

# MODUL

## STANDAR OPERASIONAL PRSEDUR

## POST NATAL CARE (PNC)



Disusun Oleh :  
TIM DOSEN BIDAN

**Akademi Kebidanan Wijaya Husada Bogor**

Jalan Letjend Ibrahim Adjie No.180 Pengkolan Sindang Barang Bogor

Telp.(0251) 8327 396 / 399 Hp. 0852 1670 1658 Email : [wijayahusada@gmail.com/](mailto:wijayahusada@gmail.com/)

Website : [www.wijayahusada.com](http://www.wijayahusada.com)

# MODUL

## STANDAR OPERASINAL PROSEDUR

## POST NATAL CARE (PNC)



**Disusun Oleh :**

**TIM DOSEN BIDAN**

**AKADEMI KEBIDANAN WIJAYA HUSADA  
BOGOR**

# KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis haturkan kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan **Modul Standar operasional Prosedur Post natal Care** sebagai pedoman Praktik Asuhan pada Ibu Nifas bagi mahasiswa D III Kebidanan Wijaya Husada Bogor.

Penyusunan pedoman Praktik Kebidanan ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam melaksanakan Praktik Asuhan Kebidanan secara efektif dan efisien kepada ibu nifas.

Melalui proses pembelajaran praktik ini diharapkan juga dapat melatih mahasiswa menjadi bidan yang handal, siap pakai serta inovatif dengan bekal pengetahuan dan kemampuan yang akhirnya mampu mengaplikasikan serta mengembangkan kemampuan di dunia kerja.

Penyusun menyadari bahwa **Modul Standar operasional Prosedur Postnatal Care** ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penyusun mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak, sehingga bisa memberikan manfaat bagi mahasiswa dalam proses belajar di klinik.

Tim Penyusun



# DAFTAR ISI



**YAYASAN WIJAYA HUSADA BOGOR**  
**AKADEMI KEBIDANAN WIJAYA HUSADA**

**DAFTAR TILIK**  
**ANAMNESA IBU NIFAS**

**PERALATAN :**

1. Bolpoin
2. Buku catatan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
<b>A.</b>	<b>SIKAP</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa mempersilakan duduk 2 Memberi salam dengan mempersilakan duduk			
2.	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil berjabat tangan/memberikan sentuhan kepada klien dengan ramah			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak merespon acuh tak acuh 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat , kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup,tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa dan ragu-ragu, kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik.			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			
<b>B.</b>	<b>CONTENT</b>			
6.	<b>Menanyakan identitas klien, nama, umur</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			

7.	<b>Mengkaji ulang atau menanyakan mengenai riwayat persalinan mengenai waktu , tempat , jenis persalinan, penolong persalinan, tindakan dalam persalinan, episiotomy, paritas</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
8.	<b>Mengkaji keluhan ibu setelah melahirkan meliputi pusing, sakit kepala yang hebat, penglihatan kabur, kesedihan/ depresi</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
9.	<b>Mengkaji istirahat tidur ibu meliputi berapa lama ibu tidur dengan nyenyak, apakah ada gangguan ,</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
10.	<b>Mengkaji pemenuhan nutrisi ibu meliputi frekuensi, jenis, porsi, nafsu makan, pantangan</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
11	<b>Mengkaji BAK dan BAB ibu meliputi frekuensi, keluhan</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
12	<b>Mengkaji pengeluaran pervagina ibu jenis, warna, bau, jumlah</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
13	<b>Mengkaji cara menyusui bayi dan laktasi( apakah bayi mau menetek, bagaimana pengeluaran ASI , apakah ada kesulitan meneteki, apakah ada keluhan pada payudara, apakah putting susu lecet)</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
14	<b>Mengkaji perasaan ibu saat ini apakah ibu sedih tanpa sebab, apakah ibu merasa putus asa,</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
15	<b>Mengkaji apakah ibu mengkonsumsi vitamin A, kapan, berapa kali ?</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			

16	<b>Mengkaji apakah ibu mengkonsumsi tablet tambah darah, apakah teratur diminum, apakah ada keluhan ?</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
17	<b>Mengkaji apakah ibu ada kesulitan dalam merawat bayinya</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
18	<b>Mengkaji aktivitas ibu</b> 0 Tidak ditanyakan 1 Ditanyakan tidak lengkap 2 Ditanyakan lengkap			
<b>TOTAL SKORE : 26</b>				
<b>C.</b>	<b>TEKNIK</b>			
19	<b>Teruji menanyakkan secara sistematis</b> 0. Tidak ditanyakan atau menyimpang dari topik 1. Menanyakan tetapi tidak secara urut. 2. Menanyakan secara urut/runtut.			
20	<b>Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti</b> 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
21	<b>Memberi kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik</b> 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			
22	<b>Melakukan pendokumentasian meliputi tanggal, jam, anamnesa &amp; hasilnya, tanda tangan &amp; nama terang.</b> 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil anamnesa tidak lengkap 2. Mendokumentasikan secara lengkap			
<b>TOTAL SCORE : 8</b>				
<b>TOTAL SKORE MAKSIMAL :44</b>				

$$\text{NILAI : } \frac{\text{JUMLAH SKORE}}{44} \times 100\%$$



**YAYASAN WIJAYA HUSADA BOGOR**  
**AKADEMI KEBIDANAN WIJAYA HUSADA**

**DAFTAR TILIK**  
**PEMERIKSAAN FISIK IBU NIFAS**

**PERALATAN :**

- |  |   |
|--|---|
| 1. Penerangan cukup                    | c. Kapas DTT dalam kom                    |
| 2. Tempat tidur terbuka lengkap        | d. Spekulum DTT (bila dibutuhkan)         |
| 3. Tempat sampah dan tutupnya          | e. Sarung tangan DTT                      |
| 4. Bengkok                             | f. Refleks hammer                         |
| 5. Perlak                              | 8. Alat-alat cuci tangan                  |
| 6. Larutan klorin 0,5% dalam tempatnya | a. Sabun                                  |
| 7. Alat-alat pemeriksaan               | b. Air mengalir                           |
| a. Tensimeter, stetoskop, termometer   | c. Handuk bersih dan kering (tissue, dsb) |
| b. Jam dengan jarum detik              |   |

No.	Langkah Tugas/Kegiatan	NILAI		
		0	1	2
<b>A</b>	<b>Sikap</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberi salam dengan mempersilahkan duduk			
2.	<b>Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tujuan dan prosedur kurang lengkap 2 Menjelaskan tujuan dan prosedur secara lengkap			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat, kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup, tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa, ragu-ragu dan kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik			

	2 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
	<b>JUMLAH SKORE : 10</b>			
<b>B.</b>	<b>CONTENT / ISI</b>			
6	<b>Menjelaskan kepada ibu tentang pemeriksaan yang akan dilakukan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
7	<b>Mengobservasi tingkat energi dan keadaan umum ibu</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
8	<b>Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir kemudian dikeringkan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Mencuci tangan tapi tidak 6 langkah 2 Mencuci tangan 6 langkah			
9	<b>Memeriksa tanda-tanda vital (tekanan darah, nadi, respirasi, suhu)</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
10	<b>Memeriksa warna sklera dan konjungtiva ibu</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
11	<b>Memeriksa mulut, bibir, lidah (apakah pucat/tidak), memeriksa gigi dan gusi adakah karies/kelainan lain</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
12	<b>Memeriksa leher (pembesaran kelenjar getah bening/limfe dan tiroid)</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
13	<b>Melakukan pemeriksaan payudara (kiri dan kanan secara bergantian) :</b> a. Puting (terbenam / tidak, ada pengeluaran / tidak) b. Meminta ibu untuk tidur telutang dengan lengan di atas kepala : secara sistematis melakukan perabaan payudara dari axila sampai ke bagian payudara dan puting ; memeriksa apakah ada benjolam, pembesaran kelenjar, pembengkakan payudara serta abses, pengeluaran ASI/kolostrum			
	0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			

14	<b>Melakukan pemeriksaan abdomen :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Menginspeksi apakah ada luka operasi, hiperpigmentasi</li> <li>Melakukan palpasi untuk memeriksa TFU, apakah ada massa / konsistensi otot, kontraksi.</li> <li>Memeriksa kandung kemih</li> <li>Memeriksa diastasis rekti</li> </ol>			
	0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
15	<b>Memeriksa kaki untuk melihat apakah ada :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Edema, varices, capillary reffil</li> <li>Warna kemerahan pada betis</li> </ol>			
	0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
16	<b>Menilai adanya nyeri betis (tanda Homan)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tidak dilakukan</li> <li>Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur</li> <li>Dilakukan sesuai prosedur</li> </ol>			
17	<b>Melakukan informed consent untuk memeriksa genitalia</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tidak dilakukan</li> <li>Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur</li> <li>Dilakukan sesuai prosedur</li> </ol>			
18	<b>Mencuci tangan</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tidak dilakukan</li> <li>Mencuci tangan tapi tidak 6 langkah</li> <li>Mencuci tangan 6 langkah</li> </ol>			
19	<b>Membantu ibu untuk mengatur posisi dan membuka pakaian bagian bawah (pastikan privasi ibu terjaga) dan memasang perlak</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tidak dilakukan</li> <li>Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur</li> <li>Dilakukan sesuai prosedur</li> </ol>			
20	<b>Memeriksa pengeluaran / Lekhia (warna, jumlah, bau)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tidak dilakukan</li> <li>Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur</li> <li>Dilakukan sesuai prosedur</li> </ol>			
21	<b>Memeriksa perineum untuk menilai penyembuhan luka laserasi atau penjahitan perineum (Keadaan luka : warna, jahitan), tanda-tanda infeksi dan memeriksa anus (adakah haemoroid)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tidak dilakukan</li> <li>Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur</li> <li>Dilakukan sesuai prosedur</li> </ol>			
21	<b>Membuka sarung tangan dan mendekontaminasi dalam larutan klorin 0,5%</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tidak dilakukan</li> <li>Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur</li> <li>Dilakukan sesuai prosedur</li> </ol>			

22	<b>Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
23	<b>Merapikan alat-alat</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
24	<b>Memberitahu ibu tentang hasil pemeriksaan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
25	<b>Memberikan asuhan &amp; konseling pada ibu nifas sesuai dengan kebutuhan.</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
26	<b>Melakukan pendokumentasian tentang tindakan yang sudah dilakukan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
<b>SKORE MAKSIMAL : 42</b>				
<b>C.</b>	<b>Tehnik</b>			
27.	<b>Teruji melakukan prosedur secara sistematis</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan prosedur tetapi tidak urut 2 Melakukan prosedur secara urut			
28.	<b>Teruji menerapkan teknik pencegahan infeksi</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menerapkan teknik pencegahan infeksi kurang tepat 2 Menerapkan teknik pencegahan infeksi dengan tepat			
29.	<b>Teruji melaksanakan komunikasi selama pemeriksaan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melaksanakan komunikasi tetapi dengan menggunakan bahasa yang tidak mudah dimengerti oleh klien 2 Melaksanakan komunikasi dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
30.	<b>Mendokumentasikan tindakan yang telah dilakukan dengan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Mendokumentasikan hasil tindakan tanpa identitas pelaksana 2 Mendokumentasikan seluruh hasil tindakan dengan tanggal, nama dan tanda tangan pelaksana			
<b>JUMLAH SCORE MAKSIMAL : 8</b>				
<b>TOTAL SCORE MAKSIMAL : 60</b>				

**NILAI :  $\frac{JUMLAH\ SKORE}{60} \times 100\%$**



**DAFTAR TILIK**  
**PERAWATAN PAYUDARA (BREAST CARE)**

**BAHAN DAN PERALATAN :**

1. Phantoom payudara
2. Sampiran
3. Kom kecil : 1 buah
4. Waskom berukuran sedang : 2 buah
5. Washlap : 2 buah
6. Handuk bersih : 2 buah
7. Baki dan alas baki : 1 buah
8. Bengkok : 1 buah
9. Peniti : 2 buah
10. Baby oil secukupnya
11. Kapas secukupnya
12. Air (hangat dan dingin)

No.	Langkah Tugas/Kegiatan	NILAI		
		0	1	2
A.	<b>SIKAP</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberi salam dengan mempersilahkan duduk			
2.	<b>Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tujuan dan prosedur kurang lengkap 2 Menjelaskan tujuan dan prosedur secara lengkap			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat, kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup, tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas			

	1 Terlihat tergesa-gesa, ragu-ragu dan kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
<b>SKORE MAKSIMAL: 10</b>				
<b>B.</b>	<b>CONTENT / ISI</b>			
6.	<b>Menjelaskan apa yang akan dilakukan (<i>informed consent</i>)</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
7.	<b>Menyiapkan posisi ibu, baju bagian atas dibuka dan meletakan handuk di bahu dan pangkuan ibu</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
8.	<b>Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir kemudian dikeringkan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
9.	<b>Mengompres kedua puting dan areola dengan menggunakan kapas yang sudah diolesi baby oil selama ± 3 menit</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
10.	<b>Membersihkan puting susu dan areola mamae dengan kapas, putting susu dipegang dengan ibu jari dan jari telunjuk diputar ke dalam sebanyak 5 – 10 kali, dan diputar keluar sebanyak 5 – 10 kali</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
11.	<b>Melicinkan kedua telapak tangan dengan sedikit minyak/baby oil</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur			
12.	<b>Meletakkan kedua tangan diantara kedua payudara menghadap ke bawah. Mulai dari tengah telapak tangan melingkari payudara dari bagian tengah ke arah atas, kesamping kanan kiri selanjutnya menuju ke arah bawah,</b>			

	<p>lalu ke arah atas dan angkat. Kemudian melepaskan tangan dengan cepat ke arah depan sehingga tangan menyangga payudara. (lakukan sebanyak 20 kali selama 5 menit)</p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur</p>		
13.	<p><b>Menyokong payudara kiri dengan tangan kiri, lalu 2 atau 3 jari tangan kanan membuat gerakan memutar sambil menekan mulai dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur</p>		
14.	<p><b>Menyokong payudara kiri dengan satu tangan sedangkan tangan kanan mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah tepi ke arah puting susu</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur</p>		
15.	<p><b>Menyokong payudara dengan satu tangan, sedangkan tangan yang lain mengurut payudara dengan tangan mengepal dari arah tepi ke arah puting susu</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur</p>		
16.	<p><b>Mengompres payudara dengan waslap menggunakan air hangat dan air dingin secara bergantian selama ± 5 menit</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur</p>		
17.	<p><b>Mengeringkan payudara dengan handuk yang bersih dan kering</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur</p>		
18.	<p><b>Membantu ibu untuk memakai kembali pakaianya dan menganjurkan ibu untuk memakai BH yang menyokong payudara</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur 2 Dilakukan sesuai prosedur</p>		
19.	<p><b>Merapihkan pasien,membereskan dan mencuci alat-alat yang telah dipakai</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur</p>		

	<b>2</b> Dilakukan sesuai prosedur			
<b>20.</b>	<b>Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir kemudian keringkan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sesuai prosedur <b>2</b> Dilakukan sesuai prosedur			
<b>21.</b>	<b>Memberikan konseling</b> Beritahu ibu mengenai informasi sebagai berikut : a. Kenakan pakaian dalam (bra) yang enak dipakai dan bisa menyangga payudara dengan baik b. Jaga payudara selalu dalam keadaan bersih dengan cara mandi dengan sabun lunak setiap hari c. Perlahan lahan usap setiap kotoran yang akan menyumbat mulut saluran ASI, lalu keringkan dengan handuk bersih d. Oleskan ASI atau krim (bila perlu) setiap hari pada putting susu untuk menjaga kelembutan dan mencegah lecet-lecet pada saat menyusui e. Untuk mencegah putting jadi kering sebaiknya area itu jangan disabuni pada saat mandi, cukup diguyur air saja f. Keringkan putting dengan hati-hati setelah menyusui. Alasi bra dengan kain atau pembalut bersih yang menyerap rembesan air susu. Ganti kain pengalas tersebut bila sudah lembab. g. Payudara membesar karena terlalu banyak air susu. Sekalikali perahlah dengan tangan. Dengan demikian peregangan kulit berkurang sehingga air susu mengalir lancar h. Bila putting susu terlalu pendek, datar atau tertarik ke dalam, tariklah masing-masing putting keluar dan pilir-pilirlah diantar ibu jari dan telunjuk selama beberapa menit setiap hari 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan konseling tidak secara urut dan tidak lengkap 2 Melakukan prosedur secara urut dan lengkap			
<b>SKORE MAKSIMAL : 32</b>				
<b>C.</b>	<b>TEHNIK</b>			
<b>21.</b>	<b>Teruji melakukan prosedur secara sistematis</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan prosedur tetapi tidak urut 2 Melakukan prosedur secara urut			
<b>22.</b>	<b>Teruji menerapkan teknik pencegahan infeksi</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menerapkan teknik pencegahan infeksi kurang tepat 2 Menerapkan teknik pencegahan infeksi dengan tepat			

23.	<p><b>Teruji melaksanakan komunikasi selama pemeriksaan</b></p> <p>0 Tidak dilakukan</p> <p>1 Melaksanakan komunikasi tetapi dengan menggunakan bahasa yang tidak mudah dimengerti oleh klien</p> <p>2 Melaksanakan komunikasi dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien</p>			
24.	<p><b>Mendokumentasikan tindakan yang telah dilakukan dengan</b></p> <p>0 Tidak dilakukan</p> <p>1 Mendokumentasikan hasil tindakan tanpa identitas pelaksana</p> <p>2 Mendokumentasikan seluruh hasil tindakan dengan tanggal, nama dan tanda tangan pelaksana</p>			
<b>SCORE MAKSIMAL : 8</b>				
<b>TOTAL SCORE MAKSIMAL : 48</b>				

$$\text{NILAI : } \frac{\text{JUMLAH SKORE}}{48} \times 100\%$$



**DAFTAR TILIK**  
**TEHNIK MENYUSUI YANG BENAR**

**PERALATAN :**

1. Pernel/Kain
2. Pakaian bayi
3. Selimut
4. Topi Bayi
5. Popok
6. Bantal 2 buah
7. Kursi tempat duduk
8. Kursi kecil/ penyangga kaki
9. Washlap
10. Air hangat

<b>N O</b>	<b>BUTIR YANG DINILAI</b>	<b>NILAI</b>		
		<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>A.</b>	<b>SIKAP</b>			
<b>1.</b>	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberikan salam saja dan mempersilahkan duduk			
<b>2.</b>	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebutkan nama sambil berjabat tangan			
<b>3.</b>	<b>Merespon reaksi klien dengan tepat</b> 0 Tidak merespon 1 Memberikan respon terhadap reaksi pasien, tetapi tidak ditanggapi dengan tepat 2 Memberikan respon terhadap reaksi pasien dengan tepat			
<b>4.</b>	<b>Teruji percaya diri dan tidak ragu-ragu</b> 0 Terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, dan suara kurang jelas 1 Tergesa – gesa dan terlihat ragu 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
<b>5.</b>	<b>Menjaga privasi klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja			

	2 Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu / sampiran			
	<b>SKORE MAKSIMAL : 10</b>			
<b>B.</b>	<b>CONTENT</b>			
6.	<b>Menjelaskan maksud dan tujuan pendkes</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan maksud atau tujuan pendkes saja 2 Menjelaskan maksud dan tujuan pendkes			
7.	<b>Memastikan kelengkapan alat</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Melihat kelengkapan alat saja 2 Melihat dan mengecek kembali kelengkapan alat			
8.	<b>Teruji mencuci tangan sebelum dan sesudah tindakan</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mencuci tangan hanya sebelum atau sesudah tindakan 2 Mencuci tangan sebelum dan sesudah tindakan dengan benar			
9.	<b>Teruji mengajari ibu untuk mencuci tangan</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mengajari klien dengan kurang benar 2 Mengajari klien dengan benar			
10.	<b>Mempersilahkan ibu untuk duduk dengan santai dan nyaman</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mempersilahkan klien duduk begitu saja 2 Mempersilahkan klien duduk dengan santai dan nyaman, posisi punggung tegak sejajar punggung kursi dan kaki diberi alas sehingga tidak menggantung			
11.	<b>Mempersilahkan dan membantu ibu membuka pakaian bagian atas</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mempersilahkan saja atau membiarkan klien membuka pakaian sendiri tanpa menawarkan bantuan 2 Mempersilahkan klien membuka pakaian sendiri dan membantunya			
12.	<b>Membersihkan payudara ibu dengan washlap dan air dan mengeringkannya dengan handuk</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Membersihkan payudara ibu dengan washlap dan air tanpa mengeringkannya dengan handuk 2 Membersihkan payudara ibu dengan washlap dan air dan mengeringkannya dengan handuk			
13.	<b>Mengajari ibu untuk mengoleskan sedikit ASI pada puting susu dan areola</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mengajarkan pada klien untuk mengoleskan sedikit ASI			

	<p>pada puting susu saja</p> <p>2 Mengajarkan pada klien untuk mengoleskan sedikit ASI pada puting susu dan areola sekitarnya</p>			
14.	<p><b>Mengajari ibu untuk meletakkan bayi pada satu lengan, kepala bayi berada pada lengkung siku ibu dan bokong bayi berada pada lengan bawah ibu</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
15.	<p><b>Mengajari ibu untuk menempelkan perut bayi pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi di belakang badan ibu dan yang satu di depan, kepala bayi menghadap payudara</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
16.	<p><b>Mengajari ibu untuk memposisikan bayi dengan telinga dan lengan pada garis lurus</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
17.	<p><b>Mengajari ibu untuk memegang payudara dengan ibu jari diatas dan jari yang lain menopang dibawah serta jangan menekan puting susu dan areolanya</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
18.	<p><b>Mengajari ibu untuk merangsang membuka mulut bayi : Menyentuh pipi dengan puting susu atau menyentuh sudut mulut bayi</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
19.	<p><b>Setelah bayi membuka mulut, anjurkan ibu untuk mendekatkan dengan cepat kepala bayi ke payudara ibu, kemudian memasukkan puting susu serta sebagian besar areola ke mulut bayi</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
20.	<p><b>Setelah bayi mulai menghisap, menganjurkan ibu untuk tidak memegang atau menyangga payudara lagi</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
21.	<p><b>Menganjurkan ibu untuk memperhatikan bayi selama menyusui</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna</p>			

	2 Dikerjakan dengan sempurna			
22.	<p><b>Menganjurkan ibu untuk memberikan ASI dari satu payudara sampai kosong sebelum pindah ke payudara lainnya</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
23.	<p><b>Mengajari ibu cara melepas isapan bayi :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jari kelingking dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut <b>ATAU</b></li> <li>▪ Dagu bayi ditekan ke bawah</li> </ul> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
24.	<p><b>Setelah selesai menyusui, mengajarkan ibu untuk mengoleskan sedikit ASI pada puting susu dan areola. Biarkan kering dengan sendirinya</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
25.	<p><b>Mengajari ibu untuk menyendawakan bayi :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggung ditepuk perlahan-lahan sampai bayi bersendawa (bila tidak bersendawa tunggu 10 – 15 menit) <b>ATAU</b></li> <li>▪ Bayi ditengkurapkan dipangkuhan ibu dengan menyangga dahi bayi, kemudian punggung atas ditepuk perlahan-lahan sampai bayi bersendawa (bila tidak bersendawa tunggu 10 – 15 menit)</li> </ul> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan dengan tidak sempurna 2 Dikerjakan dengan sempurna</p>			
26.	<p><b>Mengajari ibu untuk selalu menyusukan kedua payudara secara bergantian</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan dengan tidak lengkap dan jelas 2 Menjelaskan dengan lengkap dan jelas</p>			
27.	<p><b>Menganjurkan ibu untuk menyusui bayi setiap saat bayi menginginkan (<i>on demand</i>)</b></p> <p>0 tidak dilakukan 1 Memberikan anjuran kurang benar 2 Memberikan anjuran dengan benar</p>			
28.	<p><b>Melakukan evaluasi dengan cara menanyakan kembali apa yang sudah diajarkan dan dijelaskan</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Menanyakan dan mempersilahkan klien untuk memperagakan 2 Menanyakan dan mempersilahkan klien untuk memperagakan dan menjelaskan kembali serta memberi</p>			

	<i>feed back</i>			
<b>SKORE MAKSIMAL : 46</b>				
<b>C.</b>	<b>TEKNIK</b>			
<b>29.</b>	<b>Teruji menanyakankan secara sistematis</b> 0. Tidak ditanyakan atau menyimpang dari topik 1. Menanyakan tetapi tidak secara urut. 2. Menanyakan secara urut/runtut.			
<b>30.</b>	<b>Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti</b> 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
<b>31.</b>	<b>Penggunaan media</b> 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar			
<b>32.</b>	<b>Memberi kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik</b> 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			
<b>33.</b>	<b>Melakukan pendokumentasian</b> 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.			
<b>SKORE MAKSIMAL : 10</b>				
<b>JUMLAH SKORE MAKSIMAL : 66</b>				

$$\text{NILAI : } \frac{\text{JUMLAH SKORE}}{66} \times 100\%$$



**DAFTAR TILIK**  
**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ASI EKSLUSIF**

**PERALATAN :**

1. Leaflet
2. SAP

<b>N O.</b>	<b>BUTIR YANG DINILAI</b>	<b>NILAI</b>		
		<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>A.</b>	<b>SIKAP</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dikerjakan 1 memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2 memberikan salam saja dan mempersilahkan duduk			
2.	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dikerjakan 1 memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebutkan nama sambil berjabat tangan			
3	<b>Merespon reaksi klien</b> 0 Tidak merespon 1 Merespon terhadap reaksi klien tetapi kurang tepat 2 Memberikan respon dengan tepat kepada klien			
4	<b>Teruji percaya diri</b> 0 terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, dan suara kurang jelas 1 tergesa – gesa dan terlihat ragu 2 terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Menjaga privasi klien</b> 0. Tidak dilakukan 1. Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja 2. Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu / sampiran			
<b>TOTAL SCORE : 10</b>				
<b>B.</b>	<b>CONTENT</b>			
6.	<b>Menanyakan keluhan klien dengan sopan</b> 0 tidak dilakukan 1 sekedar menanyakan keluhan yang dirasakan 2 menanyakan keluhan klien dengan jelas (apa yang dirasakan			

	saat ini dan sejak kapan)			
7.	<b>Menjelaskan maksud dan tujuan pendidikan kesehatan</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan maksud atau tujuan pendkes saja 2 Menjelaskan maksud dan tujuan pendkes			
8.	<b>Teruji melakukan apersepsi mengenai ASI Eksklusif</b> 0 Tidak dikerjakan 1 menanyakan kepada klien apakah sudah tahu atau belum tentang ASI Eksklusif 2 menanyakan kepada klien apakah ibu pernah mendapatkan informasi mengenai ASI Eksklusif sebelumnya			
9.	<b>Menjelaskan pengertian ASI Eksklusif*</b> ASI Eksklusif adalah bayi yang hanya di beri ASI saja, tanpa tambahan cairan/makanan kecuali obat, vitamin dan mineral sampai umur 6 bulan” 0 Tidak dikerjakan 1 menjelaskan pengertian ASI Eksklusif dengan kurang sempurna 2 menjelaskan pengertian ASI Eksklusif dengan sempurna			
10.	<b>Menjelaskan manfaat ASI *</b> ASI sebagai: <ul style="list-style-type: none"> <li>• nutrisi</li> <li>• daya tahan tubuh</li> <li>• meningkatkan kecerdasan</li> <li>• meningkatkan jalinan kasih saying</li> <li>• penghematan biaya obat – obatan, tenaga, sarana kesehatan,</li> <li>• menciptakan generasi penerus bangsa yang tangguh dan berkualitas</li> </ul> 0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan manfaat ASI kurang dari atau sama dengan 3 2 Menjelaskan manfaat ASI lebih dari 3			
11.	<b>Menjelaskan zat kekebalan dalam ASI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktor bifidus : Mendukung proses perkembangan bakteri yang “menguntungkan” dalam usus bayi, untuk mencegah pertumbuhan bakteri yang merugikan</li> <li>• Laktoferin : Mengikat zat besi dalam ASI sehingga zat besi tidak digunakan oleh bakteri pathogen untuk pertumbuhannya</li> <li>• Anti alergi</li> <li>• Mengandung zat anti virus polio</li> <li>• Membantu pertumbuhan selaput usus bayi sebagai perisai untuk menghindari zat-zat merugikan yang masuk ke dalam peredaran darah</li> </ul> 0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan zat kekebalan ASI kurang dari atau sama dengan 3 2 Menjelaskan zat kekebalan ASI lebih dari 3			

12.	<p><b>Menjelaskan jenis-jenis ASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolostrum <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Merupakan cairan yang pertama kali cairan kental dengan warna kekuning – kuningan dibanding susu matur.</li> <li>✓ Disekresi hari ke 1 sampai ke 3 ,bila dipanaskan akan menggumpal, sedangkan ASI matur tidak</li> <li>✓ Merupakan pencahar yang ideal untuk membersihkan mekonium dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bayi bagi makanan yang akan datang</li> <li>✓ Lebih banyak mengandung , karbohidrat, protein, mineral, antibodi memberikan perlindungan bagi bayi sampai umur 6 bulan dibandingkan dengan ASI matur</li> </ul> </li> <li>• Air Susu Masa Peralihan <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Merupakan ASI peralihan dari kolostrum sampai menjadi ASI yang matur</li> <li>✓ Disekresi dari hari ke 4 sampai ke 10</li> <li>✓ Kadar protein makin rendah sedangkan kadar karbohidrat dan lemak semakin meninggi dan volume juga semakin meningkat.</li> </ul> </li> <li>• Air Susu Matur <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Merupakan ASI yang disekresi pada hari ke 10 dan seterusnya, komposisi relative konstan.</li> <li>✓ Merupakan cairan berwarna putih kekuningan yang diakibatkan warna dari Ca-casein, riboflavin dan karoten yang terdapat didalamnya</li> <li>✓ Tidak menggumpal jika dipanaskan</li> <li>✓ Terdapat antimicrobial factor antara lain : antibody (kekebalan terhadap infeksi), protein, hormon – hormon</li> </ul> </li> </ul>		
	0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan komposisi ASI tidak sempurna 2 Menjelaskan komposisi ASI dengan sempurna		
13.	<p><b>Menjelaskan cara memperbanyak produksi ASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bayi menyusu setiap 2 jam selama 10 – 15 menit disetiap payudara</li> <li>• Bangunkan bayi, buka baju/gedong yang membuat rasa gerah, duduklah selama menyusui</li> <li>• Pastikan bayi menyusu dengan posisi yang baik (menempel pada ibunya) dan menelan secara aktif</li> <li>• Susui bayi ditempat yang tenang nyaman dan minumlah setiap kali menyusui</li> <li>• Tidur bersebelahan/dekat dengan bayi sehingga dapat menyusui setiap saat</li> </ul>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ibu meningkatkan istirahat dan minum</li> </ul>			
	0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan cara memproduksi ASI kurang sempurna 2 Menjelaskan cara memproduksi ASI dengan sempurna			
14.	<b>Menjelaskan cara pemerasan ASI dengan tangan</b>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tangan dicuci sampai bersih.</li> <li>✓ Siapkan cangkir/gelas bertutup yang telah dicuci dengan air mendidih.</li> <li>✓ Payudara dikompres dengan kain handuk yang hangat dan dimasase dengan kedua telapak tangan dari pangkal kea rah kalang payudara. Ulangi pemijatan ini pada sekitar payudara secara merata.</li> <li>✓ Dengan ibu jari di sekitar kalang payudara bagian atas dan jari telunjuk pada sisi yang lain, lalu daerah kalang payudara ditekan kea rah dada.</li> <li>✓ Daerah kalang payudara diperas dengan ibu jari dan jari telunjuk, jangan memijat/menekan putting, karena dapat menyebabkan rasa nyeri/lebet.</li> <li>✓ Ulangi tekan –peras-lepas-tekan-peras-lepas, pada mulanya ASI tak keluar, setelah beberapa kali maka ASI akan keluar.</li> <li>✓ Gerakan ini diulang pada sekitar kalang payudara pada semua sisi, agar yakin bahwa ASI telah diperas dari semua segmen payudara.</li> </ul>			
	0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan cara pemerasan ASI tapi tidak sempurna 2 Menjelaskan cara pemerasan ASI secara sempurna			
15.	<b>Menjelaskan cara penyimpanan dan pemberian ASI perah</b>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Di udara terbuka/bebas 6-8 jam</li> <li>• Di lemari es (40C) 24 jam</li> <li>• Di lemari pendingin/beku (- 18 0C) 6 bulan</li> <li>• ASI yang telah didinginkan bila akan dipakai tidak boleh direbus, karena kualitasnya akan menurun yaitu unsure kekebalannya. ASI tersebut cukup didiamkan beberapa saat di dalam suhu kamar, agar tidak terlalu dingin; atau dapat pula direndam di dalam wadah yang telah berisi air panas. Memberikan ASI perah dengan menggunakan sendok.</li> </ul>			
	0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan cara penyimpanan dan pemberian ASI perah kurang sempurna 2 Menjelaskan cara penyimpanan dan pemberian ASI perah dengan sempurna			
16.	<b>Menjelaskan cara penerapan ASI Eksklusif pada ibu bekerja</b>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selama cuti hanya memberikan ASI saja</li> <li>• Sebelum masa cuti habis ubah pola minum bayi dengan ASI perah</li> </ul>			

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sebelum berangkat bekerja susui bayi</li> <li>• Selama di kantor perah ASI setiap 3-4 jam</li> <li>• Simpan di lemari es dan dibawa pulang</li> <li>• Setelah dihangatkan diberikan dengan sendok</li> </ul>		
	0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan penerapan ASI Eksklusif kurang sempurna 2 Menjelaskan penerapan ASI Eksklusif dengan sempurna		
17.	<b>Teruji melakukan evaluasi dengan menanyakan kembali apa yang sudah dijelaskan</b>		
	0 Tidak dikerjakan 1 Teruji melakukan evaluasi hanya dengan menanyakan dan mempersilahkan klien untuk menjelaskan kembali 2 Teruji melakukan evaluasi dengan menanyakan dan mempersilahkan klien untuk menjelaskan kembali serta memberi feed back		
	<b>SKORE MAKSIMAL : 24</b>		
C.	<b>TEKNIK</b>		
18.	<b>Teruji menjelaskan secara sistematis</b>		
	0 Tidak dikerjakan atau menyimpang dari topik 1 Menjelaskan tetapi tidak secara urut 2 Menjelaskan secara berurutan		
19.	<b>Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti</b>		
	0 menggunakan bahasa yang tidak dimengerti klien 1 Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2 Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti klien tanpa menggunakan bahasa medis		
20.	<b>Penggunaan Media</b>		
	0 tidak dilakukan 1 menggunakan tetapi tidak efektif 2 menggunakan media secara efektif dan benar		
21.	<b>Teruji memberikan kesempatan klien untuk bertanya</b>		
	0. Tidak dikerjakan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien		
22.	<b>Melakukan pendokumentasian</b>		
	0 Tidak dikerjakan 1 Mendokumentasikan hasil pendidikan kesehatan tanpa identitas pelaksana 2 Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam , inti tindakan penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.		
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>		
	<b>TOTAL SCORE SELURUHNYA : 44</b>		

**NILAI :  $\frac{JUMLAH\ SKORE}{44} \times 100\%$**



**DAFTAR TILIK**  
**SENAM NIFAS**

**PERALATAN :**

- 1. SAP**
- 2. TAPE RECORDER + MUSIK**
- 3. LEAFLET**

NO	LANGKAH KERJA	NILAI		
		0	1	2
<b>A</b>	<b>Sikap</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberi salam dengan mempersilahkan duduk			
2.	<b>Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tujuan dan prosedur kurang lengkap 2 Menjelaskan tujuan dan prosedur secara lengkap			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat, kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup, tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa, ragu-ragu dan kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
	<b>JUMLAH SKORE</b>			
	<b>CONTENT / ISI</b>			
6	Komunikasi dengan keluarga (inform consent) 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
7	Memberi salam			

	0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
8	Berbaringlah terlentang, tubuh dan kaki lurus. Lakukan kontraksi pada otot perut dan tekankan punggung bagian bawah anda ke lantai. Bertahanlah pada posisi ini, lalu rileks. Ulangi 5 kali 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
9	Berbaringlah terlentang, kedua tungkai ditekuk, kedua tangan diatas perut, tarik nafas dengan mulut mencuci, kencangkan otot perut dan dubur kembali lemas. Ulangi 8 kali 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
10	Berbaringlah terlentang, kedua lengan di samping badan, silangkan tungkai kanan ke atas tungkai kiri, tarik nafas kemudian keluarkan melalui celah bibir. Kempiskan perut dan kerutkan dubur, lemaskan kembali, ulangi 8 kali kemudian danti tungkai kiri sebanyak 8 kali 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
11	Berbaringlah terlentang, kedua lengan disamping badanm putar kedua kaki kiri 4 kali, kekanan 4 kali, dorong kaki kanan dan kiri ke depan dan gerakkan ke belakang, ulangi 8 kali 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
12	Berbaringlah terlentang, silangkan kedua tangan pada dada anda. Angkatlah bagian atas tubuh ke posisi duduk. Bila anda merasa fit, letakkan tangan dibelakang kepala dan angkat tubuh ke posisi duduk 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
13	Berbaringlah di lantai, angkat lutut anda dan kedua telapak kaki lantai. Angkatlah bagian tubuh dari pundak dan lakukan kontraksi pada otot pantat. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
14	Berbaringlah di lantai, ke dua lengan dibentangkan, lalu angkatlah kedua lengan anda hingga bersentuhan satu sama yang lain, perlahan-lahan turunkan kembali ke lantai 0 Tidak dilakukan			

	1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
15	Berbaringlah terlentang, lipatkan salah satu kaki anda dan angkatlah lutut setinggi mungkin, hingga telapak kaki menyentuh pangkal paha 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
16	Berbaringlah terlentang, angkat kepala anda dan usahakan agar dagu menyentuh dada. Tubuh dan kaki tetap pada tempatnya. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
17	Berbaringlah terlentang, kedua tangan disisi tubuh. Angkatlah salah satu kaki anda dengan tetap lurus hingga mencapai 90 derajat. Ulangi dengan kaki yang lain. Bila anda merasa lebih kuat, cobalah dengan bersamaan 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
18	Berbaringlah terlentang kedua tungkai ditekuk, letakkan kedua lengan di samping badan, tarik lutut kiri kedada pelan-pelan, luruskan tungkai dan kaki kiri, tekuk kaki kiri ke belakang ke arah punggung, turunkan perlahan kembali pada posisi awal, ulangi 4 kali, ganti dengan tungkai kanan, ulangi kembali 4 kali 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
19	Berlututlah, kedua lutut terpisah, letakkan dada dilantai sedekat mungkin kepada kedua lutut. Jagalah agar tubuh tetap diam dan kaki sedikit terpisah 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
20	Pada posisi duduk, kepala menunduk dan relaks, putar kepala kekiri 4 kali kemudian kepala ke kanan 4 kali. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
21	Pada posisi duduk, kedua tangan saling memegang pergelangan tangan, angkat setinggi bahu, gesarkan tangan kesiku sekuat-kuatnya, kemudian geser ke posisi awal pelan-pelan, ulangi 8 kali 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
22	Dokumentasi			

	0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
C.	Tehnik			
23	Teruji melakukan prosedur secara sistematis 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan prosedur tetapi tidak urut 2 Melakukan prosedur secara urut			
24	Teruji menerapkan teknik pencegahan infeksi 0 Tidak dilakukan 1 Menerapkan teknik pencegahan infeksi kurang tepat 2 Menerapkan teknik pencegahan infeksi dengan tepat			
25	Teruji melaksanakan komunikasi selama pemeriksaan 0 Tidak dilakukan 1 Melaksanakan komunikasi tetapi dengan menggunakan bahasa yang tidak mudah dimengerti oleh klien 2 Melaksanakan komunikasi dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
26	Mendokumentasikan tindakan yang telah dilakukan dengan 0 Tidak dilakukan 1 Mendokumentasikan hasil tindakan tanpa identitas pelaksana 2 Mendokumentasikan seluruh hasil tindakan dengan tanggal, nama dan tanda tangan pelaksana			
	<b>JUMLAH SCORE MAKSIMAL : 8</b>			
	<b>TOTAL SCORE MAKSIMAL : 52</b>			

$$\text{NILAI : } \frac{\text{JUMLAH SKORE}}{52} \times 100\%$$



**YAYASAN WIJAYA HUSADA BOGOR**  
**AKADEMI KEBIDANAN WIJAYA HUSADA**

**DAFTAR TILIK**  
**PIJAT OKSITOSIN**

**PERALATAN :**

1. Baki + alas dan penutup
2. Tempat cuci tangan + sabun + handuk cuci tangan
3. Handuk besar
4. Bantal
5. Baby oil
6. kursi

No	Langkah Tugas / Kegiatan	NILAI		
		1	2	3
<b>A</b>	<b>Sikap</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberi salam dengan mempersilahkan duduk			
2.	<b>Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tujuan dan prosedur kurang lengkap 2 Menjelaskan tujuan dan prosedur secara lengkap			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat, kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup, tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa, ragu-ragu dan kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien yaitu membantu ibu secara psikologis</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
	<b>SKORE MAKSIMAL : 10</b>			

B.	CONTENT / ISI			
6.	Melepaskan baju ibu bagian atas 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
7.	Memberi kompres hangat pada payudara atau mandi air hangat 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
8.	Menstimulasi putting susu dengan cara menarik pelan-pelan dan memutar putting susu dengan jari 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
9.	Masase payudara 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
10.	Ibu duduk, bersandar ke depan, lipat tangan diatas sandaran meja didepannya letakkan kepala diatas lengannya. Payudara tergantung lepas, punggung tanpa baju. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
11.	Membentangkan handuk di atas pangkuan ibu 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
12.	Melumuri kedua telapak tangan dengan minyak atau baby oil. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
13.	Memijat sepanjang kedua sisi tulang belakang ibu dengan menggunakan dua kepalan tangan, dengan ibu jari menunjuk kedepan. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
14.	Menekan kuat-kuat kedua sisi tulang belakang membentuk gerakan-gerakan melingkar kecil-kecil dengan ibu jarinya. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
15.	Pada saat yang bersamaan, memijat sisi tulang belakang ke arah bawah, dari leher ke arah tulang belikat, selama 2-3 menit. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			

16.	Mengulangi pemijatan hingga 3 kali. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
17.	Membersihkan punggung ibu dengan waslap air hangat dan dingin secara bergantian. 0 Tidak dilakukan 1 Dilakukan tapi tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
	<b>SKORE MAKSIMAL : 24</b>			
C.	<b>Tehnik</b>			
18.	<b>Teruji melakukan prosedur secara sistematis</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan prosedur tetapi tidak urut 2 Melakukan prosedur secara urut			
19.	<b>Teruji menerapkan teknik pencegahan infeksi</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menerapkan teknik pencegahan infeksi kurang tepat 2 Menerapkan teknik pencegahan infeksi dengan tepat			
20.	<b>Teruji melaksanakan komunikasi selama pemeriksaan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melaksanakan komunikasi tetapi dengan menggunakan bahasa yang tidak mudah dimengerti oleh klien 2 Melaksanakan komunikasi dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
21.	<b>Mendokumentasikan tindakan yang telah dilakukan dengan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Mendokumentasikan hasil tindakan tanpa identitas pelaksana 2 Mendokumentasikan seluruh hasil tindakan dengan tanggal, nama dan tanda tangan pelaksana			
	<b>SCORE MAKSIMAL : 8</b>			
	<b>TOTAL SCORE MAKSIMAL : 42</b>			

**NILAI :  $\frac{JUMLAH SKORE}{42} \times 100\%$**



**DAFTAR TILIK**  
**PENDIDIKAN KESEHATAN**  
**TENTANG TANDA BAHAYA IBU NIFAS**

**PERALATAN :**

1. leaflet
2. SAP

N O	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A.	<b>SIKAP DAN PERILAKU</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa memandang klien 2 Memberi salam dengan memandang klien			
2.	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil berjabat tangan/memberikan sentuhan kepada klien dengan ramah			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak merespon acuh tak acuh 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat , kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup,tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa dan ragu-ragu, kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik.			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			

B.	CONTENT			
6.	<p><i>Menjelaskan tentang perdarahan vagina yang luar biasa atau tiba-tiba bertambah banyak (lebih dari perdarahan haid biasa atau bila memerlukan penggantian pembalut 2 kali dalam setengah jam)</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna</p>			
7.	<p><i>Menjelaskan tentang pengeluaran pervaginam yang berbau busuk</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna</p>			
8.	<p><i>Menjelaskan rasa sakit di bagian bawah abdomen atau punggung</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dikerjakan tidak dengan tidak sempurna 2 Dikerjakan secara sempurna</p>			
9.	<p><i>Menjelaskan tentang sakit kepala yang terus menerus, nyeri ulu hati, atau masalah penglihatan</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna</p>			
10.	<p><i>Menjelaskan tentang pembengkakan di wajah atau di tangan</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna</p>			
11.	<p><i>Menjelaskan tentang demam, muntah, rasa sakit sewaktu buang air kemih, atau jika tidak merasa enak badan</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna</p>			
12.	<p><i>Menjelaskan tentang payudara yang berubah menjadi merah, panas, dan/atau terasa sakit</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna</p>			
13.	<p><i>Menjelaskan tentang kehilangan nafsu makan dalam waktu yang lama</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna</p>			
14.	<p><i>Menjelaskan tentang rasa sakit/nyeri, kemerahan, panas, disertai dengan area yang keras pada betis</i></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna</p>			

15	<i>Menjelaskan tentang perasaan yang sangat sedih atau tidak mampu mengasuh sendiri bayinya atau diri sendiri</i> 0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
16	<i>Menjelaskan tentang perasaan sangat letih atau nafas terengah-engah</i> 0 Tidak dikerjakan 1 Dilakukan dengan tidak sempurna 2 Dilakukan dengan sempurna			
	<b>TOTAL SCORE : 22</b>			
C.	<b>TEKNIK</b>			
17	<b>Teruji menanyakkan secara sistematis</b> 0. Tidak ditanyakan atau menyimpang dari topik 1. Menanyakan tetapi tidak secara urut. 2. Menanyakan secara urut/runtut.			
18	<b>Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti</b> 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
19	<b>Penggunaan media</b> 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar			
20	<b>Memberi kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik</b> 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			
21	<b>Melakukan pendokumentasian</b> 0. Tidak Dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			
	<b>JUMLAH SKORE MAKSIMAL : 42</b>			

**NILAI :  $\frac{\text{JUMLAH SKORE}}{42} \times 100\%$**



**DAFTAR TILIK**  
**PENDIDIKAN KESEHATAN**  
**TENTANG GIZI IBU NIFAS**

**PERALATAN :**

1. Leaflet
2. SAP

N O	<b>BUTIR YANG DINILAI</b>	<b>NILAI</b>		
		<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>A.</b>	<b>SIKAP DAN PERILAKU</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa memandang klien 2 Memberi salam dengan memandang klien			
2.	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil berjabat tangan/memberikan sentuhan kepada klien dengan ramah			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak merespon acuh tak acuh 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat , kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup,tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa dan ragu-ragu, kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik.			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			

B.	CONTENT			
6.	<p><b>Teruji melakukan apersepsi mengenai kebutuhan zat gizi pada ibu menyusui</b></p> <p>“apakah ibu pernah mendapatkan informasi mengenai kebutuhan zat gizi pada ibu menyusui sebelumnya, jika sudah, informasi apa saja yang sudah ibu dapatkan”</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. menanyakan kepada pasien tidak sempurna</li> <li>2. menanyakan kepada pasien dengan sempurna</li> </ol>			
7.	<p><b>Menjelaskan pentingnya pemenuhan nutrisi bagi ibu menyusui</b></p> <p><b>bahwa pemenuhan zat gizi yang seimbang sangat penting untuk pemulihan tubuh pasca persalinan, cadangan tenaga, kesehatan yang optimum, mempersiapkan untuk dapat menyusui sehingga ASI untuk bayi berkecukupan.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. menjelaskan secara tidak lengkap. (&lt; dari 3 )</li> <li>2. Menjelaskan dengan lengkap</li> </ol>			
8.	<p><b>Menjelaskan permasalahan yang mungkin muncul akibat kekurangan nutrisi pada ibu menyusui yaitu : dapat menghambat pemulihan tubuh pasca persalinan, kelelahan, gangguan kesehatan dan kurangnya produksi ASI</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>			
9.	<p><b>Menjelaskan manfaat, sumber dan jumlah kebutuhan karbohidrat</b></p> <p><b>manfaat sebagai sumber energi yang dapat diperoleh dari sumber makanan padi-padian (gandum dan beras) atau serealia, umbi-umbian (kentang, singkong, ubi jalar), jagung, kacang-kacang kering, dan gula. serta kebutuhan energi dalam masa menyusui adalah sekitar 60 – 70 % dari seluruh kebutuhan kalori total.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>			
10.	<p><b>Menjelaskan manfaat, sumber dan jumlah kebutuhan protein</b></p> <p><b>bahwa manfaat protein membantu dalam penyembuhan jaringan dan produksi ASI, sumber : daging sapi, ayam, ikan/ makanan laut lainnya, telur, susu, tempe dan kacang-kacangan, jumlah kebutuhan 10 sampai 20 persen dari total kalori</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>			

11	<p><b>Menjelaskan manfaat, sumber dan jumlah kebutuhan lemak</b>          bahwa lemak membantu perkembangan otak bayi dan retina mata, sumber : minyak jagung, ikan, jumlah kebutuhan 20 sampai 30 persen dari total kalori.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		
12	<p><b>Menjelaskan manfaat, sumber dan jumlah kebutuhan serat</b> bahwa serat mempermudah ekskresi dan meningkatkan kekuatan otot serta penambahan cairan tubuh, sumber : sayur dan buah-buahan, kebutuhan : 29 mg/ hari</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		
13	<p><b>Menjelaskan manfaat, sumber dan jumlah kebutuhan zat besi</b> bahwa zat besi mencegah anemia dan meningkatkan daya tahan tubuh, sumber : hati, sumsum tulang, telur dan sayuran hijau tua, kebutuhan : 28 mg/ hari</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		
14	<p><b>Menjelaskan manfaat, sumber dan jumlah kebutuhan Iodium</b> bahwa Iodium meningkatkan pertumbuhan fisik dan mental, sumber : garam beryodium, kebutuhan : 200 mg/ hari</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		
15	<p><b>Menjelaskan sumber, manfaat dan jumlah kebutuhan vitamin C dan A</b>          bahwa vitamin untuk membantu meningkatkan daya tahan tubuh, membantu produksi ASI, sumber : vitamin A : hati, sayuran hijau tua dan kuning, vitamin C : buah-buahan/ sayuran berwarna hijau dan kuning, kebutuhan : vitamin C : 85 mg/ hari, vitamin A : 850 mg/ hari</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		
16	<p><b>Menjelaskan sumber, manfaat dan jumlah kebutuhan cairan</b> bahwa cairan digunakan untuk mencegah dehidrasi dan diproduksi menjadi ASI, kebutuhan : 2,5 – 3 liter/ hari</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		

17	<p><b>Menjelaskan kebutuhan kalori untuk ibu menyusui selama satu hari</b></p> <p><b>bahwa ibu memerlukan peningkatkan kalori untuk memenuhi kebutuhan ibu dan produksi ASI sebanyak 2900 kalori.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		
18	<p><b>Menjelaskan pengaturan porsi makan untuk ibu menyusui selama satu hari kebutuhan 2900 kalori dapat dibagi menjadi 3 porsi makan pagi, siang dan sore dan selingan.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap.</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		
19	<p><b>Menjelaskan cara memilih, mengolah dan menyajikan makanan secara benar</b></p> <p><b>Memilih bahan makanan yang masih segar,</b>  <b>Jangan merendam sayuran yang sudah dipotong terlalu lama, agar vitamin B dan C tidak larut dalam air, selalu gunakan peralatan memasak yang bersih,</b>  <b>Memasak sayuran jangan direbus terlalu lama agar vitamin di dalamnya tidak hilang, masaklah daging dan ikan sampai benar – benar matang, mengolah daging dan ikan lebih baik dikukus atau direbus / tim daripada digoreng,</b>  <b>Jangan menggunakan peralatan untuk menyajikan makanan panas dari bahan plastic, hindari menghangatkan makanan berkali kali</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan dengan lengkap</li> </ol>		
20	<p><b>Menjelaskan kerugian apabila ibu berpantang terhadap makanan tertentu kemungkinan makanan-makanan yang dipantang justru mengandung zat gizi yang diperlukan oleh ibu menyusui, misal : ikan, telur, dll.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menjelaskan secara tidak lengkap</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap</li> </ol>		
21	<p><b>Memberikan contoh menu untuk ibu menyusui</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Memberikan secara tidak lengkap contoh menu untuk ibu menyusui</li> <li>2. Memberikan secara lengkap contoh menu untuk ibu menyusui</li> </ol>		
22	<p><b>Melaksanakan evaluasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>0. Tidak dikerjakan</li> <li>1. Menanyakan kembali kebutuhan gizi pada ibu menyusui yang telah diterangkan sambil lalu dan</li> </ol>		

	tidak membenarkan bila ada kesalahan 2 Menanyakan kembali kebutuhan gizi pada ibu menyusui yang telah diterangkan dan membenarkan bila ada kesalahan			
	<b>TOTAL SCORE : 34</b>			
<b>C. TEKNIK</b>				
<b>23</b>	<b>Teruji menanyakannya secara sistematis</b> 0. Tidak ditanyakan atau menyimpang dari topik 1. Menanyakan tetapi tidak secara urut. 2. Menanyakan secara urut/runtut.			
<b>24</b>	<b>Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti</b> 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
<b>25</b>	<b>Penggunaan media</b> 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar			
<b>26</b>	<b>Memberi kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik</b> 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			
<b>27</b>	<b>Melakukan pendokumentasian</b> 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			
	<b>TOTAL SKORE MAKSIMAL :54</b>			

**NILAI :  $\frac{\text{JUMLAH SKORE}}{54} \times 100\%$**



**DAFTAR TILIK  
PENDIDIKAN KESEHATAN  
KEBUTUHAN VITAMIN A BAGI IBU NIFAS**

**PERALATAN :**

1. SAP
2. Leaflet

N O	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A.	<b>SIKAP DAN PERILAKU</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa memandang klien 2 Memberi salam dengan memandang klien			
2.	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil berjabat tangan/memberikan sentuhan kepada klien dengan ramah			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak merespon acuh tak acuh 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat , kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup,tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa dan ragu-ragu, kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik.			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			

B.	CONTENT			
6.	<p><b>Teruji melakukan apersepsi mengenai vitamin A pada masa nifas</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Bidan menanyakan kepada pasien “bu, sebelumnya sudah pernah mengetahui informasi tentang vitamin A pada masa nifas” 2 Bidan menanyakan kepada pasien “apakah ibu sebelumnya pernah mendapatkan informasi/mendengar mengenai vitamin A pada masa nifas ? ”</p>			
7.	<p><b>Menjelaskan pengertian vitamin A pada masa nifas</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Bidan menjelaskan pengertian vitamin A “vitamin A merupakan suplementasi vitamin A yang diberikan pada ibu menyusui selama masa nifas” 2 Bidan menjelaskan pengertian vitamin A “vitamin A merupakan suplementasi vitamin A yang diberikan pada ibu menyusui selama masa nifas yang memiliki manfaat penting bagi ibu dan bayi yang disusunya”</p>			
8.	<p><b>Menyebutkan manfaat vitamin A pada masa nifas untuk bayi</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Bidan menyebutkan manfaat vitamin A untuk Bayi (kurang dari 3) Untuk Bayi : meningkatkan kualitas ASI, meningkatkan kelangsungan hidup anak, meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah komplikasi dari penyakit campak &amp; diare, melindungi mata dari xerophthalmia &amp; buta senja, 2 Bidan menyebutkan manfaat vitamin A untuk Bayi (lebih dari 3) Untuk Bayi : meningkatkan kualitas ASI, meningkatkan kelangsungan hidup anak, meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah komplikasi dari penyakit campak &amp; diare, melindungi mata dari xerophthalmia &amp; buta senja,</p>			
9.	<p><b>Menyebutkan manfaat vitamin A pada masa nifas untuk Ibu</b></p> <p>0 Tidak dikerjakan 1 Bidan menyebutkan manfaat vitamin A untuk Ibu (kurang dari 3) Untuk Ibu : memelihara kesehatan ibu selama menyusui, mencegah buta senja karena Kurang Vitamin A 2 Bidan menyebutkan manfaat vitamin A untuk Ibu (lebih dari 3) Untuk Ibu : memelihara kesehatan ibu selama menyusui, mencegah buta senja karena Kurang Vitamin A</p>			
10.	<p><b>Menyebutkan dosis pemberian vitamin A pada masa nifas</b></p> <p>0 tidak dilakukan 1 menyebutkan dengan kurang tepat</p>			

	2 Bidan menyebutkan dosis 2 x 200.000 SI			
11.	<b>Menyebutkan pemberian vitamin A pada masa nifas</b> 0 tidak dilakukan 1 menyebutkan kurang tepat 2 Bidan menyebutkan pemberian pertama : segera setelah melahirkan dan pemberian ke-2 tidak lebih dari 6 minggu kemudian			
	<b>TOTAL SCORE : 12</b>			

C.	<b>TEKNIK</b>			
12	<b>Teruji melakukan secara sistematis</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan sebagian tindakan dan tidak berurutan 2 Melakukan tindakan secara urut			
13	<b>Teruji menerapkan teknik pencegahan infeksi</b> 0. Tidak dilakukan 1. Menerapkan teknik pencegahan infeksi kurang tepat 2. Menerapkan teknik pencegahan infeksi dengan tepat			
14	<b>Teruji melaksanakan komunikasi selama tindakan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melaksanakan komunikasi tetapi dengan bahasa yang tidak mudah dimengerti oleh klien 2 Melaksanakan komunikasi dengan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
15	<b>Menjaga privasi klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu / sampiran saja 2 Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu / sampiran			
16	<b>Teruji mendokumentasikan hasil tindakan dengan baik</b> 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil tindakan tetapi tidak lengkap 2. Mendokumentasikan seluruh hasil tindakan dengan tanggal, jam, nama dan tanda tangan pelaksana			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			
	<b>NILAI AKHIR</b>			

**NILAI :  $\frac{JUMLAH SKORE}{32} \times 100\%$**



**DAFTAR TILIK  
PENDIDIKAN KESEHATAN  
KEBUTUHAN FE BAGI IBU NIFAS**

**PERALATAN :**

1. SAP
2. Leaflet

N O	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A.	<b>SIKAP DAN PERILAKU</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan salam tanpa memandang klien 2 Memberi salam dengan memandang klien			
2.	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil berjabat tangan/memberikan sentuhan kepada klien dengan ramah			
3.	<b>Merespon terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak merespon acuh tak acuh 1 Merespon reaksi klien tetapi tidak ditanggapi dengan tepat , kurang sempurna 2 Merespon reaksi klien dengan tepat dan sopan			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup,tidak melakukan kontak mata dan suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa dan ragu-ragu, kurang percaya diri 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Teruji memberikan rasa empati pada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik.			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			

B.	CONTENT			
6.	<b>Menanyakan keluhan ibu saat ini</b> <p>0 Tidak dilakukan 1 Sekedar memberi salam 2 Menanyakan keluhan klien dengan jelas ( bu, apa yang dikeluhkan saat ini. Apakah pada, udah pernah cek kadar Hb )</p>			
7.	<b>Menyakan riwayat kehamilan dan persalinan yang dapat menyebabkan permasalahan ibu saat ini( anemia pada waktu kehamilan, persalinan yang lama atau perdarahan saat persalinan )</b> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menanyakan tetapi tidak lengkap 2 Menanyakan dengan lengkap</p>			
8.	<b>Menjelaskan kondisi / permasalahan klien yang kekurangan zat besi(berdasarkan keluhan yang ibu rasakan ibu mengalami anemia )</b> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan kondisi ibu tetapi tidak lengkap 2 Menjelaskan kondisi ibu secara lengkap dan jelas</p>			
9.	<b>Menjelaskan pengertian zat besi, zat besi adalah suatu suplemen penambah darah yang sangat dibutuhkan oleh ibu nifas guna mencegah terjadinya anemia selama nifas</b> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan secara singkat 2 Menjelaskan secara lengkap</p>			
10.	<b>Menjelaskan kegunaan zat besi adalah suplemen penambah darah dan selama nifas ibu wajib mengkonsumsi tablet zat besi guna mencegah timbulnya anemia)</b> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan kegunaan zat besi secara singkat 2 Menjelaskan kegunaan zat besi secara lengkap</p>			
11.	<b>Menjelaskan tablet yang mengandung zat besi</b> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan dengan tidak lengkap 2 Menjelaskan tablet yang mengandung zat besi sambil menunjukkan contoh tablet yang mengandung zat besi kepada ibu</p>			
12.	<b>Menjelaskan kebutuhan/ dosis perhari dalam mengkonsumsi tablet zat besi yaitu 1x/hari atau jika keadaannya memungkinkan bisa menambah dosis menjadi 2x per hari “ jika kondisi Hb jauh dari normal</b> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan dengan tidak lengkap 2 Menjelaskan dengan lengkap</p>			

13	<p><b>Menjelaskan kebutuhan / dosis selama nifas yaitu 1x perhari dan minimal 40 tablet selama nifas ( bu, selama nifas / 40 hari ibu harus minum semua tablet tambah darah yang sudah diberikan oleh bidan</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tidak lengkap 2 Menjelaskan dengan lengkap</p>		
14	<p><b>Menjelaskan waktu minum tablet zat besi( ibu sebaiknya minum tablet zat besi ini pada waktu malam hari menjelang tidur, karena untuk mengurangi efek mual yang akan timbul setelah ibu meminumnya.jika ibu minum pada waktu pagi hari maka ibu akan mual muntah karena salah satu efeknya menimbulkan rasa eneg )</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tetapi tidak lengkap 2 Menjelaskan secara lengkap</p>		
15	<p><b>Menjelaskan cara minum tablet zat besi/ penyimpanan tablet zat besi yaitu diminum dengan menggunakan air jeruk atau air putih karena akan membantu proses penyerapan zat besi. Jangan diminum dengan menggunakan air susu, kopi dan teh karena akan menghambat proses penyerapan zat besi di dalam tubuh ) dan menyimpannya dengan benar.</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tapi tidak lengkap 2 Menjelaskan cara minum tablet zat besi yang jelas dan benar</p>		
16	<p><b>Menjelaskan efek samping tablet zat besi kepada klien secara lengkap yaitu efek yang akan timbul adalah rasa eneg/ mual, konstipasi atau susah buang air besar dan warna tinja akan berubah menjadi hitam kecoklatan</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan efek samping tapi tidak lengkap ( mual ) 2 Menjelaskan efek samping dengan lengkap</p>		
17	<p><b>Menjelaskan bahan makanan yang mengandung zat besi yaitu sayuran yang berwarna hijau yaitu bayam, kangkung, daun singkong, pete, hati, kuning telur, dan daging yang berwarna merah</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tidak lengkap 2 Menjelaskan dengan lengkap</p>		
18	<p><b>Menjelaskan bahan makanan yang membantu penyerapan zat besi (Vit C, B 12 ) yaitu makanan yang mengandung vit C : jeruk, sayuran hijau, kentang . dan makanan yang mengandung B 12 : hati, ginjal, telur, susu, ikan, keju dan daging</b></p> <p>0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tidak lengkap</p>		

	<b>2</b> Menjelaskan dengan lengkap		
<b>19</b>	<b>Menjelaskan bahan makanan yang menghambat penyerapan zat besi ( teh, kopi, susu ) yaitu Teh, Kopi, Susu Menghambat Penyerapan Zat Besi dalam Tubuh, disarankan untuk tidak meminumnya setelah makan. minum teh, kopi dan susu setelah makan dapat menyebabkan hambatan penyerapan zat besi dalam tubuh hingga 80 %. Padahal, zat besi sangat dibutuhkan dalam upaya pertumbuhan kualitas tubuh manusia )</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tidak lengkap 2 Menjelaskan dengan lengkap		
<b>20</b>	<b>Menjelaskan cara mengolah makanan sehingga zat besi yang terkandung didalamnya tidak banyak yang hilang yaitu sebelum di masak sayuran dicuci baru dipotong sesuai ukuran yang diinginkan. Jangan merendam sayuran yang telah dipotong, karena vitamin C mudah larut di dalam air. Hindari memotong sayuran terlalu kecil karena ukuran kecil juga menyebabkan mudah terjadi proses pengoksidasi vitamin terutama vitamin C. Jangan memasak sayuran terlampau masak.</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan tidak lengkap 2 Menjelaskan dengan lengkap		
<b>21</b>	<b>Melakukan evaluasi</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan evaluasi tidak sempurna 2 Melakukan evaluasi kepada klien dengan sempurna		
<b>TOTAL SCORE : 32</b>			

<b>C.</b>	<b>TEKNIK</b>		
<b>22</b>	<b>Teruji melakukan secara sistematis</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan sebagian tindakan dan tidak berurutan 2 Melakukan tindakan secara urut		
<b>23</b>	<b>Teruji menerapkan teknik pencegahan infeksi</b> 0. Tidak dilakukan 1. Menerapkan teknik pencegahan infeksi kurang tepat 2. Menerapkan teknik pencegahan infeksi dengan tepat		
<b>24</b>	<b>Teruji melaksanakan komunikasi selama tindakan</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melaksanakan komunikasi tetapi dengan bahasa yang tidak mudah dimengerti oleh klien 2 Melaksanakan komunikasi dengan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien		

25	<b>Menjaga privasi klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu / sampiran saja 2 Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu / sampiran			
26	<b>Teruji mendokumentasikan hasil tindakan dengan baik</b> 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil tindakan tetapi tidak lengkap 2. Mendokumentasikan seluruh hasil tindakan dengan tanggal, jam,nama dan tanda tangan pelaksana			
<b>TOTAL SCORE : 10</b>				
<b>NILAI AKHIR : 52</b>				

$$\text{NILAI : } \frac{\text{JUMLAH SKORE}}{52} \times 100\%$$



**DAFTAR TILIK**

**KANGORO MOTHER CARE (KMC)/PERAWATAN METODE KANGURU**

**PERALATAN :**

**Baju KMC + Phantom Bayi**

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
<b>A.</b>	<b>SIKAP</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan &amp; ramah</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberi salam tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberi salam dan mempersilahkan duduk .			
2.	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil berjabat tangan			
3.	<b>Tanggap terhadap reaksi klien</b> 0 Tidak tanggap 1 Tanggap terhadap reaksi klien tetapi tidak dengan tepat 2 Tanggap reaksi klien dengan tepat			
4.	<b>Percaya diri</b> 0 Teruji gugup, tidak melakukan kontak mata & suara kurang jelas 1 Terlihat tergesa-gesa & ragu-ragu 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Menjaga privasi klien</b> 0. Tidak dilakukan 1. Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja 2. Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu / sampiran			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			
<b>B.</b>	<b>CONTENT</b>			
6.	<b>Menjelaskan maksud dan tujuan pendkes metode kanguru.</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan maksud atau tujuan penkes saja 2 Menjelaskan maksud dan tujuan penkes dengan lengkap			
7.	<b>Mencuci tangan 7 langkah sebelum melakukan tindakan</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Melakukan cuci tangan tidak sesuai prosedur tindakan 2 Melakukan cuci tangan sesuai dengan prosedur tindakan dengan			

	benar			
8.	<b>Menjelaskan manfaat metode kanguru:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Denyut jantung (nadi), pernafasan bayi lebih teratur dan suhu lebih hangat sehingga mencegah hipotermi</li> <li>- Memudahkan pemberian ASI</li> <li>- Tidur bayi lebih nyenyak dan lama karena didekap ibu</li> <li>- Kenaikan BB bayi lebih cepat</li> <li>- Ibu lebih percaya diri, puas dan senang</li> <li>- Meningkatkan hubungan emosi ibu – anak</li> </ul>			
	0 Tidak Dikerjakan 1 Menjelaskan 1 – 3 macam manfaat 2 Menjelaskan dengan sempurna (> 3 macam manfaat)			
9.	<b>Menjelaskan resiko pemakaian baju kanguru yang kurang tepat yaitu bayi terjatuh</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan kurang lengkap 2 Menjelaskan dengan lengkap			
10.	<b>Mempersilahkan dan membantu ibu melepas baju dan BH</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Melakukan kurang lengkap 2 Melakukan dengan lengkap			
11.	<b>Mengajarkan ibu membersihkan daerah dada dan perut ibu dengan menggunakan air hangat dilanjutkan dengan mengeringkan.</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mengajarkan kurang sesuai prosedur tindakan 2. Mengajarkan dengan lengkap sesuai prosedur tindakan			
12.	<b>Mengajarkan ibu menyiapkan bayi dengan memakaikan tutup kepala, diapers dan kaos kaki</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mengajarkan tidak lengkap/ kurang sesuai 2 Mengajarkan dengan tepat dan lengkap			
13.	<b>Mengajarkan ibu untuk memasukkan bayi ke dalam kantong kanguru dengan hati-hati</b> 0. Tidak dikerjakan 1. Tidak procedural (bayi dimasukkan ke dalam kantong kanguru tidak dengan hati-hati) 2. Bayi dimasukkan ke dalam kantong kanguru dengan hati-hati			
14.	<b>Mengajarkan ibu memakai baju kanguru sesuai prinsip “skin to skin kontak”</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mengajarkan kurang lengkap 2 Mengajarkan dengan lengkap			
15.	<b>Mengajarkan ibu untuk memposisikan bayi dengan posisi tegak, di tengah payudara dan kepala miring pada salah satu sisi dengan kepala sedikit ekstensi</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mengajarkan kurang tepat			

	2 Mengajarkan dengan sempurna			
16.	<b>Mengajarkan ibu untuk memosisikan kaki bayi seperti posisi "katak" dan tangan fleksi</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mengajarkan namun kurang tepat 2 Menjelaskan dengan sempurna			
17.	<b>Mengajarkan ibu memonitor bayi (pernafasan, suhu &amp; gerakan)</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Mengajarkan ibu memonitor 1 – 2 macam saja 2 Mengajarkan ibu memonitor secara keseluruhan dengan tepat			
18.	<b>Menganjurkan ibu tetap menyusui secara on demand</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menganjurkan ibu menyusui bayinya setiap 1 – 2 jam sekali/ terjadwal 2 Menganjurkan ibu menyusui secara on demand			
19.	<b>Mengajarkan ibu mengecek ketepatan pemakaian baju kanguru &amp; memastikan bayi dalam kondisi aman &amp; nyaman</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan dengan kurang sempurna 2 Menjelaskan dengan sempurna			
20.	<b>Melakukan evaluasi terhadap penjelasan yang telah diberikan</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menanyakan kembali penjelasan yang sudah diberikan tanpa ibu diminta menyebutkan kembali 2 Menanyakan kembali penjelasan yang sudah diberikan dan ibu disuruh menyebutkan kembali.			
	<b>TOTAL SCORE : 30</b>			
C.	<b>TEKNIK</b>			
21.	<b>Ter uji melaksanakan secara sistematis</b> 0 Tidak dilakukan 1 Melakukan sebagian tindakan & tidak berurutan 2 Melakukan tindakan secara berurutan			
22.	<b>Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti</b> 0 Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti 1 Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2 Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
23	<b>Memperhatikan keamanan saat pelaksanaan</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Memperhatikan keamanan tidak dengan sempurna 2 Memperhatikan keamanan dengan sempurna			
24	<b>Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien</b> 0 Tidak dilakukan 1 Memberikan kesempatan bertanya kepada klien tetapi tidak sempurna			

	2 Memberikan kesempatan bertanya dan memberi umpan balik			
25	<b>Mendokumentasikan hasil penkes disertai dengan tanggal, jam, nama dan tanda tangan pelaksana.</b> 0 Tidak dilakukan 1 Mendokumentasikan hasil penkes tidak lengkap. 2 Mendokumentasikan dengan lengkap			
	<b>TOTAL SCORE : 10</b>			
	<b>TOTAL SKORE MAKSIMAL : 50</b>			

$$\text{NILAI : } \frac{\text{JUMLAH SKORE}}{50} \times 100$$



**YAYASAN WIJAYA HUSADA BOGOR**  
**AKADEMI KEBIDANAN WIJAYA HUSADA**

**DAFTAR TILIK**  
**PENDIDIKAN KESEHATAN**  
**TENTANG CARA MENYIMPAN ASI**

**PERALATAN :**

1. Leaflet
2. SAP

N O.	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
<b>A.</b>	<b>SIKAP</b>			
1.	<b>Menyambut klien dengan sopan dan ramah</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberikan salam saja dan mempersilahkan duduk			
2.	<b>Memperkenalkan diri kepada klien</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebutkan nama sambil berjabat tangan			
3.	<b>Merespon reaksi klien</b> 0 Tidak merespon 1 Merespon terhadap reaksi klien tetapi kurang tepat 2 Memberikan respon dengan tepat kepada klien			
4.	<b>Teruji percaya diri</b> 0 Terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, dan suara kurang jelas 1 Tergesa – gesa dan terlihat ragu 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	<b>Menjaga privasi klien</b> 0. Tidak dilakukan 1. Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja 2. Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu / sampiran			
	<b>SCORE MAKSIMAL : 10</b>			
<b>B.</b>	<b>CONTENT</b>			
6.	<b>Menanyakan keluhan klien dengan sopan</b> 0 Tidak dilakukan			

	1 Sekedar menanyakan keluhan yang dirasakan 2 Menanyakan keluhan klien dengan jelas (apa yang dirasakan saat ini dan sejak kapan)			
7.	<b>Menjelaskan maksud dan tujuan pendidikan kesehatan</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menjelaskan maksud atau tujuan pendkes saja 2 Menjelaskan maksud dan tujuan pendkes			
8.	<b>Teruji melakukan apersepsi mengenai Cara Menyimpan ASI</b> 0 Tidak dikerjakan 1 Menanyakan kepada klien apakah sudah tahu atau belum tentang Cara Menyimpan ASI 2 Menanyakan kepada klien apakah ibu pernah mendapatkan informasi mengenai Cara Menyimpan ASI			
9.	<b>Menjelaskan cara pemerasan ASI dengan tangan</b> a. Tangan dicuci sampai bersih. b. Siapkan cangkir/gelas bertutup yang telah dicuci dengan air mendidih (dapat direbus). c. Masase atau pemijatan payudara dengan telapak tangan dari pangkal ke areola, ulangi pemijatan ini pada sekeliling payudra secara merata d. Bentuk jari telunjuk dan ibu jari seperti membentuk huruf C dan letakkan di atas areola payudara, tekan bu jari dan telunjuk ke arah dada dengan ibu jari di atas dan jari lain memegang bagian payudara, kemudian perah dan lepas e. Perah areola dengan ibu jari berada di atas dan jari lainnya berada di bawah areola f. Ulangi cara tersebut, yaitu tekan-perah-lepas,tekan-perah-lepas beberapa kali sampai ASI keluar			
	0 Tidak dikerjakan			
	1 Menjelaskan cara pemerasan ASI tapi tidak sempurna			
	2 Menjelaskan cara pemerasan ASI secara sempurna			
10.	<b>Menjelaskan cara pemerasan ASI dengan pompa</b> ✓ Membaca petunjuk penggunaan dan mencuci pompa dengan bersih sebelum digunakan ✓ Cuci tangan dengan air dan sabun sampai bersih ✓ Keluarkan sedikit ASI sebelum pemompaan ✓ Tekan bola karet untuk mengeluarkan udara ✓ Letakkan ujung lebar tabung pada payudara dengan puting susu tepat di tengah, dan tabung benar-benar melekat ada kulit ✓ Lepas bola karet sehingga puting dan areola tertarik kedalam ✓ Dengan ibu jari di sekitar kalang payudara bagian atas dan jari telunjuk pada sisi yang lain, lalu daerah kalang payudara ditekan kearah dada. ✓ Tekan dan lepas beberapa kali, sehingga ASI keluar dan terkumpul pada tabung			

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Setelah selesai, ASI dapat langsung diberikan atau disimpan di lemari pendingin</li> <li>✓ Cuci alat-alat dengan bersih dengan menggunakan air mendidih setelah dipakai atau akan dipakai. Tabung kaca dapat direbus</li> <li>✓ Frekwensi memompa ASI untuk bayi prematur yaitu 8 kali atau lebih dalam waktu 24 jam. Lama memompanya yaitu 10-15 menit bila menggunakan pompa listrik, dan 10-20 menit bila memerah dengan pompa manual. Bila pompa menggunakan baterai, lama pompa nya yaitu 7-15 menit</li> <li>✓ Biarkan ibu mempunyai cukup waktu untuk memompa ASI dengan untuk mengurangi kecemasan</li> <li>✓ Berhentilah memompa jika aliran ASI sedikit atau berhenti</li> </ul>		
	0 Tidak dikerjakan		
	1 Menjelaskan cara pemerasan ASI dengan pompatapi tidak Sempurna		
	2 Menjelaskan cara pemerasan ASI dengan pompa secara sempurna		
<b>11.</b>	<b>Menjelaskan cara penyimpanan ASI</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siapkan wadah penampung ASI yang mudah disterilkan, misalnya botol dengan tutup dari karet atau plastik khusus yang digunakan untuk menampung ASI perah</li> <li>• Gunakan wadah yang volumenya sesuai dengan kebutuhan bayi untuk sekali minum</li> <li>• Hindari menggunakan botol susu yang berwarna/bergambar karena ada kemungkinan catnya meleleh jika terkena panas</li> <li>• Beri label setiap kali akan menyimpan botol ASI, label harus memuat tanggal dan jam ASI dipompa/diperah, secara berurutan</li> <li>• Bila ASI perah akan diberikan kurang dari 6 jam,maka tidak perlu disimpan di lemari pendingin</li> <li>• Bila perlu disimpan selama 24 jam, segera masukkan ASI perah dalam lemari pendingin pada suhu 4°C (jangan sampai beku)</li> <li>• Bila ASI perah akan digunakan dalam waktu 1 minggu atau lebih, maka ASI perah tersebut harus segera didinginkan dalam lemari pendingin selama 30 menit, lalu dibekukan pada suhu (- 18 °C) atau lebih rendah. ASI yang sudah dibekukan dapat disimpan antara 3-6 bulan</li> <li>• ASI dikeluarkan berdasarkan sistem fi-fo (<i>first in first out</i>)</li> </ul>		
	0 Tidak dikerjakan		
	1 Menjelaskan cara penyimpanan ASI kurang sempurna		
	2 Menjelaskan cara penyimpanan ASI dengan sempurna		

12.	<b>Menjelaskan hal yang perlu diperhatikan saat menyimpan ASI perah dalam lemari pendingin</b>			
	a. Simpanlah ASI di lemari pendingin bagian tengah, atau di bagian terdalam <i>freezer</i> , karena memiliki temperatur yang lebih dingin dan konstan			
	b. Hindari menyimpan ASI pada rak yang menempel di pintu lemari pendingin karena teperatur di tempat ini mudah berubah ketika pintu dibuka dan ditutup			
	c. Hindari megisi penuh wadah penampung ASI, karena ASI akan memuoi saat membeku. Sisakan kurang lebih 1/4 bagian kosong			
13.	0 Tidak dikerjakan			
	1 Menjelaskan hal yang perlu diperhatikan saat menyimpan ASI kurang sempurna			
	2 Menjelaskan hal yang perlu diperhatikan saat menyimpan ASI dengan sempurna			
	<b>Menjelaskan cara memanaskan ASI beku</b>			
14.	a. ASI beku dapat dicairkan secara perlahan di lemari es tetapi harus digunakan dalam 24 jam atau dibuang			
	b. Dicairkan pada suhu kamar dan digunakan dengan segera			
	c. Bisa dihangatkan pada suhu tubuh			
	d. Jangan pernah membekukan kembali ASI yang telah dicairkan			
15.	e. Jangan pernah mencairkan atau memanaskan ASI beku di dalam microwave			
	0 Tidak dikerjakan			
	1 Menjelaskan cara memanaskan ASI kurang sempurna			
	2 Menjelaskan cara memanaskan ASI dengan sempurna			
16.	<b>Teruji melakukan evaluasi dengan menanyakan kembali apa yang sudah dijelaskan</b>			
	0 Tidak dikerjakan			
	1 Teruji melakukan evaluasi hanya dengan menanyakan dan mempersilahkan klien untuk menjelaskan kembali			
	2 Teruji melakukan evaluasi dengan menanyakan dan mempersilahkan klien untuk menjelaskan kembali serta memberi <i>feed back</i>			
<b>SKORE MAKSIMAL : 18</b>				
C.	<b>TEKNIK</b>			
15.	<b>Teruji menjelaskan secara sistematis</b>			
	0 Tidak dikerjakan atau menyimpang dari topik			
	1 Menjelaskan tetapi tidak secara urut			
	2 Menjelaskan secara berurutan			
16.	<b>Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti</b>			
	0 Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti klien			
	1 Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis			
	2 Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti klien tanpa menggunakan bahasa medis			
17.	<b>Penggunaan Media</b>			

	0 Tidak dilakukan			
	1 Menggunakan tetapi tidak efektif			
	2 Menggunakan media secara efektif dan benar			
<b>18.</b>	<b>Teruji memberikan kesempatan klien untuk bertanya</b>			
	0 Tidak dikerjakan			
	1 Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban			
	2 Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			
<b>19.</b>	<b>Melakukan pendokumentasian</b>			
	0 Tidak dikerjakan			
	1 Mendokumentasikan hasil pendidikan kesehatan tanpa identitas pelaksana			
	2 Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam , inti tindakan penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.			
	<b>SCORE MAKSIMAL : 10</b>			
	<b>TOTAL SCORE SELURUHNYA : 38</b>			

**NILAI :  $\frac{JUMLAH SKORE}{38} \times 100$**

# DAFTAR PUSTAKA

# **MODUL**

## **STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR**

# **POSTNATAL CARE**

## **AKADEMI KEBIDANAN**

## **WIJAYA HUSADA BOGOR**

**Akademi Kebidanan Wijaya Husada Bogor**

Jalan Letjend Ibrahim Adjie No.180 Pengkolan Sindang Barang Bogor

Telp.(0251) 8327 396 / 399 Hp. 0852 1670 1658 Email : [wijayahusada@gmail.com/](mailto:wijayahusada@gmail.com/)

Website : [www.wijayahusada.com](http://www.wijayahusada.com)