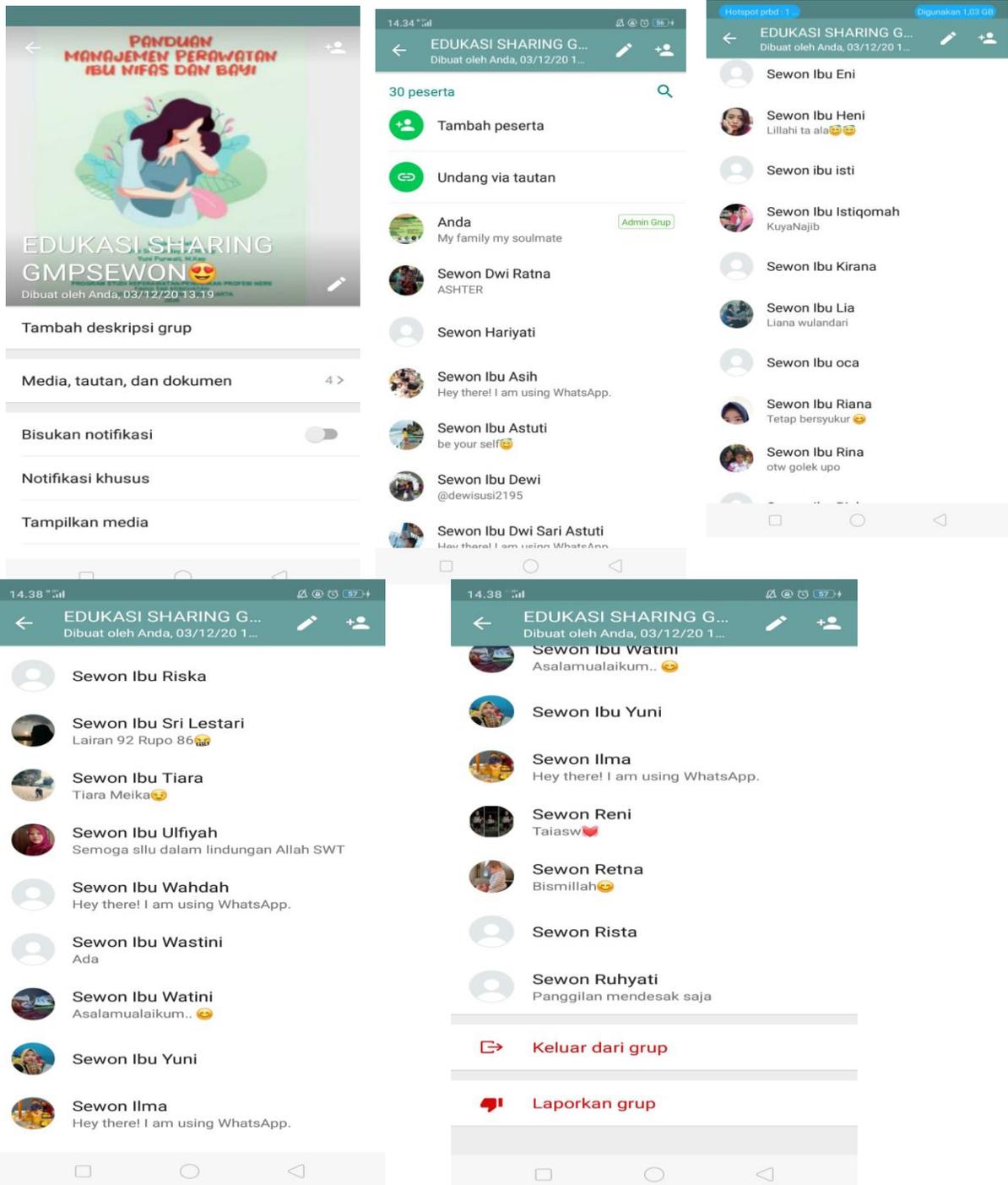


KEGIATAN PENDIDIKAN KESEHATAN IBU-IBU HAMIL DALAM PERSIAPAN MANAJEMEN PERAWATAN IBU NIFAS

A. Peserta

Peserta berjumlah 30 ibu hamil yang terdaftar pemeriksaan di Puskesmas Sewon 1 pada Bulan November 2020



pdf viewer interface showing pages 14-17 of a document titled 'panduan manajemen ibu nifas dwi yani.pdf'. The interface includes a menu bar (File, Home, View, Convert, Edit, Comment, Page, Form, Protect, Share, Help) and a toolbar with options like Page Boxes, Extract, Insert, Split, Replace, and a search bar. The document content includes:

- Page 14: Text regarding breastfeeding management and a list of 14 points.
- Page 15: Diagram of the eye and text about eye care for breastfeeding mothers.
- Page 16: Diagrams of the breast and text about breastfeeding techniques.
- Page 17: Diagrams of the breast and text about breastfeeding techniques.

pdf viewer interface showing pages 22-25 of a document titled 'panduan manajemen ibu nifas dwi yani.pdf'. The interface includes a menu bar (File, Home, View, Convert, Edit, Comment, Page, Form, Protect, Share, Help) and a toolbar with options like Page Boxes, Extract, Insert, Split, Replace, and a search bar. The document content includes:

- Page 22: Diagrams of the breast and text about breastfeeding techniques.
- Page 23: Diagrams of the breast and text about breastfeeding techniques.
- Page 24: Diagrams of the breast and text about breastfeeding techniques.
- Page 25: Diagrams of the breast and text about breastfeeding techniques.

pdf viewer interface showing pages 30-33 of a document titled 'panduan manajemen ibu nifas dwi yani.pdf'. The interface includes a menu bar (File, Home, View, Convert, Edit, Comment, Page, Form, Protect, Share, Help), a toolbar with options like Page Boxes, Extract, Insert, Split, Replace, and a search bar. The document content includes text, diagrams, and illustrations related to breastfeeding management.

30

31

32

33

pdf viewer interface showing pages 34-37 of the same document. The interface is identical to the previous view. The document content includes text, diagrams, and illustrations related to breastfeeding management, including a section on 'Beberapa Pilihan Penggantian ASI' and a 'Bahan' section with references.

34

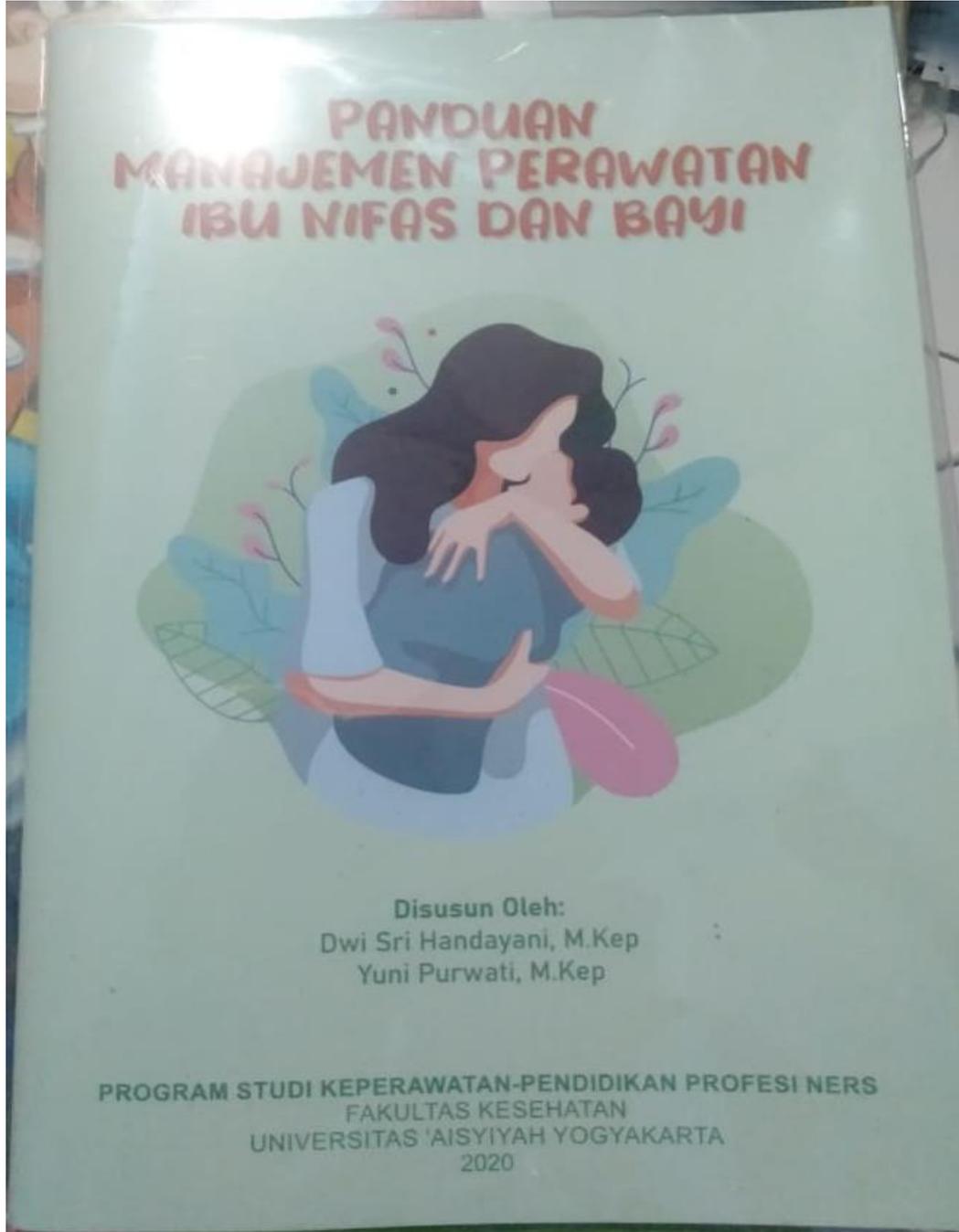
35

36

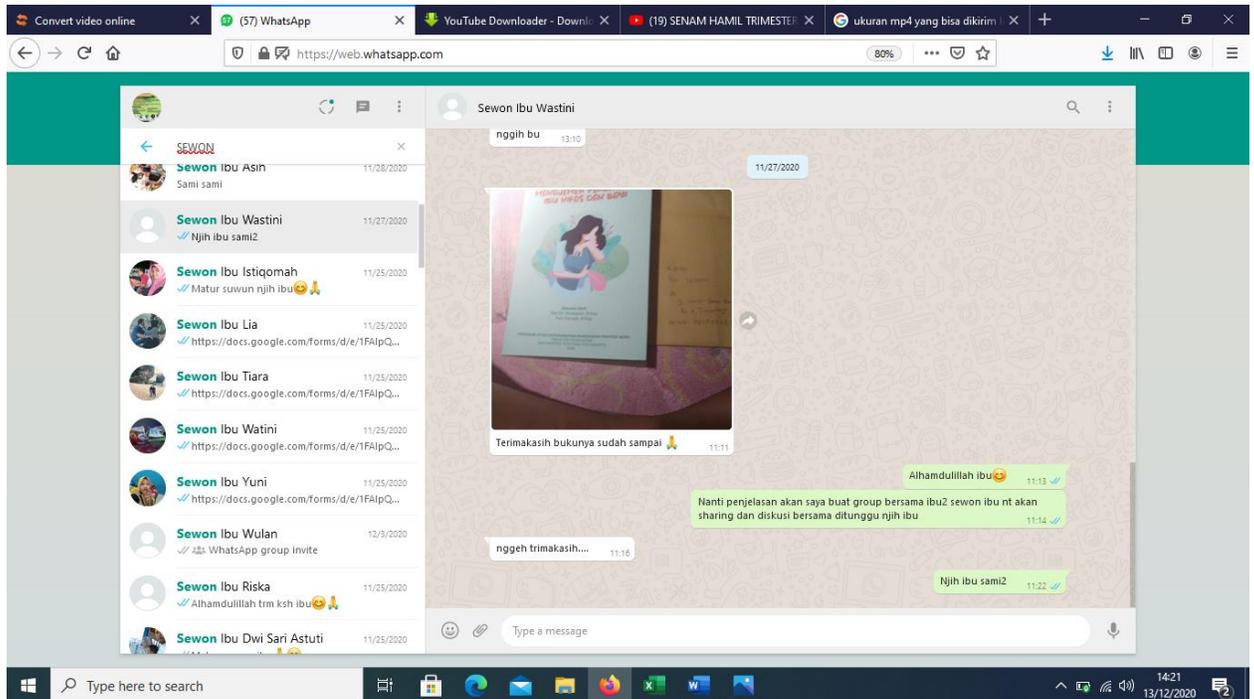
37

2. Offline dipuskesmas

Buku dibagikan sejumlah 30 buku kepada ibu-ibu periksa kehamilan di Puskesmas Sewon 1

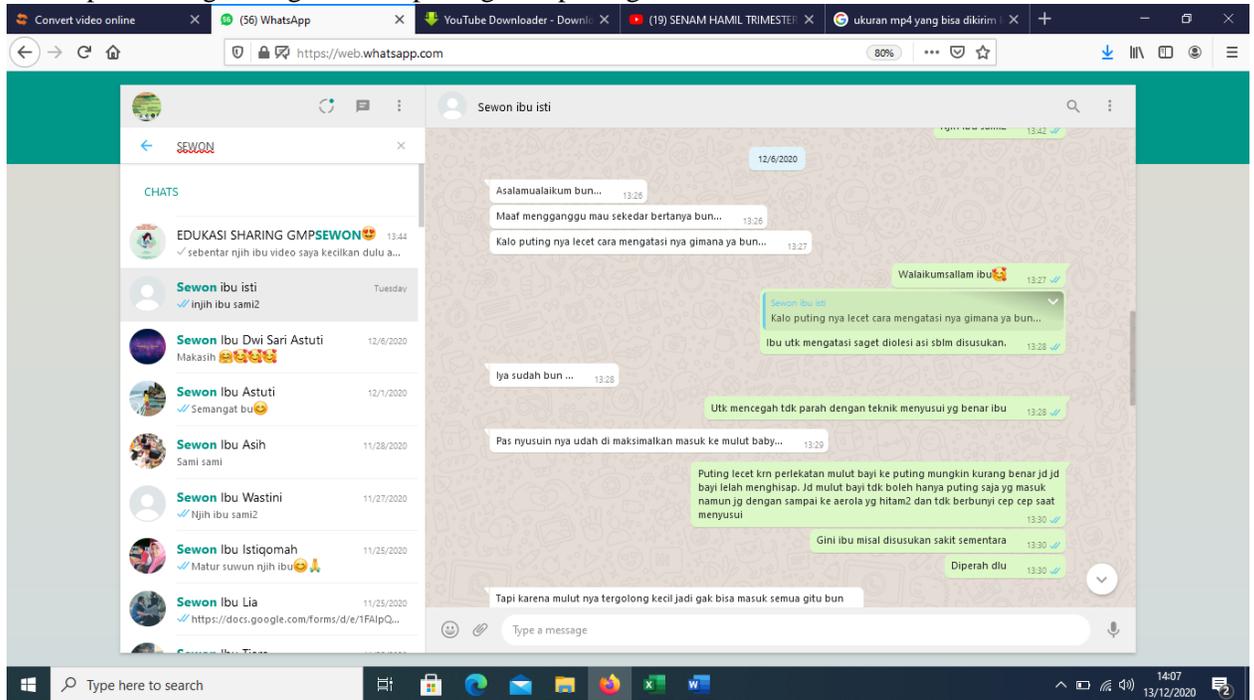


3. Melalui Kantor Pos



C. KONSULTASI MANDIRI

1. Topik tentang "mengatasi dan pencegahan puting lecet"



Convert video online x (56) WhatsApp x YouTube Downloader - Downl... x (19) SENAM HAMIL TRIMESTER x ukuran mp4 yang bisa dikirim x +

https://web.whatsapp.com 80%

Sewon ibu isti

Tapi karena mulut nya tergelong kecil jadi gak bisa masuk semua gitu bun 13:30

Sewon Ibu Isti
Tapi karena mulut nya tergelong kecil jadi gak bisa masuk semua gitu bun
Ini mungkin dpt berpengaruh cobn nanti saget saga kirimkan video teknik menyusul yg benar njih ibu 13:31

Iya bun ini juga sambil di perah juga... 13:31

Iya semwntara diperah. Misal mau yg alami mengatasi puting lecet selain Asi 13:31

You
Ini mungkin dpt berpengaruh cobn nanti saget saga kirimkan video teknik menyusul yg benar njih ibu
Oh iya bun... Makasih ya bun atas info nya... 13:31

🙏🙏🙏 13:31

Bisa diolesi madu 13:31
Namun saat diolesi madu jgn disusukan dlu 13:32
Jika mau disusukan dibersihkan dlu dengan baby oil ibu 13:32
Bisa puting rutin diolesi baby oil dan dibersihkan air hangat agar tdk kering 13:32

Sewon Ibu Isti

CHATS

EDUKASI SHARING GMPSEWON 13:44
✓ sebentar njih ibu video saya kecilkan dulu a...

Sewon ibu isti Tuesday
✓ injih ibu sami2

Sewon Ibu Dwi Sari Astuti 12/6/2020
Makasih 🙏🙏🙏

Sewon Ibu Astuti 12/1/2020
✓ Semangat bu 🙏

Sewon Ibu Asih 11/28/2020
Sami sami

Sewon Ibu Wastini 11/27/2020
✓ Njih ibu sami2

Sewon Ibu Istiqomah 11/25/2020
✓ Matur suwun njih ibu 🙏

Sewon Ibu Lia 11/25/2020
✓ https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQ...

Type here to search

Convert video online x (56) WhatsApp x YouTube Downloader - Downl... x (19) SENAM HAMIL TRIMESTER x ukuran mp4 yang bisa dikirim x +

https://web.whatsapp.com 80%

Sewon ibu isti

Oh iya bun... Makasih ya bun atas info nya...
Injih ibu nt hrs dr keluar njih ibu, insyaa Allah ditunggu njih ibu, 13:33
Tetap semangat njih ibu 🙏🙏🙏 13:33

Kalo habis di olesi baby oil... Mau di susu kan di cucu air hangat dulu ato bisa langsung bun...??? 13:34

Iya ibu tp tdk menggunakan sabun biar tdk kering 13:50

Iya bun terima kasih... 15:05
🙏🙏🙏 15:05

You deleted this message 15:47
Sami2 ibu 🙏 15:47

TUESDAY

Assalamuallaikum ibu nanti videonya saya kirim di group njih ibu 09:19

Nggih bun... 09:31
Makasih bun... 09:31

Injih ibu sami2 09:48

CHATS

EDUKASI SHARING GMPSEWON 13:44
✓ sebentar njih ibu video saya kecilkan dulu a...

Sewon ibu isti Tuesday
✓ injih ibu sami2

Sewon Ibu Dwi Sari Astuti 12/6/2020
Makasih 🙏🙏🙏

Sewon Ibu Astuti 12/1/2020
✓ Semangat bu 🙏

Sewon Ibu Asih 11/28/2020
Sami sami

Sewon Ibu Wastini 11/27/2020
✓ Njih ibu sami2

Sewon Ibu Istiqomah 11/25/2020
✓ Matur suwun njih ibu 🙏

Sewon Ibu Lia 11/25/2020
✓ https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQ...

2. Topik “keputihan pada kehamilan”

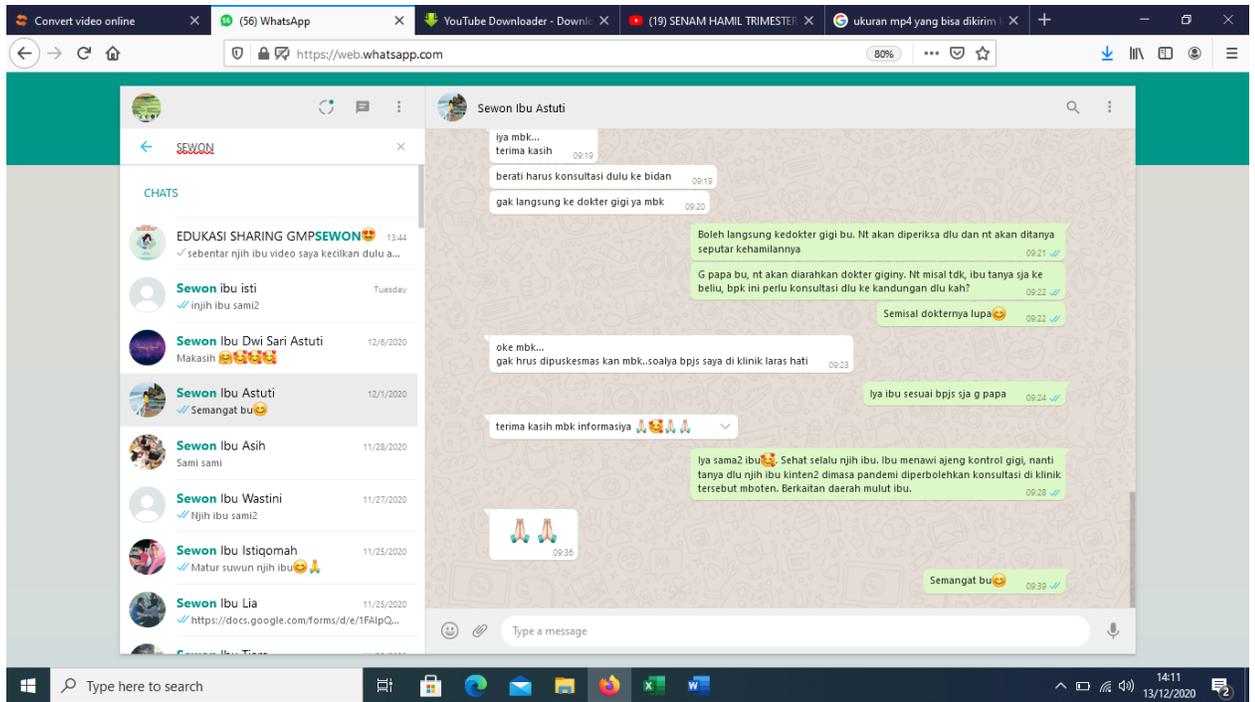
The screenshot shows a WhatsApp chat interface on a desktop browser. The contact is 'Sewon Ibu Astuti'. The chat history on the left lists several messages from 'SEWON' and 'Sewon Ibu Astuti'. The main chat area shows a conversation dated 11/12/2020. The messages are as follows:

- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): You - Status Sikap keras, atosku, dosoku. Maaf
- White bubble (SEWON): maaf kak ganggu mlm
- White bubble (SEWON): mau tanya nich kak.. beberapa hari ini kok saya keputihan lumayan banyak..dan gatal..
- White bubble (SEWON): apakah punya solusi kak...
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Iya bu
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Tdk apa2
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Kalau saat hamil hormonal hamil naik ibu jd daerah vagina memang lemb...
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Solusinya haru sering ganti celana dalam kalau sdh keras lembab basah
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Sebelum dan setelah hrs buang air kecil dan besar jgn lupa cuci tangan dlu.
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Kemudian mmebasuhnya dr depan kebelakang arah anus.
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Nah setelah itu wjb dikeringkan dengan handuk atau tisu
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Jika selama 3 hri sdh melakukan itu
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Ternyata msh gatal
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Bisa dibasuh dengan air suruh

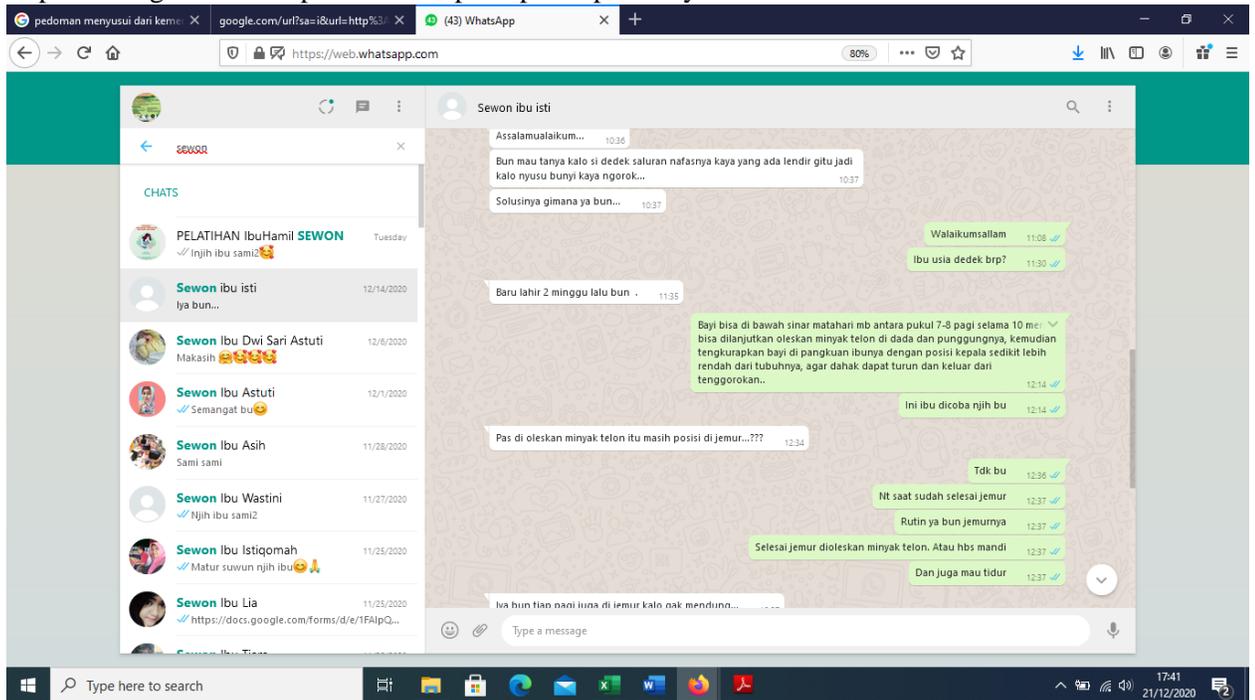
3. Topik “Caries gigi saat kehamilan”

The screenshot shows a WhatsApp chat interface on a desktop browser. The contact is 'Sewon Ibu Astuti'. The chat history on the left lists several messages from 'SEWON' and 'Sewon Ibu Astuti'. The main chat area shows a conversation dated 12/1/2020. The messages are as follows:

- White bubble (SEWON): siang mbk... mau tanya kalo obat sakit gigi yg aman but ibu hamil ada nggak ya
- White bubble (SEWON): misa cabut gigi atau tambal gigi apakah aman buat bumil
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Ibu utk selama hamil. Jika ada gigi berlobang memang hrsu dibersihkan. itu jalan kuman. Namun utk pengobatan dan lainnya hrsu konsultasi dengan dokter gigi ibu. Terutama cabut gigi. Krn saat ini sedang hamil. Nt dr dokternya akan konsultasi dlu dengan dokter kandungannya. Nah ibu saget konsultasi dokter gigi dipuskesmas boleh. Nt beliau sdh paham ibu.
- White bubble (SEWON): iya mbk... terima kasih
- White bubble (SEWON): berarti harus konsultasi dulu ke bidan
- White bubble (SEWON): gak langsung ke dokter gigi ya mbk
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Boleh langsung kedokter gigi bu. Nt akan diperiksa dlu dan nt akan ditanya seputar kehamilannya
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): G papa bu, nt akan diarahkan dokter giginy. Nt misal tdk, ibu tanya sja ke beliau, bpk ini perlu konsultasi dlu ke kandungan dlu kah?
- Green bubble (Sewon Ibu Astuti): Semisal dokternya lupa
- White bubble (SEWON): oke mbk... gak hrsu dipuskesmas kan mbk..soalnya bpjs saya di klinik laras hati

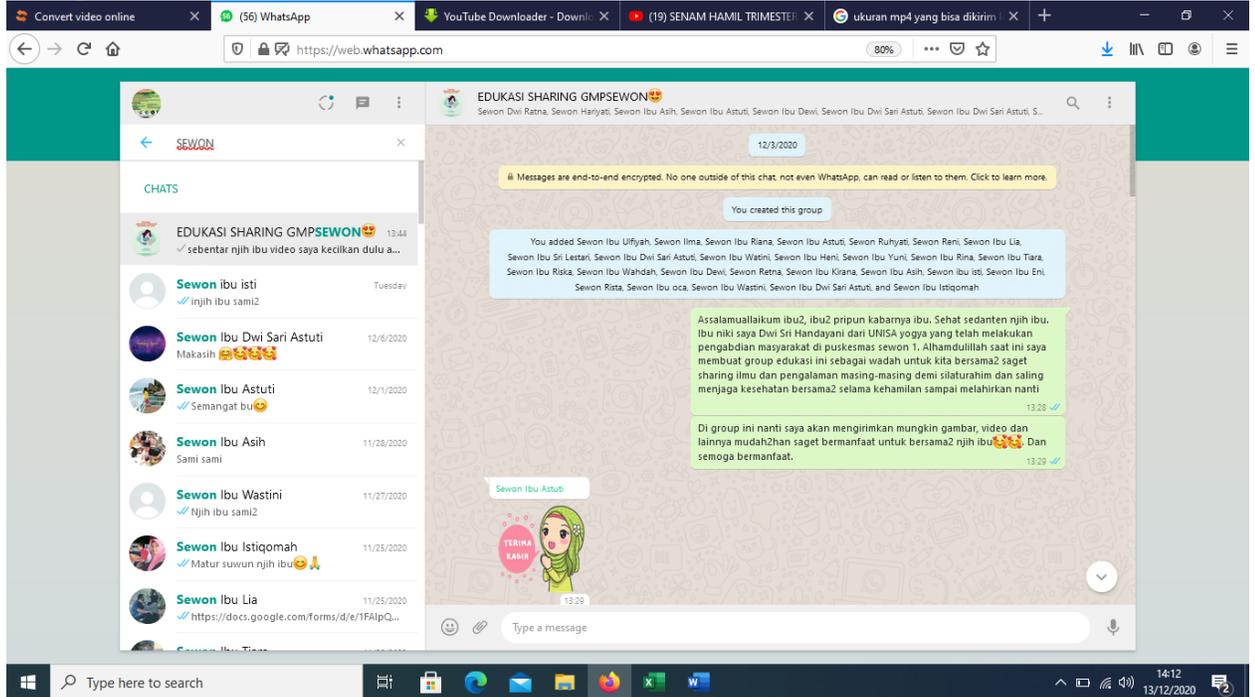


4. Topik “Mengatasi lendir pada saluran pernapasan pada bayi”

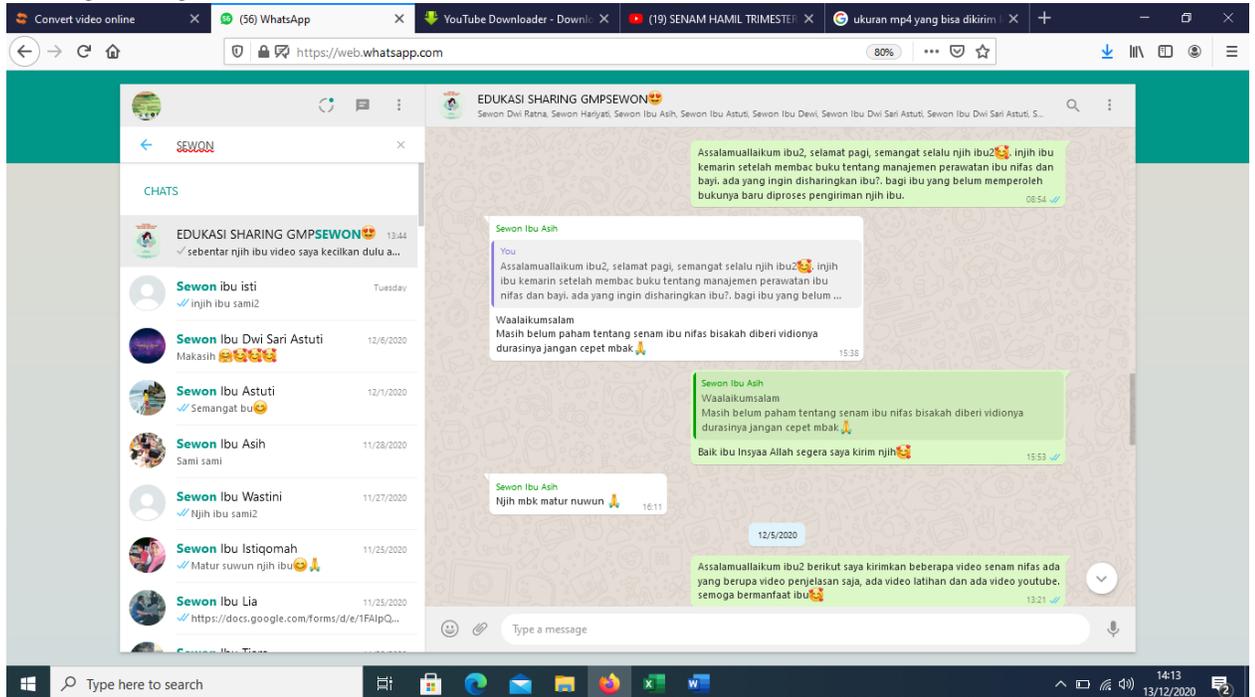


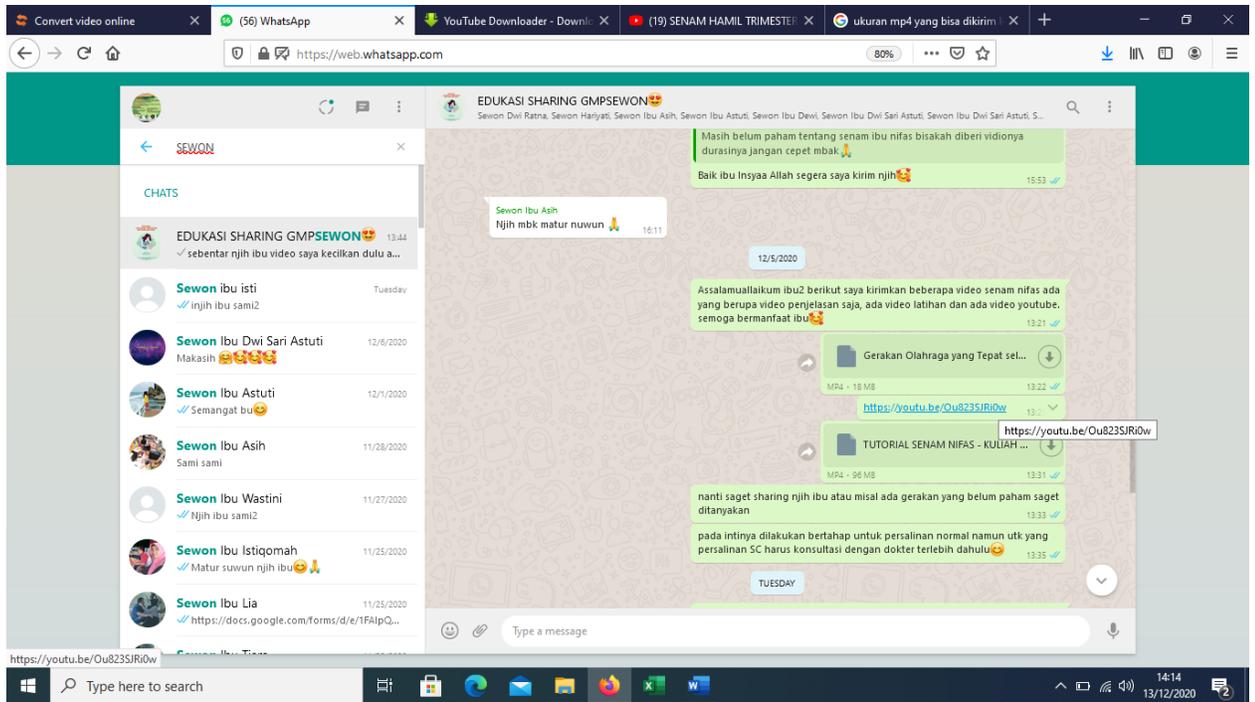
D. EDUKASI BERKELOMPOK

1. Persiapan edukasi

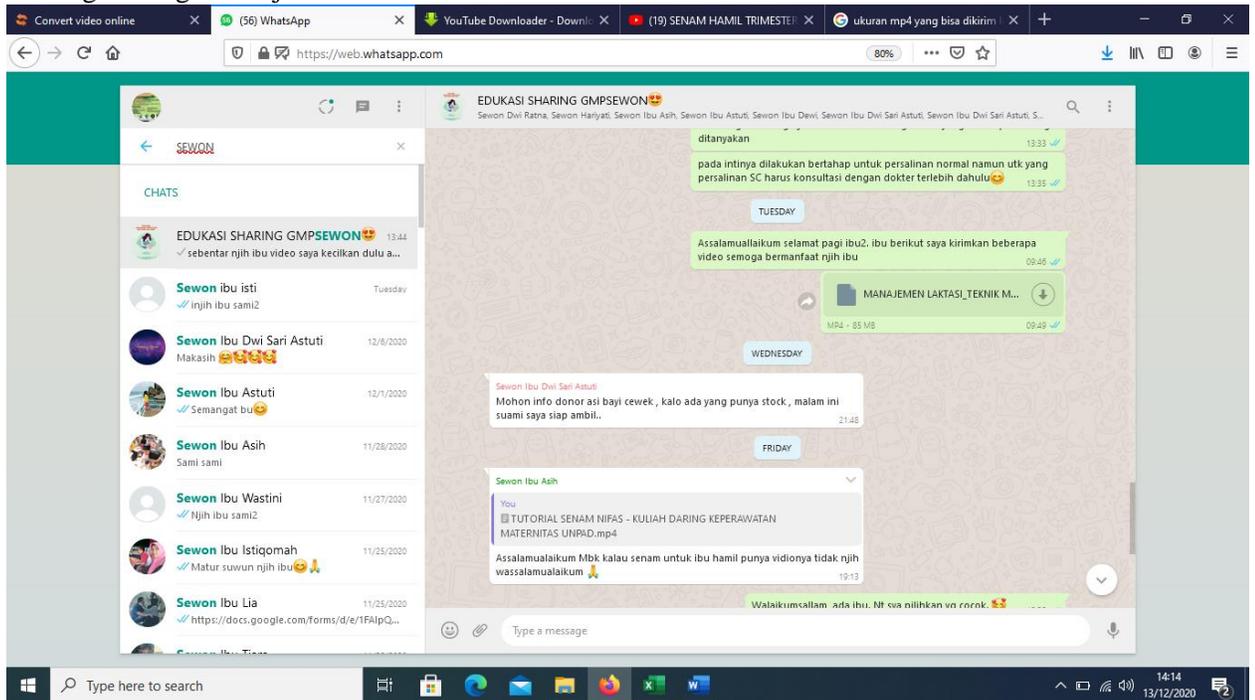


2. Sharing tentang "Senam nifas"

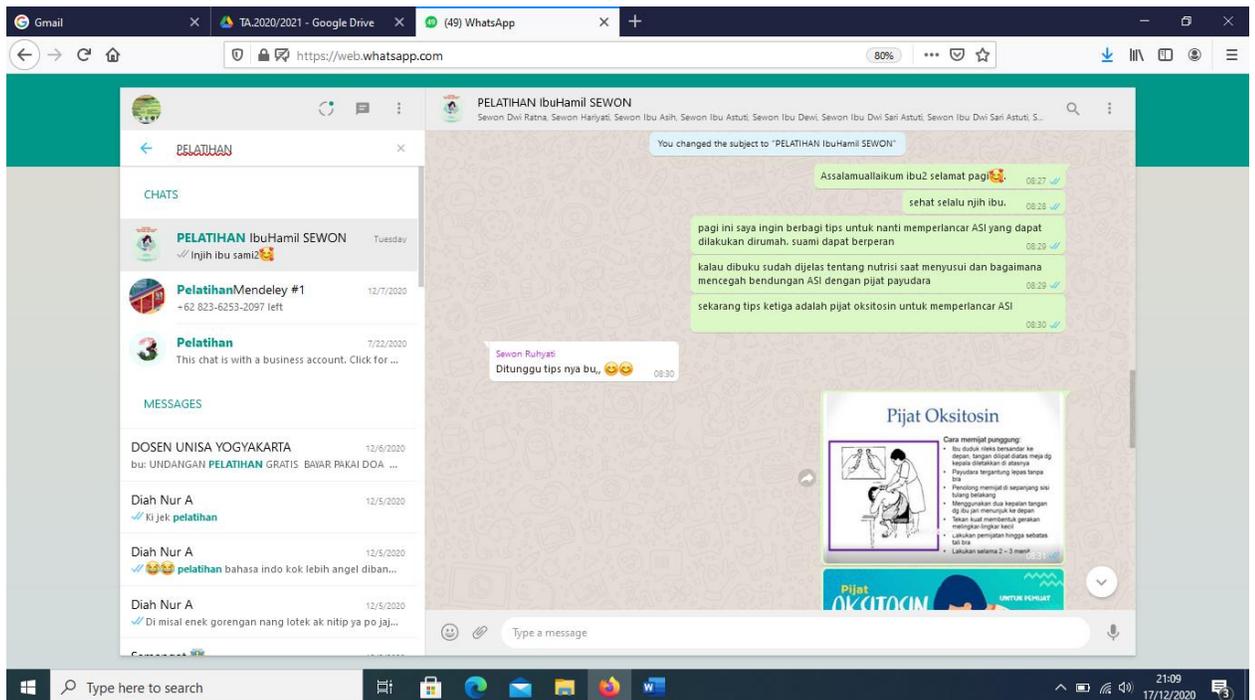
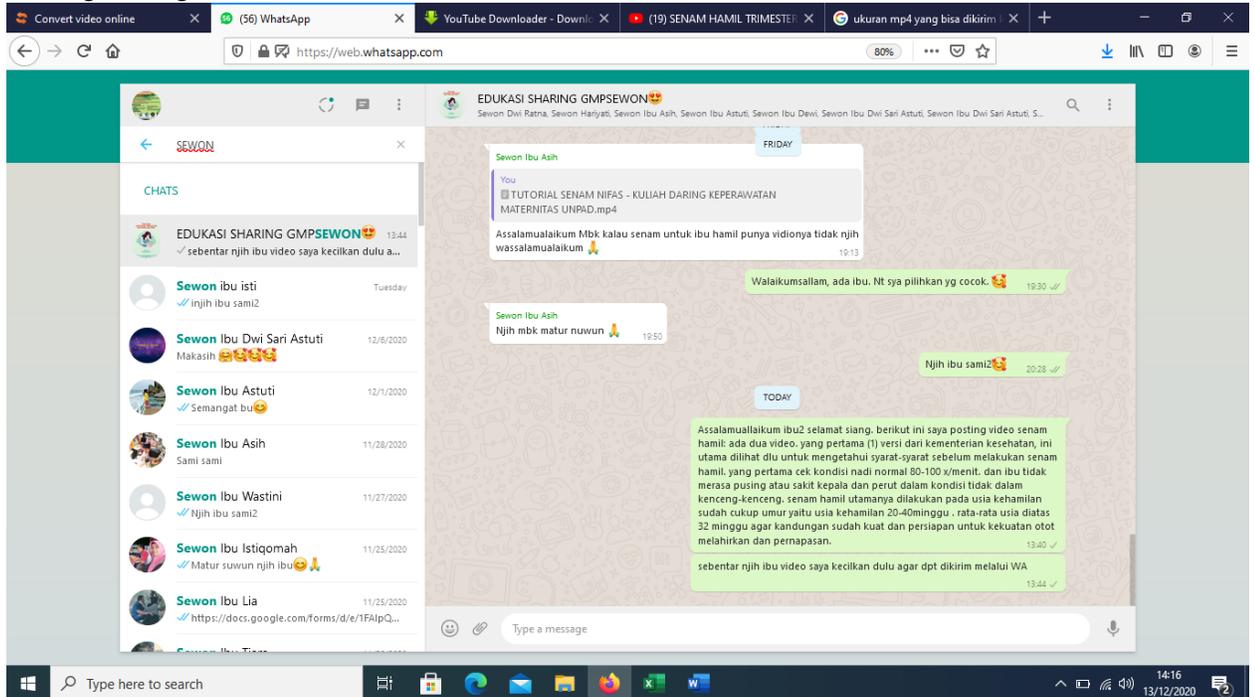




3. Sharing tentang “manajemen Laktasi”



4. Sharing tentang “senam hamil”



5. Sharing tentang “Pijat Oksitosis”

The screenshot shows a WhatsApp chat interface on a desktop browser. The chat is titled "PELATIHAN IbuHamil SEWON". On the right side of the chat, two educational posters are displayed. The top poster is titled "Pijat Oksitosis" and lists several steps: 1. Cara menjilat punggung: Ibu duduk di atas berondong ke depan, tangan di atas kepala, kepala di belakang di atasnya. 2. Punggung bergelombang ke arah ke belakang. 3. Punggung menjilat di sepanjang sisi tulang belakang. 4. Menggunakan dua kepalan tangan di bagian belakang ke depan. 5. Tekan kuat membusuk gerakan menggerakkan kepalan. 6. Lakukan pemijatan hingga sebatas ketiak. 7. Lakukan selama 2 - 3 menit. The bottom poster is titled "Pijat OKSITOSIN UNTUK PEMASUK" and lists steps: 1. Duduk dengan nyaman. 2. Pijat dengan gerakan memutar. 3. Pijat sebatas di atas tangan. 4. Lakukan dari atas hingga bawah tulang belakang. It also includes a note: "Duras 2-3 MENIT" and "dapat dilakukan oleh suami".

The screenshot shows a WhatsApp chat interface on a desktop browser. The chat is titled "PELATIHAN IbuHamil SEWON". The main content is a text message in a green bubble: "diatas gamit tuesday t oksitosis, oksitosis itu adalah hormon yang ada didalam darah berfungsi untuk membantu memperlancar ASI, hormon ini akan keluar dengan cara dipijat dibagian sekitar tulang punggung seperti di gambar tersebut ibu2 saat dipijat ib akan merasakan rileks, nyaman, dan mengurangi stress sehingga membantu memperlancar ASI. disamping itu dengan dipijat suami dapat memunculkan kasing sayang sehingga dapat mendorong keluarnya hormon serotonin, yaitu hormon cinta hormon bahagia membuat ibu semakin nyaman". Below the text are two more green bubbles: "seperti di video youtube ini ya ibu" and "itu diatas gambar cara pijat oksitosis, oksitosis itu adalah hormon yang ada didalam darah berfungsi untuk membantu memperlancar ASI, hormon ini akan keluar dengan cara dipijat dibagian sekitar tulang punggung seperti... pijatnya menggunakan baby oil ya ibu." Below these is a video file titled "MANAJEMEN LAKTASI_MERANGS..." with a size of 87 MB. Further down, there are more green bubbles: "ibu menoko video yang saya buat rangkain untuk memperlancar produksi ASI, maaf nih ibu didalam video seharusnya posisi ibu saat dilakukan pijat oksitosis dalam kondisi BH dan baju dilepas jadi dapat dilakukan didalam ruangan tertutup." and "dan didalam video menggunakan phantom payudara". The final green bubble says: "ini juga saya bgikan link youtube pijat oksitosis versi dari rumah sakit: link youtube: <https://youtu.be/bC-8SHmsGE> nanti dapat dicoba nih ibu2 dirumah sembari melihat buku yang kemarin saya bagikan."