

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., Yanti, R., & Mardiya, R. (2025). Efektivitas Hidroterapi Mandi Uap Pada Ibu Nifas Terhadap Involusi Uteri Di Poskesdes Pedekik: Pendahuluan, Metode, Pembahasan, Kesimpulan, Saran. *Sinar: Jurnal Kebidanan*, 7(2).
- Anggraini, S. (2020). Literatur Review: Pengaruh Senam Nifas Untuk Penurunan Fundus Uteri. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Aprilliani, R., & Magdalena, M. (2023). Efektivitas Senam Nifas terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri (TFU) pada Ibu Postpartum Normal 1-7 Hari di Puskesmas Karangpawitan Kabupaten Garut Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(10), 4374–4386.
- Atik, N. S., & Wandal, N. Y. R. L. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Perilaku Kunjungan Nifas Di Puskesmas Kaliwungu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 4(2), 17–26.
- Bayuana, A., Anjani, A. D., Nurul, D. L., Selawati, S., Saidah, N., Susianti, R., & Anggraini, R. (2023). Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir: Literature Review. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 26. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.517>
- Dewi, dkk. (2021). *Gambaran perawatan ibu post partum pada masa pandemi Covid-19 di Puskesmas Tabanan III tahun 2021*. Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan 2021.
- Febi Sukma, Hidayat Elli, J. S. (2017). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta*.
- Fitriani, Lina., dkk, (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta. Deepublish.
- Isnaini, Q. W., & Nuzuliana, R. (2023). Asuhan kebidanan pada ibu nifas normal. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 308–316.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil Kesehatan*.
- Laia, P. D., Arisandi, E., & Sinaga, D. (2022). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perdarahan Post Partum Di Klinik Heny Kasih Medan Tahun 2021. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2).

- Listiyorini, D., Lubis, U. L., Wardana, S. P., & Maulita, M. (2022). Gambaran Pengetahuan Ibu Postpartum Tentang Pencegahan Mastitis Di Kabupaten Tanggamus Provinsi Lampung. *Jurnal Alaqoh*, 12(1).
- Mertasari, L., & Sugandini, W. (2023). *Asuhan Masa Nifas dan Menyusui*. PT. RajaGrafindo Persada-Rajawali Pers.
- Mirong, I. D., & Yulianti, H. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Rena Cipta Mandiri.
- Nasrullah, M. J. (2021). Pentingnya inisiasi menyusu dini dan faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Medika Utama*, 2(02 Januari), 626–630.
- Rahayu, S., & Solekah, U. (2020). Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uterus pada Ibu Post Partum di Puskesmas Mariana Kabupaten Banyuasin Tahun 2020. *Jurnal Kebidanan*, 157–166.
- Rini, S., & Kumala, F. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*. Deepublish.
- Rosdiana, R., Anggraeni, S., & Jamila, J. (2022). Pengaruh senam nifas dan mobilisasi dini terhadap involusi uterus pada ibu post partum. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 98–105.
- Saputri, I. N., Gurusinga, R., & Friska, N. (2020). Pengaruh Senam Nifas Terhadap Proses Involusi Uteri Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 2(2), 159–163.
- Sulisnani, A., Dian, L. A., Setyo Utami, A., Nurlaila Fatonah, N., Septiani, V., & Ice, N. (2022). Efektivitas Senam Kegel Terhadap Proses Penyembuhan Luka Perineum Ibu Post Partum. *Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan*, 1(2), 1029–1038.
- Victoria, S. I. V. S. I., & Yanti, J. S. Y. J. S. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Pelaksanaan Senam Nifas. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(1), 45–55.
- Walyani, E.S, dan Purwoastuti, E. (2020). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Zagoto, S. (2020). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Adaptasi Psikologis pada Masa Nifas di Klinik Pratama Afiah Pekanbaru Tahun 2019. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(2), 108–113.

L

A

M



P
Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

I

R

A

N

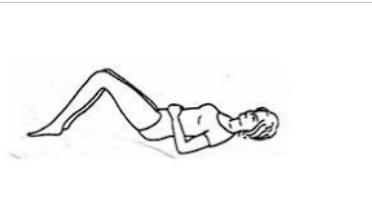
Lampiran 1. SOP Senam Nifas

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SOP)

SENAM NIFAS

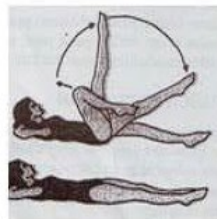
Pengertian	Senam nifas adalah latihan gerak yang dilakukan secepat mungkin oleh ibu setelah melahirkan supaya otot-otot yang mengalami peregangan selama kehamilan dan persalinan dapat kembali kepada kondisi normal seperti semula.
Tujuan	1. Memperlancar kembalinya rahim ke bentuk semula (proses involusi uteri). 2. Mempercepat pemulihan kondisi tubuh ibu setelah melahirkan pada kondisi semula. 3. Mencegah komplikasi yang mungkin timbul selama menjalani masa nifas. 4. Memelihara dan memperkuat kekuatan otot perut, otot dasar panggul, serta otot pergerakan.
Kebijakan	Bidan dan tenaga kesehatan lainnya dapat melakukan sesuai dengan standar prosedur kerja yang berlaku
Manfaat	1. Membantu penyembuhan rahim, perut dan otot panggul yang mengalami trauma serta mempercepat kembalinya bagian-bagian tersebut ke bentuk normal. 2. Membantu menormalkan sendi-sendi yang menjadi longgar yang diakibatkan kehamilan. 3. Menambahkan kemampuan psikologis dalam menghadapi stress dan relaks sehingga mengurangi depresi pascapersalinan. 4. Meningkatkan dan memperlancar sirkulasi darah. 5. Mencegah terjadinya varises, terutama di kaki Menghindari pembengkakan pada pergelangan kaki
Kerugian bila tidak melakukan senam nifas	1. Terjadi infeksi karena involusi uterus tidak baik sehingga darah tidak dapat dikeluarkan. 2. Mengalami perdarahan yang abnormal. Jika kontraksi uterus baik maka resiko perdarahan yang abnormal dapat dihindarkan. 3. Terjadi trombosis vena (sumbatan vena oleh bekuan darah). 4. Timbul varises pada ekstremitas bawah. 5. Kekuatan otot ibu menjadi kurang optimal. 6. Ibu postpartum menjadi lemas dan tidak segar, serta sikap tubuh ibu menjadi kurang baik
Prosedur	1. Persiapan Alat a. Bantal ukuran sedang b. Bantal ukuran kecil c. Matras 2. Persiapan Pasien a. Memberitahu pasien mengenai tindakan dan tujuan yang akan dilakukan. b. Menyiapkan matras (di tempat tidur) untuk melakukan senam nifas. 3. Pelaksanaan Senam Nifas a. Hari Pertama Berbaring dengan lutut ditekuk. Tempatkan tangan di atas perut di bawah iga-iga. Napas dalam dan lambat melalui hidung

tahan hingga hitungan ke-5 atau ke-8 dan kemudian keluarkan melalui mulut, kencangkan dinding abdomen untuk membantu mengosongkan paru-paru. Lakukan dalam waktu 5-10 kali hitungan pada pagi/ sore hari. Gerakkan ini berfungsi untuk mengencangkan otot perut dan melancarkan peredaran darah.



b. Hari Kedua

Berbaring terlentang, telapak terbuka keatas. Kendurkan lengan kiri sedikit dan regangkan lengan kanan. Pada waktu yang bersamaan rilekskan kaki kiri dan regangkan kaki kanan sehingga ada regangan penuh pada seluruh bagian kanan tubuh. Lakukan 15 kali gerakan pada pagi/ sore. Gerakkan ini berfungsi untuk memperlancar peredaran darah pada sendi tulang ekor.



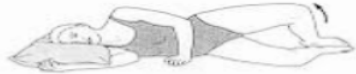
c. Hari Ketiga

Kontraksi vagina dengan berbaring terlentang, kedua kaki diregangkan, tarik dasar panggu, tahan selama 3 detik dan kemudian rileks. Lakukan 8 kali dalam latihan pagi/ sore. Gerakkan ini berfungsi untuk memperbaiki, memperkuat dan mengencangkan otot panggul. Kontraksi vagina untuk merapatkan vagina.



d. Hari keempat

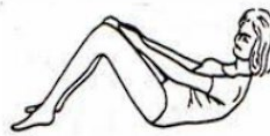
Memiringkan panggul, berbaring lutut ditekuk. Kontraksikan kencangan otototot perut sampai tulang punggung mendatar dan kencangkan otot-otot bokong tahan 3 detik kemudian rileks. Lakukan dalam 10-15 kali gerakan pada pagi/ sore. Gerakkan ini berfungsi untuk memperbaiki otot tonus betis dan pelvis serta memperbaiki bentuk tubuh.



Gambar 9.5 Gerakan stabilitas tulang tubuh—menarik lutut.

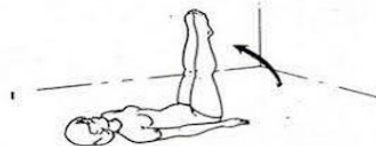
e. Hari Kelima

Berbaring terlentang, lutut ditekuk, lengan dijulurkan ke lutut. Angkat kepala dan bahu kira-kira 45° , tahan 3 detik dan rileks dengan perlahan. Lakukan dalam 10-15 kali gerakan pada pagi/sore. Gerakan ini berfungsi untuk mengencangkan otot perut.



f. Hari Keenam

Posisi tidur terlentang, kaki lurus dan kedua tangan disamping badan. Kemudian lutut di tekuk ke arah perut 90° secara bergantian antara kaki kiri dan kaki kanan. Jangan menghentak ketika menurunkan kaki, lakukan perlahan namun bertenaga. Ulangi gerakan sebanyak 8 kali pada pagi/sore hari. Gerakan ini berfungsi untuk mengurangi nyeri pada tulang panggul dan mengurangi nyeri pada sendi tulang ekor.



g. Hari Ketujuh

Tidur terlentang dengan kaki terangkat keatas, badan agak melengkung dengan letak pada kaki bawah lebih atas. Lakukan gerakan pada jari-jari kaki seperti mencakar dan meregangkan, selanjutnya diikuti dengan gerakan ujung kaki secara teratur seperti lingkaran dari luar ke dalam, kemudian gerakan telapak kaki kiri dan kanan ke atas dan ke bawah seperti menggergaji. Lakukan gerakan ini masing-masing selama setengah menit dengan 10-15 kali gerakan pada pagi/ sore hari. Gerakan ini berfungsi untuk memperlancar peredaran darah pada kaki dan membantu ibu lebih rileks dan segar pasca persalinan.



Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

	Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Bengkulu Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan Bengkulu 38225 (0736) 341212 https://www.poltekkesbengkulu.ac.id
	04 Februari 2026

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/1414/2026
Perihal : Izin Penelitian

Yth,
Bidan Mariani, SST., SKM
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama : Chelsi Indah Haspari
NIM : P01740123007
Tempat Penelitian : Praktik Mandiri Bidan Mariani SST., SKM
Waktu Penelitian : 7 Hari
Judul : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas di PMB "M" Kota Bengkulu Tahun 2026
No Handphone : 081278839985

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur I Bidang Akademik


Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd

CS Dipindai dengan CamScanner





Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
<https://www.poltekkesbengkulu.ac.id>

04 Februari 2026

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 1414 /2026
Perihal : Izin Penelitian

Yth,
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama : Chelsi Indah Haspari
NIM : P01740123007
Tempat Penelitian : Praktik Mandiri Bidan Mariani, SST., SKM
Waktu Penelitian : 7 Hari
Judul : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas di PMB "M" Kota Bengkulu Tahun 2026
No Handphone : 081278839985

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Wakil Direktur I Bidang Akademik



Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd



**Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan**

Politeknik Kesehatan Bengkulu

Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan

Bengkulu 38225

(0736) 341212

<https://www.poltekkesbengkulu.ac.id>

04 Februari 2026

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 1417/2026
Perihal : Izin Penelitian

Yth,
Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama : Chelsi Indah Haspari

NIM : P01740123007

Tempat Penelitian : Praktik Mandiri Bidan Mariani, SST., SKM

Waktu Penelitian : 7 Hari

Judul : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas di PMB "M" Kota Bengkulu Tahun 2026

No Handphone : 081278839985

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Wakil Direktur I Bidang Akademik



Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 000.9.2/355/KESBANGPOL-REK/2026

- Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian
- Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/1414/2026 Tanggal 04 Februari 2026 perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama : Chelsi Indah Haspari
NIM : P01740123007
Pekerjaan : Mahasiswa/i
Prodi/ Fakultas : Diploma Tiga Kebidanan
Judul Penelitian : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas di PMB "M" Kota Bengkulu Tahun 2026

Tempat Penelitian : PMB Mariani, SST., SKM
Waktu Penelitian : 10 Februari 2026 s.d 09 April 2026
Penanggung Jawab : Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan Ketentuan

- 1 Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- 2 Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- 3 Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
- 4 Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 6 Februari 2026

a.n. WALI KOTA BENGKULU

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu,



Syofyan Tosoni, SE, MM
Pembina Utama Muda (IVc)
NIP. 197009021993031006



Dipindai dengan CamScanner

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Posar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN

Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban Kota Bengkulu Email
dinkeskotabengkulu1@gmail.com / www.dinkes.bengkulkota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI

Nomor : 000.9.2 / 748 / D.Kes / 2026

Dasar Surat

1. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/1417/2026 Tanggal 04 Februari 2026
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Bengkulu Nomor :
000.9.2/355/KESBANGPOL-REK/2026 Tanggal 06 Februari
2026, Perihal : Penelitian untuk penyusunan tugas akhir mahasiswa
Atas nama :

Nama : Chelsi Indah Haspari
NIM : P01740123007
Program Studi : D3 Kebidanan
Judul : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas D PMB "M" Kota Bengkulu Tahun
2026
Lokasi Penelitian : PMB Mariani,SST.,SKM
Lama Kegiatan : 10 Februari s/d 10 Maret 2026
No Hp / Email : 081278839985

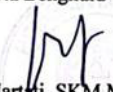
Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

- a. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
- d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
- e. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Februari 2026

Plt. Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu


Nelli Hartati,SKM,MM

Pembina, IV/a
Nip. 197204191991012001

Tembusan :

1. Yth.Sdr. Bidan Mariani,SST.,SKM
2. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS JEMBATAN KECIL
Jalan Rinjani RT XI Kelurahan Jembatan Kecil, Singgaran Pali, Bengkulu 34225
No. HP : 085379614466 Email : puskesmasjembatankecil@gmail.com



REKOMENDASI

Nomor : 070 / 09 / PKM-JK / II / 2026

Berdasarkan Surat Rekomendasi dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Nomor :000.9.2/748 /D.Kes/2026, Januari 2026. Perihal Permohonan izin Penelitian atas nama:

Nama : Chelsi Indah Haspari
Npm/Nim : P01740123007
Program Studi : D3 Kebidanan
Judul/Data : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas di PMB "M" Kota Bengkulu
Tempat Penelitian : PMB Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil PMB Mariyani
Lama Kegiatan : 10 Februari 2026 s.d 10 Maret 2026

Sehubungan hal diatas pada Prinsipnya UPTD Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakannya penelitian/kegiatan dengan ketentuan sbb :

1. Dalam mengadakan kegiatan harus disesuaikan dengan penelitian yang akan diteliti.
2. Harus mentaati semua ketentuan yang berlaku
3. Apabila masa berlaku Rekomendasi telah habis harus diperpanjang kembali Rekomendasinya.
4. Apabila selesai mengadakan penelitian agar melapor ke UPTD Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu.
5. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku lagi.

Demikian Rekomendasi ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 12 Februari 2026

KEPALA PUSKESMAS JEMBATAN KECIL



drg. AYU SILVIA NORITA
NIP. 19820911 200903 2 010

Lampiran 3. Surat Keterangan Selesai Penelitian



PRAKTEK MANDIRI BIDAN MARIANI, SST., SKM
Jl. Merapi 5 NO. 43 RT. 009 RW. 003 Kel. Panorama
Telp. (0736) 341657 Kode Pos 38226 Kota Bengkulu

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : **IV** /SKSP/II/2026

Saya yang bertanda tangan dibawah ini pemilik Praktik Mandiri Bidan (PMB) Mariani, SST., SKM menerangkan bahwa :

Nama : Chelsi Indah Haspari

NIM : P01740123007

Prodi : Diploma Tiga Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Judul : Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas di PMB "M" Kota Bengkulu Tahun 2026

Telah melakukan penelitian dari tanggal 16 – 23 Februari 2026 di Praktik Mandiri Bidan Mariani, SST., SKM.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 24 Februari 2026
Pimpinan PMB Mariani Kota Bengkulu



Mariani, SST., SKM



Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 4. Surat Pengantar Sebagai Responden

SURAT PENGANTAR SEBAGAI RESPONDEN

Kepada Yth,

Sdr. Responden

Di –

Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan Program Studi Diploma Tiga Kebidanan akan melakukan penelitian mengenai “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas di PMB “M” Kota Bengkulu Tahun 2026”.

Nama : Chelsi Indah Haspari

NIM : P01740123007

Tujuan penelitian ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Diploma Tiga Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Bengkulu dan untuk mengetahui “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas di PMB “M” Kota Bengkulu Tahun 2026”. Kepada Saudara, saya mohon dapat menjawab pertanyaan dalam wawancara ini dengan sebenar-benarnya. Jawaban yang diberikan tidak akan disebarluaskan dan akan dijaga kerahasiannya. Atas kesediaannya saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya,



Chelsi Indah Haspari

Lampiran 5. Informed Consent

**SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
UNTUK IKUT SERTA DALAM PENELITIAN
(INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ny. Anisa

Umur : 22 Tahun

Alamat : RT Martadinata

Setelah mendapatkan penjelasan, saya menyetujui dengan sukarela sebagai subjek penelitian "Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas di PMB "M" Kota Bengkulu Tahun 2026" yang dimulai dari hari Senin 16 s.d 23 Februari 2026. Demikian pernyataan ini saya buat dalam kondisi sehat jasmani dan rohani, serta tanpa paksaan dari pihak manapun.

Bengkulu, 16 Februari 2026

Responden



Anisa

Lampiran 6. Lembar Bimbingan Laporan Tugas Akhir



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
<https://www.poltekkesbengkulu.ac.id>

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

Nama Pembimbing : Nispi Yulyana, SST., M.Keb
NIP : 197807212008012022
Nama Mahasiswa : Chelsi Indah Haspari
NIM : P01740123007
Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas di PMB "M" Kota
Bengkulu Tahun 2026

No	Hari/Tanggal	Topik	Saran	Paraf Pembimbing
1.	Senin, 27 Oktober 2025	Pengajuan Judul Laporan Tugas Akhir (LTA)	ACC Judul	
2.	Selasa, 11 November 2025	Bimbingan BAB I, II dan III	Perbaikan BAB I, II dan III	
3.	Jumat, 14 November 2025	Bimbingan BAB I, II dan III	Perbaikan BAB I dan II	
4.	Senin, 17 November 2025	Bimbingan BAB I, II dan III	Perbaikan BAB I dan II	
5.	Senin, 24 November	Bimbingan BAB I, II dan III	Perbaikan Latar	

	2025		Belakang dan BAB II	17
6.	Rabu, 10 Desember 2025	Bimbingan BAB I, II dan III	Tambahkan SOP Senam Nifas	17
7.	Selasa, 16 Desember 2025	ACC BAB I, II dan III	ACC Proposal dan setuju untuk diseminarkan	17
8.	Jumat, 27 Februari 2026	Bimbingan BAB IV dan BAB V	Perbaiki BAB IV	17
9.	Rabu, 4 Maret 2026	Bimbingan BAB IV dan BAB V	Perbaiki BAB IV dan BAB V	17
10.	Kamis, 5 Maret 2026	Bimbingan BAB IV dan BAB V	Perbaiki BAB IV dan BAB V	17
11.	Jumat, 6 Maret 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V	Perbaiki BAB IV dan BAB V	17
12.	Senin, 9 Maret 2026	ACC BAB IV dan BAB V	ACC LTA dan setuju untuk diseminarkan	17

DOKUMENTASI

6 Jam

Tanggal : 16 Februari 2026



Melakukan pemeriksaan
Tinggi Fundus Uteri (TFU)



Melakukan pemeriksaan
Tanda-Tanda Vital



Membantu ibu memberikan ASI kepada bayi

Kunjungan Hari Pertama
Tanggal : 17 Februari 2026



Melakukan pemeriksaan Tanda-Tanda Vital



Mengajarkan ibu senam nifas hari pertama



Memberikan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar, kebutuhan nutrisi, dan kebutuhan istirahat

Kunjungan Kedua
Tanggal : 18 Februari 2026



Melakukan pemeriksaan Tanda-Tanda Vital



Melakukan pemeriksaan Tinggi
Fundus Uteri (TFU)



Mengajarkan ibu senam nifas
hari kedua

Kunjungan Ketiga
Tanggal : 19 Februari 2026



Melakukan pemeriksaan Tanda-Tanda Vital



Melakukan pemeriksaan Tinggi
Fundus Uteri (TFU)



Mengajarkan ibu senam nifas
hari ketiga

Kunjungan Keempat
Tanggal : 20 Februari 2026



Melakukan pemeriksaan Tanda-Tanda Vital



Mengajarkan ibu senam nifas hari keempat

Kunjungan Kelima
Tanggal : 21 Februari 2026



Melakukan pemeriksaan Tanda-Tanda Vital



Melakukan pemeriksaan Tinggi
Fundus Uteri (TFU)



Mengajarkan ibu senam nifas
hari kelima

Kunjungan Keenam
Tanggal : 22 Februari 2026



Melakukan pemeriksaan Tanda-Tanda Vital



Melakukan pemeriksaan Tinggi
Fundus Uteri (TFU)



Mengajarkan ibu senam nifas
hari keenam

Kunjungan Ketujuh
Tanggal : 23 Februari 2026



Melakukan pemeriksaan Tanda-Tanda Vital



Mengajarkan ibu senam nifas hari ketujuh