

Panduan Pendamping Ibu Hamil dan Ibu Menyusui Bagi Ibu Dasawisma



Tim Penyusun

Prasetya Lestari, S.S.T., M.Kes

Ratih Devi Alfiana, S.S.T., M.Keb

Kristiani Desimina Tauho, S.Kep., Ns., MSN

Rifatolistia Tampubolon, S.S.T.Keb., M.H

Kartika Sari, S.SiT., M.Keb

Listyaning Eko Martanti, S.SiT., M.Tr.Keb

Muhammad Zia Ulhaq, S.KM., M.K.M

Alma Ata University Press



PANDUAN

PENDAMPING IBU HAMIL DAN IBU MENYUSUI BAGI IBU DASAWISMA

Tim Penyusun:

Prasetya Lestari, S.S.T., M.Kes
Ratih Devi Alfiana, S.S.T., M.Keb
Kristiani Desimina Tauho, S.Kep., Ns., MSN
Rifatolistia Tampubolon, S.S.T.Keb., M.H
Kartika Sari, S.SiT., M.Keb
Listyaning Eko Martanti, S.SiT., M.Tr.Keb
Muhammad Zia Ulhaq, S.K.M., M.K.M

Desain & Layout:

Prasetya Lestari, S.ST.,M.Kes
Sigit Nugroho, S.Gz

Reviewer:

1. Dr. Tri Sunarsih, S.ST., M.Kes
2. Annisa Maulidina, S.ST., CPHCT

Diterbitkan Oleh:

Alma Ata University Press
Jl. Brawijaya No. 99, Tamantirto Yogyakarta
Email: aaup@almaata.ac.id
Telp. (0274) 434 228





Kata Pengantar

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan penyusunan panduan "Pendamping Ibu Hamil dan Ibu Menyusui Bagi Ibu Dasawisma" dengan baik. Panduan ini berisi informasi seputar kehamilan dan menyusui yang diperlukan Ibu Dasawisma sebagai pendamping Ibu. Panduan ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran pada Ibu Dasawisma agar memiliki pemahaman dan kemampuan yang baik dalam melakukan pendampingan pada ibu, guna percepatan penurunan stunting di provinsi Jawa Tengah.

Kami ucapkan terimakasih kepada semua pihak yang berkontribusi dalam penyusunan panduan ini. Semoga panduan ini bermanfaat bagi Ibu Dasawisma dan para pembaca.

Penulis





Daftar Isi


Halaman Sampul	2
Kata Pengantar	3
Daftar Isi	4
Pendahuluan	5
Materi	11
Penutup	94
Daftar Pustaka	95
Lampiran	104

Daftar Pustaka

1. SELASI. 2015. Modul 40 jam Konseling menyusui.WHO
2. Suririnah. 2008. Buku Pintar Kehamilan Dan Persalinan.Gramedia Pustaka Utama.Jakarta.
3. WHO. 2013. Pelayanan Kesehatan Ibu di Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan, Edisi Pertama, Kemenkes, Jakarta.
4. Wirakusuma. 2011. Obstetri Fisiologi Ilmu Kesehatan Reproduksi, EGC, Jakarta.
5. Pieter dan Lubis, 2016, Pengantar psikologi untuk kebidanan Edisi Revisi, Jakarta : Prenadamedia Group.
6. Tyastuti, 2016, Asuhan Kebidanan kehamilan, PPSDM Kemenkes RI.
7. Sangsawang B, Sangsawang N. Stress urinary incontinence in pregnant women: a review of prevalence, pathophysiology, and treatment. *Int Urogynecol J*. 2013 Jun;24(6):901-12. doi: 10.1007/s00192-013-2061-7. Epub 2013 Feb 23. PMID: 23436035; PMCID: PMC3671107.

8. Patimah, Meti, Tatu Septiani Nurhikmah, Dewi Nurdianti. 2020. Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester I dan Penatalaksanaannya. *DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 41, No. 3 September 2020, Hal. 570-578, DOI:
<https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i3.3790>
9. Jalilian, N., Fakheri, T., & Daeichin, S. (2012). Review of headache in pregnancy. *Journal of Injury and Violence Research*, 4(3 Suppl 1), 79.
10. Yenen, Z., & Ataçağ, T. (2019). Oral care in pregnancy. *Journal of the Turkish German Gynecological Association*, 20(4), 264–268.
<https://doi.org/10.4274/jtgga.galenos.2018.2018.0139>
11. Manyozo, S. D., Nesto, T., Bonongwe, P., & Muula, A. S. (2019). Low back pain during pregnancy: Prevalence, risk factors and association with daily activities among pregnant women in urban Blantyre, Malawi. *Malawi medical journal : the journal of Medical Association of*

- Malawi, 31(1), 71–76.
<https://doi.org/10.4314/mmj.v31i1.12>
12. Raines DA, Cooper DB. Braxton Hicks Contractions. [Updated 2021 Dec 16]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2022 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470546/>
13. Kemal Beksac, Emine Aydin, Esra Uzelpasacı, Turkan Akbayrak, Ozgur Ozyuncu, Hemorrhoids and related complications in primigravid pregnancy, *Journal of Coloproctology*, Volume 38, Issue 3, 2018, Pages 179-182, ISSN 2237-9363, <https://doi.org/10.1016/j.jcol.2018.03.002>.
14. Silvestri, R., & Aricò, I. (2019). Sleep disorders in pregnancy. *Sleep science (Sao Paulo, Brazil)*, 12(3), 232–239. <https://doi.org/10.5935/1984-0063.20190098>
15. Lagadec, N., Steinecker, M., Kapassi, A. et al. Factors influencing the quality of life of pregnant women: a systematic review. *BMC Pregnancy Childbirth* 18, 455 (2018). <https://doi.org/10.1186/s12884-018-2087-4>


- 
16. Simbolon, Demsa, Jumiwati, Antun Rahmadi. 2018. Pencegahan dan Penanggulangan Kurang Energi Kronik (KEK) dan Anemia pada Ibu Hamil. Yogyakarta: Penerbit Deepublish
 17. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Pentingnya Konsumsi Tablet Fe Bagi Ibu Hamil. Diakses dari: <https://promkes.kemkes.go.id/pentingnya-konsumsi-tablet-fe-bagi-ibu-hamil>
 18. Andreas, N. J., Kampmann, B., & Mehring Le-Doare, K. (2015). Human breast milk: A review on its composition and bioactivity. *Early Human Development*, 91(11), 629–635. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2015.08.013>
 19. Anggraeni, I. A., Nurdiati, D. S., & Padmawati, R. S. (2016). Keberhasilan ibu bekerja memberikan ASI eksklusif. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 3(2), 69. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3\(2\).69-76](https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3(2).69-76)
 20. Castetbon, K., Boudet-Berquier, J., & Salanave, B. (2020). Combining breastfeeding and work: Findings from the

Epifane population-based birth cohort. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(1), 110.
<https://doi.org/10.1186/s12884-020-2801-x>

21. Ejie, I. L., Eleje, G. U., Chibuzor, M. T., Anetoh, M. U., Nduka, I. J., Umeh, I. B., Ogbonna, B. O., & Ekwunife, O. I. (2021). A systematic review of qualitative research on barriers and facilitators to exclusive breastfeeding practice in sub-Saharan African countries. *International Breastfeeding Journal*, 16(1), 44.
<https://doi.org/10.1186/s13006-021-00380-6>
22. Francisquini, J. d'Almeida, Nunes, L., Martins, E., Stephani, R., Perrone, Í. T., & Carvalho, A. F. de. (2020). How the heat treatment affects the constituents of infant formulas: A review. *Brazilian Journal of Food Technology*, 23, e2019272. <https://doi.org/10.1590/1981-6723.27219>
23. Isytiaroh, I. (2018). Myths and Failure of Exclusive Breastfeeding: Study in Buaran Community Health Center Pekalongan Regency Central Java. *Indonesian*

- Journal of Nursing Practice, 2(2).
<https://doi.org/10.18196/ijnp.2282>
24. Kemenkes RI. (2013). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2013 Tentang Susu Formula Bayi Dan Produk Bayi Lainnya. Kemenkes RI.
25. Kemenkes RI. (2022). Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kemenkes RI.
http://ppid.kemkes.go.id/uploads/img_62a2df29f07c5.pdf
26. Koura, H. (2019). Myths about breastfeeding. *Al-Azhar Assiut Medical Journal*, 17(2), 109.
https://doi.org/10.4103/AZMJ.AZMJ_112_18
27. Marnoto, B. W. (2013). Pemberian Susu Formula pada Bayi Baru Lahir. *Ikatan Dokter Anaka Indonesia (IDAI)*.
28. Martin, C., Ling, P.-R., & Blackburn, G. (2016). Review of Infant Feeding: Key Features of Breast Milk and Infant Formula. *Nutrients*, 8(5), 279.
<https://doi.org/10.3390/nu8050279>
29. Mehrotra, V., Sehgal, S. K., & Bangale, N. R. (2019). Fat structure and composition in human milk and infant

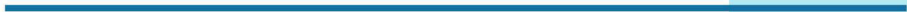
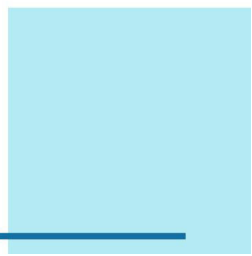
- formulas: Implications in infant health. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 7(2), 153–159. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2018.03.005>
30. Nintyasari Mustika, D., Nurjanah, S., & Ulvie, Y. N. S. (2019). Perbedaan Keasaman Air Susu Ibu Perah (ASIP) berdasarkan Lama Penyimpanan. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 68. <https://doi.org/10.26714/jk.8.1.2019.68-73>
31. Rosida, L., & Putri, I. M. (2020). Manajemen Asip (Asi Perah) Mempengaruhi Keberhasilan Asi Eksklusif (Studi Kuantitatif Pada Ibu yang Bekerja Di Instansi Pemerintahan Kota Yogyakarta). *Jurnal Kebidanan Indonesia: Journal of Indonesia Midwifery*, 11(1), 79. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v11i1.328>
32. Thompkinson, D. K., & Kharb, S. (2007). Aspects of Infant Food Formulation. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, 6(4), 79–102. <https://doi.org/10.1111/j.1541-4337.2007.00020.x>
33. Vilar-Compte, M., Hernández-Cordero, S., Ancira-Moreno, M., Burrola-Méndez, S., Ferre-Eguiluz, I., Omaña, I., & Pérez Navarro, C. (2021). Breastfeeding at

- 
- the workplace: A systematic review of interventions to improve workplace environments to facilitate breastfeeding among working women. *International Journal for Equity in Health*, 20(1), 110. <https://doi.org/10.1186/s12939-021-01432-3>
34. Wake, G. E., & Mittiku, Y. M. (2021). Prevalence of exclusive breastfeeding practice and its association with maternal employment in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. *International Breastfeeding Journal*, 16(1), 86. <https://doi.org/10.1186/s13006-021-00432-x>
35. Wei, W., Jin, Q., & Wang, X. (2019). Human milk fat substitutes: Past achievements and current trends. *Progress in Lipid Research*, 74, 69–86. <https://doi.org/10.1016/j.plipres.2019.02.001>
36. Sulistyawati, A. (2012). ASUHAN KEBIDANAN PADA MASA KEHAMILAN. Jakarta: Salemba Medika
37. Zainiyah, H., Wahyuningtyas, D., & Astriani, R. (2019, November). KEBERHASILAN PUTING SUSU MENONJOL DENGAN MENGGUNAKAN METODE MODIFIKASI SPUIT INJEKSI PADA IBU POST PARTUM. In *Prosiding Seminar*

- Nasional: Pertemuan Ilmiah Tahunan Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta (Vol. 1, No. 1, pp. 135-145).
38. FatimaH Fatimah, Lestari, P., Ayuningrum, LD., (2021) [PIJAT PAYUDARA SEBAGAI PENATALAKSANAAN PERSIAPAN MASA NIFAS DAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF.](#) UNIVERSITAS ALMA ATA PRESS, Yogyakarta. ISBN 978-623-94999-1-4
39. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 71 tahun 2013 Tentang Pelayanan Kesehatan pada Jaminan Kesehatan Nasional
40. <https://bpjs-kesehatan.go.id/bpjs/>, diakses pada 21 Oktober 2022.
41. Basuki, E.W., Sulistyowati., N. Retno Herawati. 2016. "Implementasi Kebijakan Jaminan Kesehatan Nasional oleh BPJS Kesehatan di Kota Semarang". Diponegoro Journal of Social and Political of Science, 5(4): 2. Diakses dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jpgs/article/view/13543/13098>, pada 6 Mei 2019.



LAMPIRAN



Lampiran 1 leaflet Kehamilan dan Menyusui

Posisi Menyusui



Posisi Menggendong



Posisi menggendong silang



Posisi rebahan



Posisi mengepit



Posisi Berbaring Miring

Teknik Menyusui yang Benar



1. Duduk santai nyaman dengan kaki tidak boleh menggantung.



2. Tubuh bayi miring menghadap ibu dan perut menempel pada perut ibu. Kepala bayi berada pada siku ibu, leher dan punggung bayi disangga oleh lengan ibu dan tangan ibu yang lain memegang bokong bayi.

3. Sentuhkan puting susu ke bibir bayi agar membuka, dengan cara ibu jari tangan yang tidak menyangga tubuh bayi.
4. Letakkan ibu jari ibu di puting susu dan 4 jari yang lain diletakkan di bawah puting susu untuk menopang payudara.



5. Gerakan bayi ke payudara dengan cepat, arahkan bibir bawahnya ke puting.

ASI Eksklusif

Pemberian ASI pada bayi 0 sampai usia 6 bulan, tanpa diberikan minuman dan makanan jenis lain kecuali obat dan vitamin.

Siapkan kehamilan sehat melalui kunjungan ANC teratur, persiapkan laktasi sejak hamil, siapkan persalinan aman, dan berikan ASI eksklusif untuk lahirkan bayi sehat bebas stunting



Kehamilan dan Menyusui

Program Matching Fund Gong Ceting Jawa Tengah 2022

Hamil Sehat Itu Penting



Apa yang harus dilakukan oleh Ibu Hamil?

Periksa kehamilan (ANC Terpadu) di puskesmas

Pemeriksa kehamilan teratur sesuai jadwal kunjungan



Minum tablet tambah darah minimal 1 kali per hari (90 tablet selama hamil) untuk cegah anemia.



Penuhi nutrisi gizi seimbang



Bila umur kehamilan memasuki 16-20 minggu, hendaknya Ibu harus mulai menghitung gerakan janin. Gerak janin minimal 10x dalam 12 jam



pastikan ada kenaikan berat badan normal selama hamil (batas normal kenaikan 10-20 kg)



Ibu hamil terhindar dari KEK. Cek Lingkar lengan atas Ibu hamil dengan ambang batas normal lebih dari 23,5 cm

Kapan Ibu hamil Harus Kunjungan ?

Trimester	Kunjungan Minimal	Waktu Kunjungan
I	1 Kali	Wajib USG dengan dokter di Puskesmas
II	2 Kali	Umur kehamilan 24-28 minggu
III	3 Kali	Umur kehamilan 30-38 minggu

Kenali Tanda Bahaya Kehamilan



Perdarahan



Nyeri perut yang hebat



Sakit kepala menetap, tidak sembuh meskipun sudah istirahat



Pandangan mata Kabur



Bengkak pada wajah, tangan dan kaki

Persiapan Menjelang Persalinan



Rencanakan tempat bersalin



Tentukan penolong persalinan (Bidan/Dokter)



Transportasi



Dana



Pendamping Persalinan



Pendonor

ASI dan Menyusui Solusi Cegah Stunting

Mengapa menyusui itu penting?

- Kandungan ASI sangat lengkap
- Praktis dan murah
- ASI membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi
- Meningkatkan kedekatan emosional ibu dan bayi
- Mengurangi resiko kanker payudara
- Mencegah stunting
- Meningkatkan antibodi

Mitos dan Fakta Menyusui

Mitos	Fakta
ASI yang pertama kali keluar harus dibuang	ASI pertama kali keluar merupakan kolostrum, yang sangat baik untuk bayi
Ukuran payudara mempengaruhi produksi ASI	Ukuran payudara tergantung pada jumlah lemak bukan pada alveolus penghasil ASI
Berhenti menyusui jika bayi mengalami diare	Menyusui adalah makanan yang ideal untuk bayi yang sakit
Susu formula sama bagusnya dengan ASI	Terdapat lebih dari 100 nutrisi, hormon, enzim, dan senyawa penangkal penyakit dalam ASI
ASI encer tidak bergizi	ASI awal berwarna abu-abu kebiruan dan berair, yang menyediakan banyak air, protein, dan laktosa

Lampiran 2 Soal Pre-Post Test

Soal Pretest dan Posttest
Pelatihan Pendamping Ibu Hamil dan Menyusui Bagi Ibu
Dasawisma

Nama :

Alamat :

Berilah tanda \checkmark pada pilihan jawaban yang paling tepat

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Benar	Salah
1	Ibu hamil mengkonsumsi tablet besi minimal 90 tablet selama hamil		
2	Tablet besi sebaiknya diminum ketika pagi hari		
3	Salah satu gejala anemia pada ibu hamil adalah terlihat pucat, pusing, lemah, letih & lesu		
4	Mata berkunang-kunang pada ibu hamil merupakan hal yang berbahaya dan perlu penanganan segera		
5	Bengkak pada ibu hamil merupakan hal yang biasa		

6	Jika menemui ibu hamil mengalami perdarahan, sebaiknya segera dibawa ke layanan kesehatan terdekat		
7	Donor darah perlu disiapkan untuk persiapan persalinan ibu		
8	Ibu hamil perlu menyiapkan tabungan atau asuransi untuk persiapan persalinannya sejak dini		
9	tempat persalinan dapat ditentukan sewaktu-waktu jika sudah merasakan tanda-tanda persalinan		
10	Pemeriksaan lingkaran lengan atas untuk mengindikasikan terjadinya anemia pada ibu hamil		
11	ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja sampai usia 6 bulan		
12	ASI merupakan nutrisi utama bagi bayi		

13	Bayi boleh diberikan air putih jika ASI tidak keluar pada awal menyusui		
14	ASI yang keluar pertama kali sebaiknya dibuang		
15	ASI awal kaya akan protein, laktosa, dan vitamin A		
16	Menyusui dapat meningkatkan kedekatan ibu dan bayi		
17	Menyusui yang benar sesuai dengan keinginan bayi		
18	ASI perah segar dapat disimpan dalam tempat/wadah tertutup selama 6-8 jam pada suhu ruangan		
19	Posisi ibu saat menyusui sebaiknya duduk bersandar pada kursi dan kaki menggantung		
20	Saat ibu mengalami puting susu lecet bayi tidak boleh menyusui secara langsung		

Lampiran 3 Keterampilan KIE Ibu Hamil

Lembar Observasi Keterampilan Konseling Ibu Hamil

Petunjuk Bagi Fasilitator:

1. Amati Ibu dalam memperagakan konseling pada ibu hamil.
2. Lakukan penilaian sesuai dengan hasil observasi anda.
3. Berikan nilai pada masing-masing Ibu Dasawisma.

Nama Peserta:

Fasilitator :

No	Keterampilan	YA (1)	TIDAK (0)
1.	Beri salam, tanyakan keadaan ibu		
2.	Ajukan satu atau dua pertanyaan terbuka tentang ibu hamil		
3.	Ajukan pertanyaan tentang pemeriksaan kehamilan : a. Apakah ibu memiliki buku KIA?		

	<ul style="list-style-type: none"> b. Apakah Ibu sudah mengerti penggunaan buku KIA? c. Apakah ibu mengerti informasi apa saja yang ada di dalam buku KIA? d. Kapan terakhir ibu melakukan pemeriksaan kehamilan ini? e. Apakah ibu mengerti kapan kunjungan ulang berikutnya? f. Apakah ibu mengerti tentang ANC terpadu? 		
4.	<p>Jelaskan pada ibu mengenai:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Pentingnya periksa kehamilan secara terpadu di puskesmas terdekat. b. Cara menghitung gerakan janin c. Cara minum tablet Fe d. Kenaikan berat badan yang normal selama hamil e. Tanda bahaya yang mungkin dapat terjadi pada ibu hamil 		

	f. Persiapan menyusui pada ibu hamil g. Hal yang harus disiapkan dalam persiapan persalinan (P4K)		
5.	Tanyakan pada ibu mengenai pengalaman hamil saat ini		
6.	Tanyakan pada ibu dukungan keluarga dan lingkungan sekitar tentang kehamilan ini		
7.	Dengarkan apa yang telah disampaikan oleh ibu		
8.	Beri pujian praktik baik pengalaman pada ibu hamil		
9.	Beri informasi yang jelas sesuai dengan permasalahan ibu		
10.	Gunakan Bahasa yang dimengerti oleh ibu		
11.	Beri satu atau dua saran		

12.	Menyimpulkan dan menutup pertemuan		
Total Skor			

Lampiran 4 Keterampilan Teknik Menyusui yang Benar

Lembar Observasi Keterampilan Teknik Menyusui yang Benar

Petunjuk Bagi Fasilitator:

1. Amati Ibu dalam memperagakan teknik menyusui yang benar.
2. Lakukan penilaian sesuai dengan hasil observasi anda.
3. Berikan nilai pada masing-masing Ibu Dasawisma

Nama Peserta:

Fasilitator :

No	Keterampilan	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Menganjurkan ibu untuk cuci tangan terlebih dahulu		
2.	Memberitahukan ibu untuk duduk santai di kursi yang menyangga punggung, lebih baik punggung dari bantal untuk sandaran ke kursi		
3.	Mengatur posisi duduk ibu dengan santai dan kaki tidak menggantung		
4.	Sangga payudara dengan tangan dan bersihkan puting susu dan areola		
5.	Mengoleskan ASI pada bagian puting, areola dan sekitarnya		
6.	Atur posisi bayi :		

	Tubuh bayi miring menghadap ibu dan perut menempel pada perut ibu Kepala bayi berada pada siku ibu sedangkan leher dan punggung bayi disangga oleh lengan ibu dan tangan ibu yang lain memegang bokong bayi		
7.	Menganjurkan ibu untuk menyentuhkan puting susu ibu ke bibir bayi agar mulut bayi terbuka dengan cara ibu jari tangan yang tidak menyangga tubuh bayi. Ibu jari diletakkan di puting susu dan 4 jari yang lain diletakkan di bawah puting susu untuk menopang payudara.		
8.	Menganjurkan ibu untuk memasukkan puting susu ke dalam mulut bayi setelah mulut bayi terbuka.		
9.	Nilai perlekatan yang benar : a. Mulut bayi terbuka lebar b. Dagu bayi menempel pada payudara ibu c. Bibir bayi terbuka ke luar d. Terlihat banyak areola terutama di bibir bawah		

10.	Untuk melepaskan puting susu, ibu dapat memasukkan kelingking ibu jari yang bersih ke sudut mulut bayi		
11.	Menganjurkan ibu untuk menyendawakan bayi dengan cara : bayi digendong agak tinggi, bersandar di pundak ibu, perut bayi dirapatkan ke dada kiri ibu, sedangkan dagunya menempel di bahu dan punggung bayi ditepuk perlahan sampai bayi bersendawa atau dengan menelungkupkan bayi di atas pangkuan ibu sambil mengusap punggung bayi sampai bersendawa		
12.	Menganjurkan ibu untuk menetekinya secara bergantian, mulai dengan payudara yang terakhir disusukan.		
13.	Menjelaskan pada ibu mengenai tanda-tanda bayi berada dalam posisi yang salah: <ul style="list-style-type: none"> a. Tubuh bayi terlalu jauh dari tubuh ibu b. Mulut dan dagu bayi tidak menempel payudara 		

	<ul style="list-style-type: none"> c. Areola di bagian bawah bibir bayi terlihat lebih banyak daripada areola di atas bibir bayi d. Bayi menghisap terlalu kuat dan sedikit e. Bayi gelisah/ menolak menyusui f. Ibu merasakan nyeri pada puting susunya g. Kepala bayi menengadah 		
14.	Mencuci tangan dengan air mengalir		
Total Skor			

Lampiran 5

Lembar Observasi Keterampilan Konseling ASI

Petunjuk Bagi Fasilitator:

1. Amati Ibu dalam memperagakan konseling ASI.
2. Lakukan penilaian sesuai dengan hasil observasi anda.
3. Berikan nilai pada masing-masing Ibu Dasawisma

Nama Peserta:

Fasilitator :

No	Keterampilan	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Beri salam, tanyakan keadaan ibu		
2.	Ajukan satu atau dua pertanyaan terbuka tentang ibu menyusui		
3.	Ajukan pertanyaan tentang riwayat pemberian ASI pada bayi saat ini : a. Kapan pertama kali bayi diberikan ASI? b. Apakah bayi diberikan ASI eksklusif? c. Apakah ASI keluar banyak atau tidak? d. Bagaimana dukungan keluarga dan lingkungan sekitar		

	<p>terhadap ibu dalam menyusui bayi nya?</p> <p>e. Apakah ada masalah dalam menyusui saat ini, jika ada tanyakan jenis masalahnya</p>		
4.	<p>Jelaskan pada ibu mengenai:</p> <p>a. ASI Eksklusif</p> <p>b. Manfaat ASI</p> <p>c. Kandungan ASI</p> <p>d. Masalah dalam menyusui dan cara mengatasinya</p> <p>e. Kesalahan dalam menyusui</p> <p>f. Upaya meningkatkan produksi ASI</p>		
5.	<p>Tanyakan pada ibu mengenai pengalamannya dalam menyusui</p>		
6.	<p>Tanyakan pada ibu dukungan keluarga dan lingkungan sekitar tentang menyusui</p>		
7.	<p>Dengarkan apa yang telah disampaikan oleh ibu</p>		

8.	Beri pujian praktik baik pengalaman pada ibu menyusui		
9.	Beri informasi yang jelas sesuai dengan permasalahan ibu		
10.	Gunakan Bahasa yang dimengerti oleh ibu		
11.	Beri satu atau dua saran		
12.	Menyimpulkan dan menutup pertemuan		
Total Skor			

Lampiran 6 Kunci Jawab

Kunci Jawab Pre-Post test

1	B
2	S
3	B
4	B
5	S
6	B
7	B
8	B
9	S
10	S
11	B
12	B
13	S
14	S
15	B
16	B
17	B
18	B
19	S
20	S

Lampiran 7 Lembar Pendampingan

Lembar Monitoring Pendampingan Ibu Hamil dan Ibu Menyusui Oleh Ibu Dasawisma

Nama Ibu Dasawisma:

Fasilitator/observer:

No	Kegiatan yang diobservasi	Tanggal Kunjungan	Ketercapaian	
			Ya (1)	Tidak (0)
Pendampingan Ibu Hamil				
1	Ibu Dasawisma melakukan kunjungan pada ibu hamil.			
2	Ibu Dasawisma menanyakan pada Ibu hamil mengenai: Kenaikan berat badan ibu hamil, gerakan janin, konsumsi tablet Fe*			
3	Ibu Dasawisma melakukan konseling kehamilan sehat cegah stunting.			
Pendampingan Ibu Menyusui				
4	Ibu Dasawisma melakukan kunjungan ke rumah ibu menyusui.			

5	Ibu Dasawisma memberikan konseling ASI Eksklusif dengan baik.			
6	Ibu Dasawisma mengajari ibu tentang teknik menyusui yang benar.			
Total Score				

*: minimal 1 topik yang ditanyakan oleh Ibu Dasawisma

Manfaat Penggunaan BPJS Kesehatan bagi Ibu hamil dan Melahirkan

A. Deskripsi Singkat

Jaminan Kesehatan adalah jaminan berupa perlindungan kesehatan agar peserta memperoleh manfaat pemeliharaan kesehatan dan perlindungan dalam memenuhi kebutuhan dasar kesehatan yang diberikan kepada setiap orang yang telah membayar iuran atau iurannya dibayar oleh pemerintah. Dalam penerapannya jaminan Kesehatan ini dilaksanakan oleh Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Kesehatan atau disingkat BPJS.

B. Tujuan Pembelajaran

Setelah pembelajaran materi ini, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu dasawisma tentang manfaat penggunaan BPJS Kesehatan selamat kehamilan, melahirkan dan pascamelahirkan serta memahami dokumen penting yang perlu dipersiapkan.

C. Uraian Materi

Ibu hamil yang terdaftar sebagai BPJS akan dijamin kesehatannya mulai dari awal kehamilan, persalinan, hingga masa nifas. BPJS Kesehatan juga memberikan pelayanan keluarga berencana (KB), di antaranya berupa konseling, pemberian obat, sampai pemasangan alat kontrasepsi.

1 Pelayanan selama masa kehamilan, nifas dan pasca melahirkan

Pemeriksaan selama masa kehamilan, masa nifas, hingga pasca melahirkan sangat penting untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi. Dengan adanya layanan BPJS untuk ibu hamil yang satu ini, risiko kematian bayi dan kematian ibu saat dan setelah melahirkan dapat dicegah sedini mungkin

BPJS Kesehatan menanggung biaya pemeriksaan kehamilan atau *antenatal care* (ANC) sebanyak tiga kali, yaitu satu kali pada trimester 1, satu kali pada trimester 2, dan dua kali pada trimester 3. Selain itu, Anda juga berhak mendapatkan pemeriksaan setelah melahirkan (*postnatal care* / *PNC*) sebanyak tiga kali, dan pelayanan KB.

Manfaat dari pelayanan ini adalah:


a. Bagi Ibu

- 1) Mengurangi sejak dini komplikasi kehamilan serta mengobati komplikasi yang berpengaruh terhadap kehamilan.
- 2) Meningkatkan kesehatan mental serta fisik ibu hamil untuk menghadapi persalinan.
- 3) Meningkatkan kesehatan ibu pasca persalinan agar dapat memberikan ASI

b. Memberikan bimbingan dalam memilih metode kontrasepsi Janin Manfaat BPJS Kesehatan untuk janin ialah memelihara kesehatan ibu agar dapat mengurangi persalinan prematur, berat badan lahir rendah serta meningkatkan kesehatan sang bayi

2 Layanan USG

USG kandungan adalah tes skrining kehamilan yang menggunakan gelombang suara untuk mendapat gambar janin serta organ reproduksi ibu hamil. Tes pemeriksaan ini bisa peserta lakukan sejak trimester pertama atau saat usia



kehamilan mencapai 6-8 minggu. Namun, pada saat ini gambar janin yang didapatkan mungkin belum terlalu jelas. Gambar janin akan tampak lebih jelas begitu usia kehamilan memasuki Trimester Kedua atau setelah usia kehamilan mencapai 13 minggu.

USG merupakan salah satu prosedur medis yang penting untuk memantau perkembangan janin dalam kandungan. Peserta bisa mendapatkan layanan ini jika terdaftar sebagai anggota BPJS. Meski begitu, tidak semua USG akan dibiayai oleh BPJS. Layanan USG yang ditanggung BPJS hanyalah USG yang dianjurkan oleh bidan atau dokter. Hal ini tentu akan diberikan jika janin memiliki masalah perkembangan atau kelainan tertentu selama kehamilan.

3 Layanan Persalinan Normal, Caesar dan Metode ERACS (Enhanced Recovery After Cesarean Surgery)

Persalinan adalah salah satu layanan paling penting yang diberikan oleh BPJS untuk ibu hamil. Persalinan ibu hamil dapat dilakukan di Puskesmas atau klinik yang sama dengan tempat peserta memeriksakan kehamilan. Namun bila tidak memungkinkan, Peserta bisa melahirkan di rumah sakit setelah mendapatkan rujukan dari bidan atau dokter.

BPJS Kesehatan juga akan menanggung biaya persalinan dengan operasi caesar. BPJS bisa meng-*cover* operasi caesar apabila ditemukan indikasi medis dan rekomendasi dari dokter. Ketentuan tersebut juga telah tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan No. 5 tahun 2014 "Persalinan normal diutamakan dilakukan di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP). Kecuali, ibu hamil dengan kondisi penyulit bisa dirujuk ke Fasilitas Kesehatan Rujukan Tingkat

Lanjut (FKRTL) atau dalam kondisi darurat tidak perlu lewat FKTP,"

Metode ERACS (Enhanced Recovery After Cesarean Surgery) yang digunakan dalam proses melahirkan caesar juga bisa ditanggung BPJS Kesehatan secara full. jika terdapat indikasi medis untuk melahirkan caesar. Untuk mendapatkan layanan ini peserta perlu mendapatkan rujukan dari Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP). Kemudian, pihak FKTP nantinya akan menentukan rumah sakit mana yang akan dirujuk untuk melahirkan.

4 Pelayanan KB

Pelayanan kebidanan dan neonatal oleh:

- a. Puskesmas/Puskesmas
PONED/Klinik/Dokter praktik
perorangan serta jejaringnya.
- b. Bidan Praktik Mandiri yang menjadi
jejaring faskes tingkat pertama yang
bekerja sama dengan BPJS dan Bidan
Praktik Mandiri pada daerah yang tidak

ada faskes (berdasarkan SK Kepala Dinkes setempat).

- c. Rumah Sakit/Klinik yang bekerja sama dengan BPJS Kesehatan.

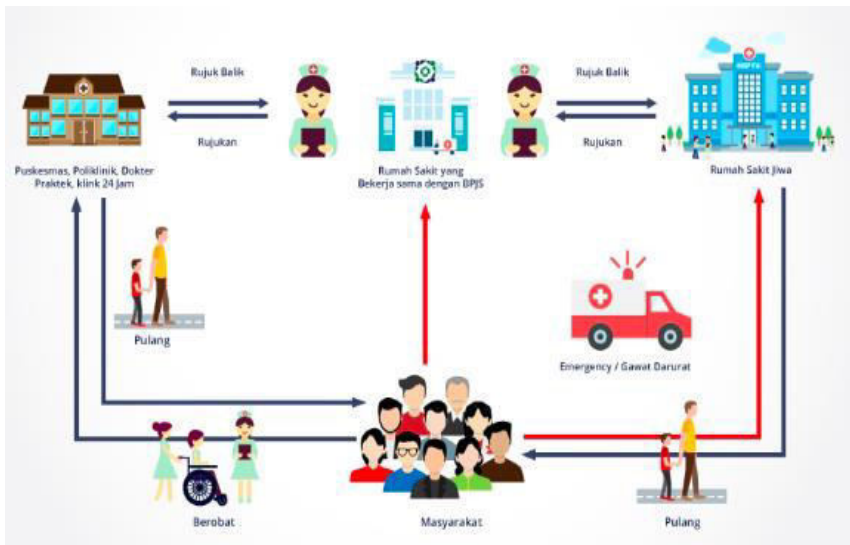
5 Dokumen BPJS Kesehatan Ibu Hamil

BPJS Kesehatan dapat di manfaatkan oleh peserta selama hamil dan melahirkan, Peserta harus menyiapkan berkas atau dokumen penting. Berikut dokumen yang harus disediakan untuk mendapatkan manfaat pelayanan kebidanan dan melahirkan dari BPJS Kesehatan:

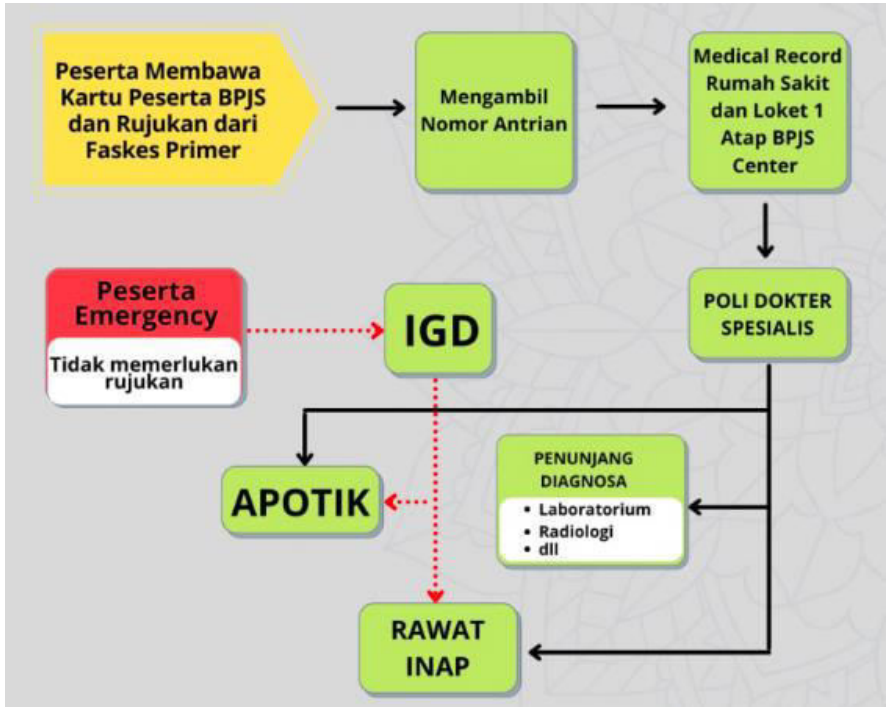
- a. Kartu BPJS Kesehatan dengan Ibu Hamil terdaftar sebagai anggota aktif dan rutin membayar iuran kepesertaan setiap bulan.
- b. Kartu Tanda Penduduk (KTP)
- c. Kartu Keluarga (KK)
- d. Surat rujukan dari Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP)

e. Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA)

6 Alur Pelayanan BPJS Kesehatan

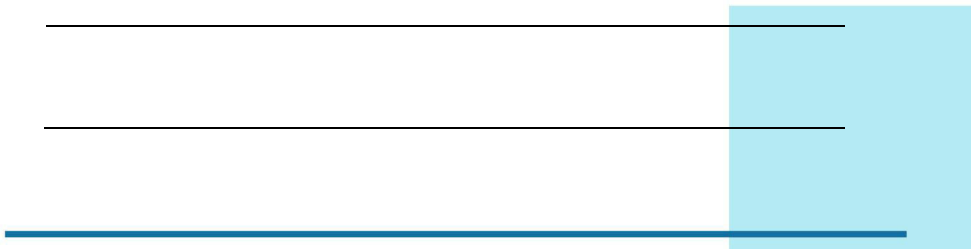


7 Alur pelayanan BPJS Kesehatan Ibu Hamil



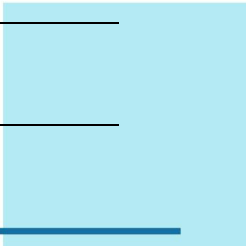


CATATAN



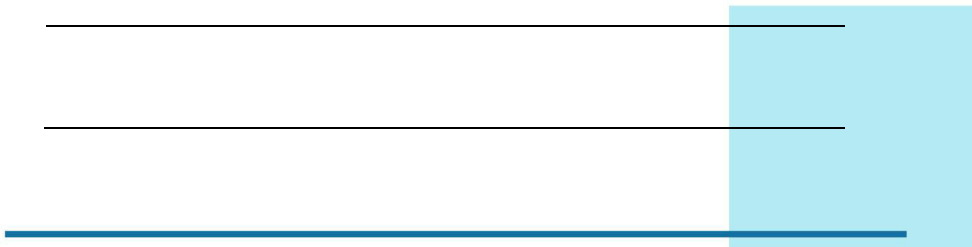


CATATAN





CATATAN



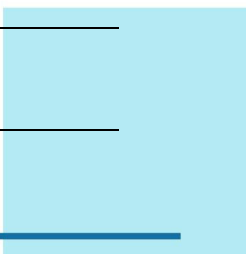
CATATAN



CATATAN



CATATAN



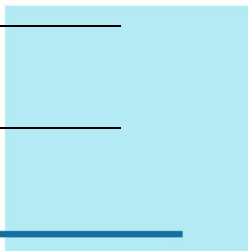


CATATAN





CATATAN



Alma Ata University Press

Universitas Alma Ata

Jl. Brawijaya No. 99 Yogyakarta 55183

Telp. (0274) 434 2288, 434 2270 | almaata.ac.id

uaa@almaata.ac.id