DAFTAR PUSTAKA

Astuti, Y., & Anggarawati, T. (2021). Pendidikan Kesehatan Teknik Menyusui Terhadap Peningkatan Kemampuan Menyusui Pada Ibu Primipara. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, *3*(1), 26. https://doi.org/10.35473/ijnr.v3i1.904

Dewi, Yuanita Viva A. 2020. Buku Ajar Asuhan Kebidanan 3. Bandung: CV. MEDIA SAINS INDONESIA.

Djannah, Siti Nur; Suryani, Dyah; Purwati, D. A. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan. Disease Prevenion and Public Health Journal, 3(3), 53–60. http://journal.uad.ac.id/index.php/KesMas/article/view/1

Ida Yuniarti, Heni Purwaningsih, & Sulastri Sulastri. (2023). Pengaruh Konseling Menyusui Terhadap Cara Menyusui Yang Benar Pada Ibu Post Partum. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, *1*(2), 283–294. https://doi.org/10.55606/detector.v1i2.2525

Indonesia, P. K. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia*. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta*. Jariah, Ainun, Andi Tenri Abeng, and Micha Erawati. 2020.

"Manajemen Asuhan Kebidanan Pada Nona R Dengan Mioma Uteri." *Window of Midwifery Journal* 01(02): 46–55..

Lardo, S. (2020). Transformation of infectious diseases and the Indonesian national military health research collaboration in supporting national health security. In Infectious Disease Reports (Vol. 12). https://doi.org/10.4081/idr.2020.8763

Manulu. (2023). SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, *2*(4), 1275--1289.

Puskesmas Telagadewa Kota Bengkulu,2023.Profil Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu 2023. Bengkulu: Puskesmas Telaga Dewa.

Puspasari, L., & Istiyati, S. (2024). *Perawatan pada ibu nifas normal*. *2*(September), 484–489.

Rosa, E. F., Estiani, M., & Wiranti, A. (2024). *Edukasi Teknik Menyusui pada Ibu dengan Defisit Pengetahuan Perlekatan Menyusui : Studi Kasus*. *10*, 40–45.

Sari, Vianty Mutyah dan Tonasih. 2020. Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. Jakarta: K-Media.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Walyani, Elisabeth, Siwi., Purwoastuti, Th., Endang. "Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui". Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2020. Text.

Wijaya, W., Limbong, T. O., & Yulianti, D. (2023). Buku Ajar Buku Ajar Asuhan Kebidanan dan Menyusi. Akademi Kebidanan Griya Husada Surabaya, 82 http://repository.unimus.ac.id/3795/1/1. Buku Ajar ASI komplit.pd .

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

SOP

CARA MENYUSUI DENGAN TEKNIK PERLEKATAN YANG BENAR

Pengertian	Cara memberikan ASI bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi yang benar
Tujuan	1. Putting susu tidak lecet 2. Perlekatan menyusu pada bayi yang kuat 3. Bayi menjadi tenang
Peralatan	1. Tempat duduk yang memiliki sandaran 2. Beberapa bantal 3. Waslap 4. Air bersih
Prosedur Pelaksanaan	1. Mencuci tangan dengan sabun 2. Bersihkan puting susu dan areola dengan kapas DTT 3. Keluarkan ASI sedikit kemudian dioleskan padada puting susu dan areola sekitarnya. 4. Bayi diletakkan menghadap payudara 5. Ibu duduk tau berbaring santai. Bila duduk lebih baik menggunakan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak tergantung dan punggung ibu bersandar pada sandaran kursi 6. Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi terletak pada lengkung siku ibu dan bokong bayi terletak pada lengan. Kepala bayi tidak boleh tertengadah dan bokong bayi ditahan dengan telapak tangan ibu. 7. Satu tangan bayi diletakkan dibelakang badan ibu dan yang satu didepan. 8. Perut bayi menempel badan ibu, kepala bayi menghadap payudara (tidak hanya membelokkan kepala bayi). 9. Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus. 10. Ibu menatap bayi dengan penuh kasih sayang 11. Payudara dipegang dengan jari diatas dan jari lain menopang dibawah, jangan menekan putting susu atau areolanya saja. 12. Bayi diberi rangsangan untuk membuka mulut (reflek rooting) dengan cara menyentuh pipi dengan putting susu, menyentuh sisi mulut bayi. 13. Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekatkan kepayudara ibu dengan putting serta aerola dimasukkan ke mulut bayi. 14. Usahakan sebagian besar areola dapat masuk ke dalam mulut bayi, sehingga putting susu berada dibawah langit-langit dan lidah bayi akan mnkan ASI keluar dari tempat penampungan ASI yang terletak dibawah areola. 15. Setelah menyusui pada satu payudara samapai terasa kosong, sebaiknay ganti menyusui pada payudara yang lain 16. Cara melepas isapan bayi a. Jari klingking ibu dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut bayi. b. Dagu bayi ditekan kebawah. 17. Stelah selesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit, kemudian dioleskan pada putting susu dan areola sekitarnya. Biarkan kering dengan sendrinya. 18. Menyendawakan bayi untuk mengeluarkan udara dari lambung supaya bayi tidak muntah. Cara menyendawakan bayi:

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

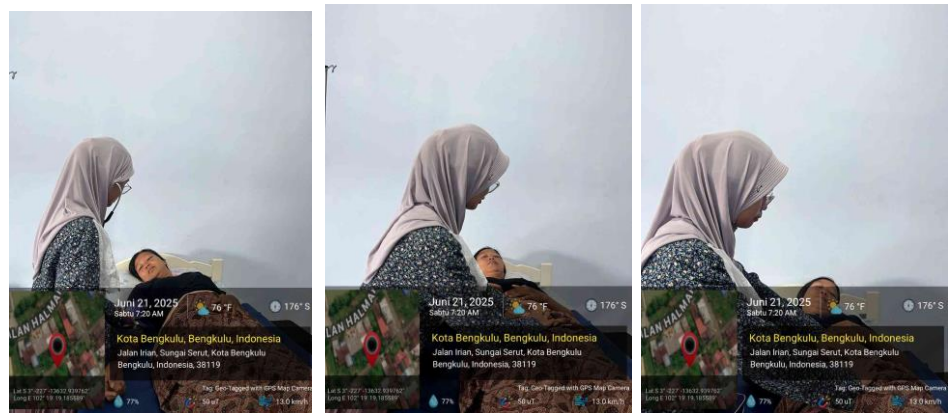
	a. Bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggungnya ditepuk perlahan-lahan atau, b. Bayi tidur tengkurap di pangkuan ibu, kemudian punggungnya ditepuk perlahan-lahan. 19. Menanyakan kepada ibu tentang seberapa ibu paham dan mengerti teknik menyusui 20. Evaluasi perasaan ibu 21. Simpulkan hasil kegiatan 22. Lakukan kontrak kegiatan selanjutnya 23. Akhiri kegiatan 24. Mencuci tangan

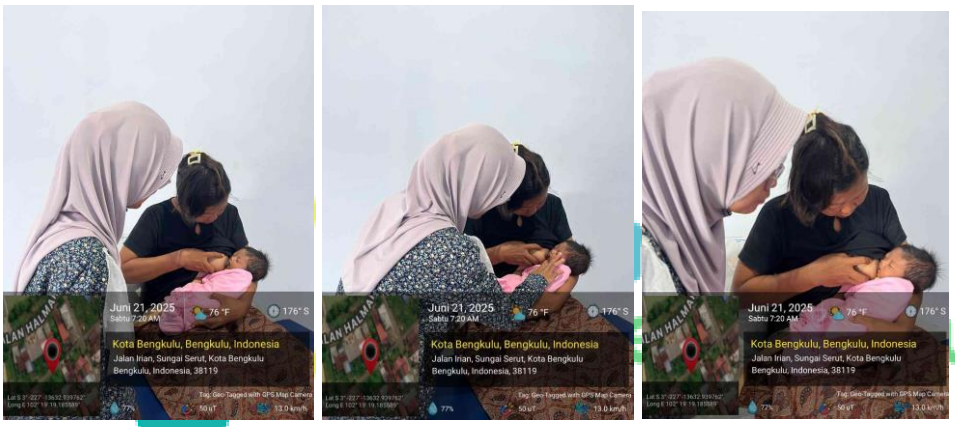
Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

L A M P I R A N

DOKUMENTASI

6 jam
Sabtu, 21 Juni 2025





Hari Kedua
Minggu 22 Juni 2025





Poltekkes Bengkulu

HARI KETIGA

Senin 23 Juni 2025





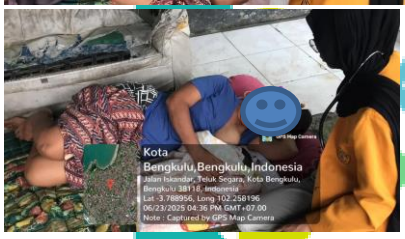












Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

HARI KEEMPAT
Selasa 24 juni 2025









HARI KELIMA
Rabu 25 juni 2025













HARI KEENAM
Kamis 26 Juni 2025















HARI KETUJUH

Jumat 27 Juni 2025













Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

07 Februari 2025

Nomor : PP.06.02/FXXXI.1/ 837 /2025
Perihal : **Izin Pra Penelitian**

Yth.
Kepala Puskesmas Telaga Dewa
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) Mahasiswa Progam Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025, dengan ini mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data, Pra Penelitian pada mahasiswa dibawah ini :

nama mahasiswa	: Audry Andini
nim	: P01740122009
tempat	: Pagar Dewa, Kecamatan Selebar, Kota Bengkulu
judul	: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal
no handphone	: 085266966344

Demikianlah, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

Wakil Direktur I Bidang Akademik

Ns.Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes

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

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

10 Juni 2025

Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/ /2025
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 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Audry Andini
NIM	: P01740122009
Tempat Penelitian	: Klinik Pratama Azzahra Medical Centre Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 7 hari
Judul	: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal Di Klinik Pratama Azzahra Medical Centre Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 085266966344

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

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

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

24 April 2025

Nomor : : PP.06.02/F.XXIII.1/ /2025
Perihal : **Izin Pra Penelitian**

Yth.
Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) Mahasiswa Progam Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025, dengan ini mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data, Pra Penelitian pada mahasiswa dibawah ini :

Nama Mahasiswa	: Audry Andini
Nim	: P01740122009
Tempat	: Jl.Basuki Rahmat No.8, Belakang Pd., Kec. Ratu Samban, Kota Bengkulu
Judul	: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal Di Klinik Pratama Azzahra Medical Centre Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 085266966344

Demikianlah, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

Plt. Wakil Direktur I Bidang Akademik

Anang Wahyudi, S.Gz., MPH

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

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

10 Juni 2025

Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/ /2025
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 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Audry Andini
NIM	: P01740122009
Tempat Penelitian	: Klinik Pratama Azzahra Medical Centre Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 7 hari
Judul	: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal Di Klinik Pratama Azzahra Medical Centre Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 085266966344

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

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

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

24 April 2025

Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/ /2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Badan kesbangpol 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 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Audry Andini
NIM	: P01740122009
Tempat Penelitian	: Klinik Pratama Azzahra Medical Centre
Waktu Penelitian	: 7 hari
Judul	: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal Di Klinik Pratama Azzahra Medical Centre Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 085266966344

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

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

Anang Wahyudi, S.Gz., MPH

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

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

18 Juni 2025

Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 5695/2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Klinik pratama Azzahra medical centre
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 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: AUDRY ANDINI
NIM	: P01740122009
Tempat Penelitian	: Klinik pratama Azzahra medical centre
Waktu Penelitian	: 7 hari
Judul	: Asuhan kebidanan pada ibu nifas normal di klinik prata azzahra medical centre kota bengkulu tahun 2025
No Handphone	: 085266966344

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/ 910 /KESBANGPOL-REK/2025

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 Plt. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/FXXIII.1/ /2025 Tanggal 24 April 2025 perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama	:	AUDRY ANDINI
NIM	:	P01740122009
Pekerjaan	:	Mahasiswa
Prodi/ Fakultas	:	Diploma Tiga Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Judul Penelitian	:	Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal Di Klinik Pratama Azzahra Medical Centre
Tempat Penelitian	:	Klinik Pratama Azzahra Medical Centre Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	:	16 Juni 2025 s/d 30 Juni 2025
Penanggung Jawab	:	Plt. Wakil Direktur 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.

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 08 Mei 2025

a.n. WALIKOTA BENGKULU
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Bengkulu

SYAIFAN TOSONI, SE, MM
Pembina Utama Muda
NIP. 19700902 199303 1 006

Dokumen ini telah diregistrasi, dicap dan ditanda tangani oleh Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu dan didistribusikan melalui Email kepada Pemohon untuk dicetak secara mandiri, serta dapat digunakan sebagaimana mestinya.

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban
Kota Bengkulu Telp. 085216000810 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com.
www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI

Nomor : 000.9.2/ 1607 /D.Kes/2025

Dasar Surat	:	1. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/5473/2025 Tanggal 10 Juni 2025 2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Bengkulu Nomor : 000.9.2/910/KESBANGPOL-REK/2025 Tanggal 10 Juni 2025
Nama	:	**Audry Andini**
N I M	:	P01740122009
Program Studi	:	Kebidanan
Judul Penelitian	:	Asuhan kebidanan pada ibu nifas normal di Klinik Pratama Azzahra Medical Centre
Daerah Penelitian	:	Klinik Pratama Azzahra Medical Centre
Lama Kegiatan	:	16 Juni 2025 s/d 30 Juni 2025
No.HP / Email	:	08….

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.

Bengkulu, 16 Juni 2025
Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu

Joni Haryadi Thabrani, SKM, MM
Pembina, IV/b
Nip. 197406081994021002

Tembusan :
1. Yth. Sdr. Klinik Pratama Azzahra Medical Centre
2. Yang Bersangkutan

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

Nama pembimbing : Desi Widiyanti, SST,. M. Keb

NIP : 198012172001122001

Nama mahasiswa : AUDRY ANDINI

NIM : P01740122009

Judul LTA : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal

No	Hari/tanggal	Topik	Saran	Paraf pembimbing
1.	Selasa, 04 Februari 2025	Pengajuan Judul LTA	Membawa Jurnal Berkaitan Dengan Judul	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
2.	Rabu, 05 Februari 2025	Pengajuan Judul	ACC Judul, Mulai Membuat BAB I, II, III	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
3.	Jumat, 21 Februari 2025	Bimbingan BAB I, II, III	Perbaikan BAB I, II, III	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
4.	Jumat, 28 Februari 2025	Bimbingan BAB I, II, III	Perbaikan BAB I, II, III	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
5.	Jumat, 14 Maret 2025	Bimbingan BAB I, II, III	Perbaikan BAB I, II, III	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
6.	Kamis, 06 Maret 2025	Bimbingan BAB I, II, III	Perbaikan BAB I, II, III	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
7.	Jumat, 21 Maret 2025	Bimbingan BAB I, II, III	ACC Proposal	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb

8.	Selasa 17, juni 2025	Perbaikan setelah sempro	ACC lembar pengesahan	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
9.	Kamis, 18 juni 2025	Bimbingan BAB IV-V	Perbaikan Bimbingan BAB IV-V	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
10.	Jumat, 20 juni 2025	Bimbingan BAB IV-V	Perbaikan Bimbingan BAB IV-V	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
11.	Senin 23 Juni 2025	Bimbingan BAB IV-V	Perbaikan Bimbingan BAB IV-V	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
12	Kamis, 26 Juni 2025	Bimbingan BAB IV-V	Perbaikan Bimbingan BAB IV-V	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb
13	Jumat, 27 Juni 2025	Bimbingan BAB IV-V	ACC LTA	Desi Widiyanti, SST,. M. Keb

KLINIK PRATAMA AZZAHRA MEDICAL CENTRE

Jl. Halmahera RT 007 RW 004 Kel. Surabaya
Telp. 0858 1467 8529

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
Nomor: KP.01.01/KP.AMC/VII/218/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurjana.W, S.Keb
Jabatan : Pimpinan
NIP : 197308081992032001

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa dibawah ini:

Nama : Audry Andini
NIM : P01740122009
Alamat : Perum Pepabri Blok C2 No 11 Lingkar Barat
Jurusan : D3 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Benar-benar telah melakukan penelitian di Klinik Pratama Azzahra Medical Centre dari tanggal 21 s/d 27 Juni 2025 dalam rangka penyusunan LTA yang berjudul **"ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU NIFAS NORMAL DI KLINIK "A" TAHUN 2025 KOTA BENGKULU"**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 18 Juli 2025

(Nurjana.W,S.Keb)

LEAFLET

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Apa yang harus dipenuhi ibu setelah melahirkan?

Nutrisi dan Cairan

makronutrien **mikronutrien**



KARBOHIDRAT
LEMAK
PROTEIN



VITAMIN
MINERAL
AIR



Nutrisi yang di konsumsi oleh ibu nifas harus bermutu tinggi, bergizi dan cukup kalori. Ibu menyusui memerlukan kalori yang sama dengan wanita dewasa + 700 kalori pada 6 bulan pertama kemudian ditambah 500 kalori bulan selanjutnya. dan minum sedikitnya 3 liter setiap hari (anjurkan ibu untuk minum setiap kali menyusui).

Ambulasi

Ambulasi merupakan upaya seseorang untuk melakukan latihan jalan atau berpindah tempat. Mobilisasi hendaknya dilakukan secara bertahap, dimulai dengan gerakan miring ke kanan dan ke kiri. Tindakan-tindakan ambulasi dini:

✓ Belajar turun dari tempat tidur

✓ Belajar berjalan

Duduk diatas tempat tidur

Eliminasi

eliminasi BAK

Kebanyakan pasien dapat melakukan BAK secara spontan dalam 8 jam setelah melahirkan. Bila dalam 3 hari ibu tidak dapat berkemih, dapat dilakukan rangsangan untuk berkemih dengan mengkompres vesica urinaria dengan air hangat, jika tetap tidak bisa juga maka dapat dilakukan kateterisasi.

eliminasi BAK

Buang Air Besar (BAB) akan terjadi setelah sehari, kecuali bila ibu takut dengan luka di perineum. Bila sampai 3-4 hari belum BAB, sebaiknya diberikan obat perangsang per oral atau per rektal.

Self hygine







Kebersihan diri ibu membantu mengurangi sumber infeksi dan meningkatkan perasaan nyaman pada ibu. Anjurkan ibu untuk menjaga kebersihan diri dengan cara mandi yang teratur minimal 2 kali sehari, mengganti pakaian dan alas tempat tidur serta lingkungan dimana ibu tinggal. Perawatan luka perineum bertujuan untuk mencegah infeksi, meningkatkan rasa nyaman dan mempercepat penyembuhan. Perawatan luka perineum dapat dilakukan dengan cara mencuci daerah genital dengan air dan sabun setiap kali habis BAK/BAB

istirahat



Ibu nifas memerlukan sekitar 8 jam pada malam hari dan 1 jam pada siang hari.
Kurang istirahat menyebabkan berkurangnya jumlah ASI yang di produksi, memperlambat proses involusio uterus dan meningkatkan perdarahan, menyebabkan depresi dan ketidakmampuan untuk merawat bayi dan dirinya sendiri.

Seksual



Hubungan seksual dapat dilakukan dengan aman ketika luka episiotomi telah sembuh dan lokea telah berhenti.

Hendaknya, hubungan seksual dapat ditunda sampai 40 hari setelah persalinan, karena pada waktu itu diharapkan organ-organ tubuh telah pulih kembali.

Olahraga



Tujuan utama dari rehabilitasi fisik / olahraga dalam periode postnatal. adalah untuk:

✓ meningkatkan sirkulasi

✓ mengembalikan fungsi keseluruhan otot dasar panggul dan menghindari masalah urinary

✓ Memperkuat otot abdominal

✓ Menjamin perawatan yang mencukupi untuk punggung dan Mempercepat pemulihan masalah musculosketal postnatal.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

ASI

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan nutrisi yang diproduksi oleh kelenjar susu ibu setelah melahirkan dan merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi yang lengkap, antibodi, dan enzim yang mendukung pertumbuhan serta perkembangan bayi secara optimal

ASI Ekslusif

Pemberian Air Susu Ibu kepada bayi hingga usia 6 bulan tanpa adanya tambahan cairan lain seperti air putih, madu, susu formula, jeruk, serta tanpa bahan tambahan makanan padat seperti bubur, pisang, biskuit ataupun nasi, kecuali obat dan vitamin.

Manfaat ASI dan menyusui

1. **Memenuhi kebutuhan gizi bayi**
2.
3. **Menurunkan risiko asma, alergi, dan penyakit infeksi**
4. **Mempererat ikatan ibu dan bayi**
5. **Meningkatkan kecerdasan anak**

Tanda Bayi Cukup ASI



1) Berat badan lahir telah pulih kembali setelah bayi berusia 2 minggu.

.

2) Bayi langsung tidur karena ASI memicu produksi hormon endorphin.



3) Bayi sering buang air kecil, sampai 6 kali ataulebih dalam sehari.

4) Bayi sering buang air besar berwarnakekuningan "berbiji".

5) Setiap menyusui, bayi menyusu dengan rakus, lalu melemah dan tidur.



6) Payudara ibu terasa lunak setiap kali selesaimenyusu.

Cara Menyusui



CARA MENYUSUI YANG BENAR

Perlekatan yang benar

Areola
Areola bagiian bawah sebagian
besar masuk kedalam mulut bayi sehingga bagian atas lebih banyak terlihat.



Bibir bawah terbuka lebar
Saat menghisap puting, bibir bayi harus terbuka dower ke bawah, sehingga Aerola sebagian besar bagian bawahnya masuk ke dalam mulut bayi.



Mulut terbuka lebar

Pastikan mulut harus terbuka lebar, bukan mengatupkan mulut ke arah dalam atau merapatkan ke arah dalam.



Dagu menempel ke payudara

Pentingnya memposisikan dagu menempel ke payudara ibu agar hidung bayi tidak tertutup



CARA MEMEGANG ATAU MEMPOSISIKAN BAYI

MENU

Cradle position

Bayi digendong berbaring menyamping dengan wajah, perut, dan lutut menempel ke dalam dada dan perut ibu.





Cross Cradle Position

Posisi menggendong silang dimana Ibu menyangga kepala banyi dengan telapak tangan.

Foodball Hold

Posisi menyangga kepala bayi dengan telapak tangan dan tubuh bayi berada di bawah ketiak Ibu.



Laid Back Position



Posisi bersandar dengan Ibu duduk atau tidur lalu tinggal proses menyusui bayi dengan posisi bayi tengkurap di atas perut ibu.

Side Lying

Ibu berbaring miring menghadap bayi, lalu posisikan kepala bayi menghadap ke puting.

