

LAMPIRAN

Lampiran 1

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno Hatta No.1 Hajumena Bandar Lampung**

IZIN LOKASI PENGAMBILAN KASUS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nani Wijawati S.ST
Alamat : Jl. Merak Batin, Kec. Natar, Kab. Lampung Selatan

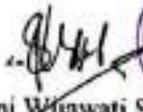
Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Nisa Ayuwandira
Nim : 2215401102
Tingkat/semester : III (tiga) / VI (enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Nani Wijawati S.ST sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Ahli Madya Kebidanan Program Studi DIII Kebidanan Tanjung Karang Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.

Lampung Selatan, 10 April 2025

Pembimbing Lahan Praktik


Nani Wijawati S.ST
NIP. 197110191990122001



Lampiran 2

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno Hatta No.1 Hajimena Bandar Lampung

LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK

Yang bertanda tangan dibawah ini :

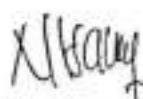
Nama : Ny. A
Umur : 30 Tahun
Alamat : JL. Damai GG. Swadaya 1 No 35 Lk 1, Kedaton

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam proposal tugas akhir untuk memberikan asuhan kebidanan persalinan. Asuhan akan diberikan mahasiswa yang bersangkutan yaitu :

Nama : Nisa Ayuwandira
Nim : 2215401102
Tingkat/semester : III (tiga) / VI (enam)

Lampung Selatan, Juni 2025

Mahasiswa



Nisa Ayuwandira

Klien



Ny. A

Menyetujui
Pembimbing Lahan Praktik


Nani Wijawati S.ST
NIP. 197110191990122001

Lampiran 3

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno Hatta No. 1 Hajimena Bandar Lampung

INFORMED CHOICE

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ny. A
Umur : 30 Tahun
Alamat : JL. Damai GG. Swadaya 1 No 35 Lk 1, Kedaton
Menyatakan bersedia menjadi partisipan pada Laporan Tugas Akhir (LTA)
yang dilakukan oleh
Nama : Nisa Ayuwandira
Nim : 2215401102
Judul : Penerapan Metode Yoga Untuk Melancarkan
ASI Pada Ibu Nifas Terhadap Ny. di PMB Nani Wijawati S.ST

Saya akan memberikan jawaban sejujur-jujurnya demi kepentingan
penelitian ini dengan jawaban yang diberikan ilmu pengetahuan. Demikian
pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lampung Selatan, Juni 2025
Hormat saya



Ny. A

Lampiran 4

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno Hatta No.1 Hajimena Bandar Lampung

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ny. A

Umur : 30 Tahun

Alamat : JL. Damai GG. Swadaya 1 No 35 Lk 1, Kedaton

Menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan mengenai penerapan Metode Yoga Untuk Melancarkan ASI Pada Ibu Nifas, terhadap Ny. A Di PMB Nani Wijawati S.ST

Lampung Selatan, Juni 2025

Mahasiswa



Nisa Ayuwandira

Klien



Ny. A

Suami/Keluarga



Tn.D

Menyetujui

Pembimbing Lahan Praktik



Nani Wijawati S.ST

NIP. 197110191990122001

Lampiran 5

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno Hatta No.1 Hajimena Bandar Lampung**

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tn. D
Umur : 32 Tahun
Alamat : JL. Damai GG. Swadaya 1 No 35 Lk I, Kedaton

Selaku SUAMI/KELUARGA telah mendapat penjelasan, memahami dan ikut menyetujui terhadap tindakan penerapan Metode Yoga Untuk Melancarkan ASI Pada Ibu Nifas, terhadap ISTRI/KELUARGA YANG BERSANGKUTAN

Nama : Ny. A
Umur : 30 Tahun
Alamat : JL. Damai GG. Swadaya 1 No 35 Lk I, Kedaton

Lampung Selatan, Juni 2025

Mahasiswa



Nisa Ayuwandira

Suami/Keluarga



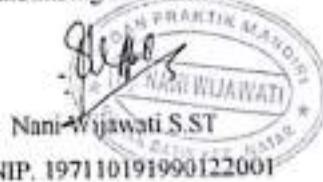
Klien



Ny. A

Menyetujui

Pembimbing Lahan Praktik



Lampiran 6

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno Hatta No.1 Hajimena Bandar Lampung

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PENATALKSANAAN IBU
NIFAS UNTUK MEMPERLANCAR ASI DENGAN PENERAPAN
YOGA**

 Kemenkes Poltekkes Tanjungkarang	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
PENGERTIAN	SOP ini menjelaskan tahapan pelaksanaan intervensi yoga sebagai bagian dari penatalaksanaan ibu nifas dengan keluhan ASI tidak lancar. Metode yoga ini bertujuan untuk merangsang produksi ASI melalui relaksasi, pernapasan, dan gerakan ringan yang menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin.
TUJUAN	<ol style="list-style-type: none">1. Membantu meningkatkan produksi ASI.2. Mengurangi stres dan kecemasan pada ibu nifas.3. Memperbaiki sirkulasi darah dan keseimbangan hormon.4. Meningkatkan kebugaran dan pemulihan pasca melahirkan.
KEBIJAKAN	<ol style="list-style-type: none">1. Yoga dilakukan sesuai kondisi kesehatan ibu nifas.2. Latihan dilakukan dalam lingkungan yang nyaman dan aman.3. Dipandu oleh instruktur atau tenaga kesehatan yang berkompeten.4. Menggunakan metode yang telah terbukti aman bagi ibu nifas.

PETUGAS	1. Instruktur yoga bersertifikat. 2. Tenaga kesehatan (bidan/perawat) yang memahami teknik yoga untuk ibu nifas.
PERALATAN	1. Matras yoga.
PERLENGKAPAN PENUNJANG	1. Pakaian yang nyaman dan longgar. 2. Handuk kecil. 3. Air minum untuk hidrasi.
PROSEDUR PELAKSANAAN	<p>1. Persiapan:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pastikan ibu dalam kondisi nyaman dan siap untuk melakukan yoga. - Gunakan pakaian yang nyaman dan sediakan peralatan yang diperlukan. <p>2. Pemanasan (5-10 menit):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pernapasan dalam (deep breathing). - Peregangan ringan pada leher, bahu, dan punggung. - Sevasana (Tidur terlentang): Membantu relaksasi dan fokus. <p>3. Gerakan Utama (20-30 menit):</p> <ul style="list-style-type: none"> - (Cat-Cow Pose): Posisi merangkak dengan punggung bergantian melengkung ke atas dan ke bawah untuk melancarkan aliran darah ke tubuh bagian bawah. - (Butterfly Pose): Posisi duduk dengan kedua teapak kaki bertemu debagai tumpuan tangan untuk membantu meredakan ketegangan di area panggul dan paha, serta meningkatkan fleksibilitas panggul untuk pemulihan pasca persalinan.

4. Pendinginan (5-10 menit):

- Pernapasan dalam sambil duduk atau berbaring.
- Relaksasi dengan meditasi singkat.

Lampiran 6

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno Hatta No.1 Hajimena Bandar Lampung

LEMBAR OBSERVASI PENINGKATAN ASI DENGAN METODE YOGA

Nama Ibu : Ny. A
Usia : 30 Tahun
Alamat : JL. Damai GG. Swadaya 1 No 35 Lk I, Kedaton Bandar Lampung
Riwayat Kehamilan : P₁ A₀

No	Indikator	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 4	Hari 5	Hari 6	Hari 7
1	Payudara terasa penuh sebelum menyusui	X	X	✓	✓	✓	✓	✓
2	Frekuensi menyusui meningkat (>8x sehari)	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3	Bayi tampak puas setelah menyusu	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4	ASI menetes spontan saat bayi menangis	X	X	✓	✓	✓	✓	✓
5	Volume ASI perah meningkat	X	X	X	✓	✓	✓	✓
6	Warna ASI tampak lebih putih dan kental	X	X	✓	✓	✓	✓	✓
7	Ibu merasa lebih rileks saat menyusui	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓
8	Kualitas tidur ibu lebih baik	X	X	✓	✓	✓	✓	✓

No	Indikator	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 4	Hari 5	Hari 6	Hari 7
9	Ibu tidak mengalami nyeri saat menyusui	X	X	✓	✓	✓	✓	✓
10	Produksi ASI tetap lancar meski ibu lelah/stres	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Keterangan:

- Berikan tanda (✓) jika indikator tercapai
- Berikan tanda (X) jika indikator belum tercapai

Kesimpulan:

- Total indikator yang tercapai dalam 7 hari: 9 / 10
- Hasil evaluasi: Baik
- Catatan tambahan:
 - Pada awal intervensi, ibu merasa sedikit cemas terkait dengan kelancaran ASI. Namun, dengan penerapan yoga secara rutin, ibu mulai merasakan peningkatan dalam produksi ASI dan perasaan lebih rileks saat menyusui.
 - Terjadi peningkatan frekuensi menyusui dan volume ASI perah setelah 4 hari penerapan yoga.
 - Ibu juga melaporkan peningkatan kualitas tidur dan tidak lagi merasa nyeri saat menyusui setelah beberapa hari latihan yoga.

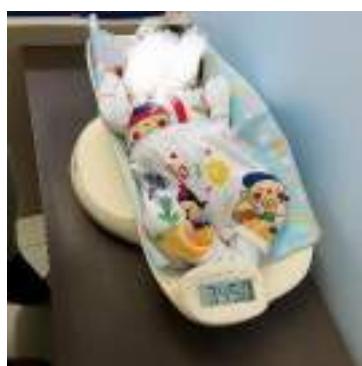
Lampiran 7

Dokumentasi Asuhan

Hari/tanggal	Dokumentasi
Rabu/11 Juni 2025 jam: 10.00 WIB	
Kamis/12 Juni 2025 jam: 09.00 WIB	 
Jum'at/13 Juni 2025 jam: 09.10 WIB	

	
Sabtu /14 Juni 2025 jam: 10.10 WIB	 
Minggu/15 Juni 2025 jam: 09.00 WIB	

	
Senin/16 Juni 2025 jam: 10.09 WIB	 
Selasa/ 17 Juni 2025 jam: 10.40 WIB	



Sebelum



Sesudah

Lampiran 8



LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNGKARANG

NAMA MAHASISWA : Hua Aqiu Mandira
 NIM : 201640802
 PEMBIMBING : Ukama (1) Pendamping (2)
 NAMA PEMBIMBING : Nelly Indraeni S.Si, M.Keb

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	7 / 2024 II	Kemampuan Judd LTA	Perbaikan Tambah : Penjelasan untuk guru tidak memperlengkap AD pada tes tipe	<u>✓</u>
2.	14 / 2024 II	Kemampuan tes 1	Perbaikan : tambah penjelasan teknis pertama, keterangan, rumus	<u>✓</u>
3.	21 / 2024 II	Kemampuan tes 2	Perbaikan : tambah lengkap tes 2 dan 3	<u>✓</u>
4.	28 / 2024 II	Kemampuan tes 1, 2, 3	Perbaikan : tambah lengkap lengkap tes 1, 2, 3, tes	<u>✓</u>
5.	14 / 2024 II	Kemampuan tes 1, 2, 3	Perbaikan : tambah lengkap lengkap	<u>✓</u>
6.	17 / 2024 II		Biarkan Siswa Cermati Jawab Uji	<u>✓</u>

Bandar Lampung, November 2024

Ketua Prodi D-III Kebidanan

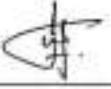
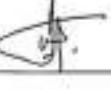
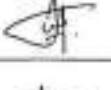
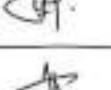
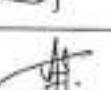
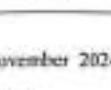
Dr. Ika Fitria Elmenda, S.SiT, M.Keb
 NIP. 197804062006042002

Pembimbing LTA

Nelly Indraeni, S.Si, M.Keb
 NIP. 1973090619920201

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNGPONOROGO

NAMA MAHASISWA : Nita Agus Wardina
 NIM : 201540902
 PEMBIMBING : Elma-El / Pendamping (2)
 NAMA PEMBIMBING : Iky Juharwiyun, S.SiT., M.Keb

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	8 / 2024 II	Konseling Judul LTA	Pengaruh metode SFA untuk penyelesaian masalah pada tugas	
2.	10 / 2024 II	Konseling Bab 1	Perbaikan	
3.	12 / 2024 II	Konseling Bab 2	Perbaikan	
4.	24 / 2024 II	Konseling Bab 3, 4, 5	Perbaikan	
5.	15 / 2024 II	Konseling Bab 3, 4, 5	Perbaikan	
6.	16 / 2024 II	Apa		

Bandar Lampung, November 2024

Ketua Prodi D-III Kebidanan



Dr. Ika Fitria Elminda, S.SiT., M.Keb
 NIP. 197804062006042002

Pembimbing LTA,



Iky Juharwiyun, S.SiT., M.Keb
 NIP. 19810811 200902 0009

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNGPARANG

NAMA MAHASISWA : NISA AYUWANDIRA
 NIM : 2215401102
 PEMBIMBING : Utama (1) / Pendamping (2)
 NAMA PEMBIMBING : Nelly Indrasari, S.SiT., M.Kes

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	28/05/2025	Bimbingan Bab 1-3	Pant	— Ø
2.	2/06/2025	Tuliskan Keangka dari	Berd	— Ø
3.	6/06/2025	Tuliskan alih-alih dan dari 9-6	Bersi alih-alih dan dari 9-6	— Ø
4.	10/06/2025	-	Soal Sekarang Lap LTA	— Ø
5.				
6.				

Bandar Lampung, Mei 2025

Ketua Prodi D-III Kebidanan

Dr. Ika Fitria Elmeida, S.SiT., M.Keb.
 NIP. 197804062006042002

Pembimbing LTA,

(Nelly Indrasari, S.SiT., M.Kes.)
 NIP. 197309061992122001

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNGPONOROGO

NAMA MAHASISWA : NISA AYUWANDIRA
NIM : 2215401102
PEMBIMBING : Umma (H) / Pendamping (2)
NAMA PEMBIMBING : Lely Sulistianingrum, SST,M.Keb

No.	Tanggal	Tepik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	3 / 2025	versi lama	Pembimbing	
2.	14 / 2025	versi lama	AZ.	
3.				
4.				
5.				
6.				

Bandar Lampung, Mei 2025

Ketua Prodi D-III Kebidanan



Dr. Ika Fitria Elmeida, S.SiT., M.Keb
NIP. 197804062006042002

Pembimbing LTA,



(Lely Sulistianingrum, SST,M.Keb)
NIP. 198608112009022004