres hangat ini akan meningkatkan sirkulasi darah sehingga otot-otot di daerah

perineum kendur (tidak berkontraksi atau tegang).

Dalam waktu beberapa minggu, ibu akan merasakan daerah perineum menjadi lebih elastis. Melahirkan dengan perlahan dan terkendali (mengikuti instruksi dokter/bidan ketika mendorong) adalah kunci jaminan perineum utuh dan mengurangi angka kejadian laserasi (robekan/perluasan). Bayi harus berada di dalam kondisi baik dan ibu harus mengikuti segala hal yang diperintahkan oleh dokter/bidan.



Hal-hal yang harus diperhatikan

- 1) Sebelum melakukan pemijatan
 - a) Jangan memijat seandainya di daerah kemaluan ibu terdapat infeksi
 - b) Jangan memaksakan posisi pijat tertentu pada ibu

c) Jangan memaksa ibu untuk dipijat

2) Pada saat pemijatan

Hentikan pemijatan ketika kantung ketuban mulai pecah dan cairan ketuban mulai keluar. Atau, pada saat proses persalinan sudah dimulai.

3) Hal-hal yang perlu diingat segera setelah melakukan pemijatan

Jika terjadi iritasi, segera datang untuk memberitahukan bidan