

LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
“SKEMA PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT”



**EDUKASI PENDIDIKAN KESEHATAN DETEKSI DINI DAN
PENANGANAN AWAL TANDA BAHAYA KEHAMILAN
DALAM UPAYA MENURUNKAN ANGKA KEMATIAN
IBU DI KELURAHAN SENTOSA KECAMATAN
SEBERANGULU II PALEMBANG TAHUN 2019**

Tahun ke 1 dari Rencana 1 Tahun

TIM PELAKSANA :

KETUA

ELVINA INDAH SYAFRIANI, SST., M.KEB NIDN.0218118701

ANGGOTA

MARDELIA ASTRANI, M.Tr.KEB NIDN.208039002

**PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN
STIK SITI KHADIJAH PALEMBANG
DESEMBER 2019**

HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul Penelitian : Edukasi Pendidikan Kesehatan tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dalam upaya menurunkan angka kematian ibu di kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang tahun 2019

Ketua Pelaksana

Nama : Elvina Indah Syafriani, SST., M. Keb

NIDN : 0218118701

Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

Program Studi : D III Kebidanan

No Telp : 081368171436

Email : Elvinaindah87@gmail.com

Anggota Pelaksana

Nama Lengkap : Mardelia Astriani S.Tr.Keb, M.Tr.Keb

NIDN : 208039002

Perguruan Tinggi : STIK Siti Khadijah Palembang

Tahun Pelaksanaan : Tahun ke 1 dari rencana 1 tahun

Biaya Tahun Berjalan : Rp. 2.500.000,-

Sumber Keseluruhan : Rp. 2.500.000,-

Palembang, Desember 2019

Ketua STIK

Ketua Pelaksana

Dr.dr. H Ibrahim Edy Sapada, M.Kes
NIK. 026831

Elvina Indah Syafriani, SST., M.Keb
NIDN. 0218118701

Mengetahui/ Menyetujui,
Ketua Lembaga Pengabdian

Dewi Rury Arindari, S.Kep., Ners., M.Ns
NIK. 118756

RINGKASAN

Kehamilan merupakan proses yang normal dan alamiah pada seorang wanita dimana dalam masa kehamilan terjadi perubahan fisik, psikologis dan sosial. Setiap kehamilan membawa resiko bagi ibu. WHO memperkirakan sekitar 15% dari seluruh wanita hamil akan berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta mengancam jiwanya (Hani, 2010). Antenatal care sebagai salah satu upaya pencegahan awal dari faktor resiko kehamilan. Pelayanan antenatal adalah pelayanan kesehatan oleh tenaga kesehatan untuk ibu selama masa kehamilannya, dilaksanakan sesuai dengan standar pelayanan antenatal yang ditetapkan dalam standar pelayanan kebidanan.

PRAKATA

Puji dan syukur ke hadirat Allah SWT atas izin dan rahmat-Nya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini yang Edukasi Pendidikan Kesehatan tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dalam upaya menurunkan angka kematian ibu di Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang tahun 2019 dapat terlaksana dengan baik, lancar dan tanpa kendala apapun. Kegiatan ini tidak akan dapat berjalan dengan lancar tanpa adanya dukungan dan bantuan dari pihak terkait, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Dr. dr Ibrahim Edy Sapada, M.Kes selaku Ketua STIK Siti Khadijah Palembang
2. Dewi Rury Arindari, S.Kep., Ners., M.Ns selaku Ka. Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat
3. Meta Rosdiana, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi D III Kebidanan
4. Warga masyarakat di Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang
5. Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu

Demikian semoga kegiatan pengabdian yang kami lakukan ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin...

Palembang, Juli 2019

Ketua Pelaksana,

Elvina Indah Syafriani, SST., M.Keb

DAFTAR ISI

Laporan pengabdian kepada masyarakat dibuat sebanyak 2 eksamplar untuk PPKM STIK Siti Khadijah Palembang dengan format sebagai berikut :

Halaman Sampul

Halaman Pengesahan

Ringkasan

Prakata

Daftar Isi

Daftar Tabel

Daftar Gambar

Daftar Lampiran

BAB I PENDAHULUAN

BAB II TARGET DAN LUARAN

BAB III METODE KEGIATAN

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran terdiri dari : (1) Surat tugas dosen; (2) Surat tugas mahasiswa; (3) Kontrak pengabdian; (4) Satuan Acara Penyuluhan (SAP beserta Materi); (5) Dokumentasi (foto,leaflet, daftar hadir peserta kegiatan); (6). Anggaran biaya

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat tugas dosen
2. Surat tugas mahasiswa
3. Kontrak pengabdian
4. Satuan Acara Penyuluhan (SAP beserta materi)
5. Dokumentasi
 - Foto
 - Leaflet
 - Daftar hadir peserta kegiatan
6. Anggaran biaya

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa pada tahun 2015 sekitar 830/harinya wanita meninggal di seluruh dunia akibat komplikasi kehamilan dan persalinan, sedangkan secara keseluruhan Angka Kematian Ibu (AKI) sebanyak 303.000/100.000 kelahiran hidup. Hampir semua kematian ibu terjadi di negara berkembang yaitu lebih dari setengah kematian terjadi di Afrika Sub-Sahara dan hampir di sepertiga terjadi di Asia Selatan. Ini masih dalam kategori tinggi karena belum mencapai target Sustainable Development Goals (SDG's) yaitu <70 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2018).

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang berada di kawasan Asia Tenggara dengan angka kematian ibu yang masih tinggi. Berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 di dapatkan 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup, ini menjadi tantangan bagi pemerintah untuk mencapai sasaran Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2015-2019 yang sebesar 102 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2017; Badan Pusat Statistik, 2016).

Kehamilan merupakan proses yang normal dan alamiah pada seorang wanita dimana dalam masa kehamilan terjadi perubahan fisik, psikologis dan sosial. Setiap kehamilan membawa resiko bagi ibu. WHO memperkirakan sekitar 15% dari seluruh wanita hamil akan berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta mengancam jiwanya (Hani, 2010).

Antenatal care sebagai salah satu upaya pencegahan awal dari faktor resiko kehamilan. Pelayanan antenatal adalah pelayanan kesehatan oleh tenaga kesehatan untuk ibu selama masa kehamilannya, dilaksanakan sesuai dengan standar pelayanan antenatal yang ditetapkan dalam standar pelayanan kebidanan. Pelayanan antenatal sesuai standar meliputi anamnesis pemeriksaan fisik (umum dan kebidanan), pemeriksaan laboratorium atas indikasi, serta intervensi dasar dan khusus Menurut (Depkes RI, 2015). Menurut WHO, antenatal care merupakan cara untuk mendeteksi dini terjadinya resiko tinggi terhadap kehamilan dan persalinan dan dapat menurunkan angka kematian ibu serta memantau keadaan janin (Hardiani, 2012).

Menurut Hailu (dalam Isdiaty, 2013), penyebab kematian maternal antara lain perdarahan (25%), infeksi (15%), aborsi yang tidak aman (13%), eclampsia (12%), persalinan yang buruk (8%), penyebab obstetrik langsung lainnya (8%) dan penyebab tidak langsung (20%), beberapa penyebab kematian maternal tersebut disebabkan adanya komplikasi yang dapat muncul melalui tanda bahaya kehamilan. Morbiditas dan mortalitas ibu hamil dapat dicegah apabila ibu hamil dan keluarganya mampu mengenali tanda bahaya kehamilan dan mencoba untuk mencari pertolongan kesehatan. Menurut Sulistiawati (Lestari, 2014) Tanda bahaya kehamilan antara lain sakit kepala yang hebat, penglihatan yang kabur, bengkak diwajah dan jari-jari tangan, perdarahan pervaginam, gerakan janin yang tidak terasa dan nyeri perut yang hebat dan lain sebagainya.

Untuk mencegah risiko yang lebih berbahaya bagi ibu hamil dan janinya, maka pengetahuan ibu tentang tanda-tanda bahaya kehamilan perlu ditingkatkan. Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan itu terjadi melalui panca indera manusia yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar penginderaan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan dan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*over behavior*) (Notoatmodjo, 2012).

Untuk itu kami mengajukan usulan pengabdian masyarakat dengan judul Edukasi Pendidikan Kesehatan tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dalam upaya menurunkan angka kematian ibu di Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang tahun 2019 .

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan di atas maka rumusan masalah pada kasus ini adalah edukasi pendidikan kesehatan tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dalam upaya menurunkan angka kematian ibu di Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang

1.3 Tujuan Kegiatan

Untuk Meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dalam upaya menurunkan angka kematian ibu.

BAB II

TARGET DAN LUARAN

2.1 Target Luaran

Target dalam kegiatan penyuluhan Masyarakat tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dalam upaya menurunkan angka kematian ibu di kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang tahun 2019 serta mampu mengetahui kondisi Kesehatan ibu dan bayi.

2.2 Luaran

Dari penyuluhan mengenal kegiatan edukasi tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dapat dihasilkan luaran berupa :

1. Laporan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
2. Satu artikel pada media elektronik website

BAB III

METODE PELAKSANAAN

3.1 Khalayak Sasaran

Sasaran kegiatan diarahkan kepada masyarakat di Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang

3.2 Metode Kegiatan

Metode kegiatan ini berbentuk penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah.

3.3 Jadwal Pelaksanaan

Tanggal : Selasa, 15 November 2019

Waktu : Pukul 09.00 s.d Selesai

Tempat : Balai Pertemuan Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) tentang Edukasi Pendidikan Kesehatan tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dalam upaya menurunkan angka kematian ibu di Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang berjalan dengan lancar. Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan dasar deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan. Pemateri mengajukan beberapa pertanyaan mengenai pengertian deteksi dini dan awal tanda bahaya kehamilan. Setelah menggali pengetahuan dasar kemudian pemateri mulai memaparkan materi pendidikan kesehatan mengenai deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung tampak peserta antusias dan memperhatikan isi materi penyuluhan.

Kegiatan pemberian materi berlangsung selama kurang lebih 60 menit dan di akhir sesi pemateri memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Didapatkan 3 pertanyaan dari peserta penyuluhan terkait materi isi materi. Setelah menjawab pertanyaan dari peserta, pemateri melakukan evaluasi terkait pemberian materi yang telah di sampaikan dengan cara memberikan pertanyaan kesempatan kepada peserta untuk menjawab pertanyaan tersebut. Peserta yang mampu menjawab pertanyaan mendapatkan *door prize* sebagai tanda apresiasi dan setelah itu kegiatan penyuluhan ditutup dengan kegiatan foto bersama antara pemateri dengan peserta seminar.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan yang dilakukan diharapkan dapat membuat masyarakat lebih memahami tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan. Kegiatan yang diberikan merupakan kegiatan penyuluhan di masyarakat di Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang. Selain itu juga dibuka forum diskusi tanya jawab tanpa batas pertanyaan, Hal ini menyebabkan masyarakat menjadi lebih antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut. Mengingat besarnya manfaat yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini, maka kegiatan pembinaan menyeluruh juga perlu dilaksanakan setiap bulannya agar dapat terus melakukan kontrol dan monitoring terhadap kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan sebelumnya. Tim PPM juga berharap para dosen STIK Siti Khadijah tetap menjaga dan meningkatkan komitmen dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pengabdian pada masyarakat dengan melihat aspek-aspek kecil yang akan berdampak besar di masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- Hardianty, Ellyzha, dkk. (2012). Pendidikan Kesehatan Tentang Deteksi Risiko Tinggi Kehamilan Terhadap Pengetahuan Suami Dalam Pendampingan Ibu Hamil di Desa Candi Mulyo, Jombang.
- Kusmiyati. (2011). Pencegahan Kehamilan Resiko Tinggi. Bandung: CV Candra. Manuaba.
(2010). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: EGC.
- Marmi, dkk. (2016). Asuhan Kebidanan Patologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar



**YAYASAN ISLAM SITI KHADIJAH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
SITI KHADIJAH PALEMBANG**

TERAKREDITASI BAN-PT

Jln. Demang Lebar Daun Pakjo Palembang Telp. 0711 - 314562
Website : www.stik-sitikhadijah.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT TUGAS PENGABDIAN DOSEN

Nomor : 948/STIK-SK/PPkM/II/II/2.1/V/2019

Ketua Pusat Pengabdian kepada Masyarakat (PPkM) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Siti Khadijah Palembang dengan ini menugaskan:

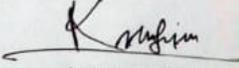
NO	NAMA	NIDN	POSISI	UNIT KERJA
1.	Tiara Pratiwi, M.Keb	0205099101	Ketua	Dosen Tetap Prodi D-III Kebidanan
2.	Elvina indah Syafriani, SST., M.Keb	0218118701	Anggota	Dosen Tetap Prodi D-III Kebidanan

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian dosen dalam rangka Tri Darma Perguruan Tinggi dosen STIK Siti Khadijah Palembang, dengan judul :

"Penyuluhan Inisiasi Menyusui Dini dan ASI Eksklusif di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019"

Demikianlah surat tugas ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tiba tgl
Pulang tgl
(.....)


KARDIMAN
(.....)

Dibuat : Palembang
Pada Tanggal : Mei 2019
Ka. PPkM


Dewi Rury Arindari, S.Kep., Ners., MNS
NIK. 118756



**YAYASAN ISLAM SITI KHADIJAH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
SITI KHADIJAH PALEMBANG**

TERAKREDITASI BAN-PT

Jln. Demang Lebar Daun Pakjo Palembang Telp. 0711 - 314562
Website : www.stik-sitikhadijah.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT TUGAS MAHASISWA

Nomor : 215A/STIK-SK/PPkM/II/II/2.2/V/2019

Ketua Pusat Pengabdian kepada Masyarakat (PPkM) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Siti Khadijah Palembang dengan ini menugaskan:

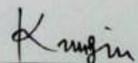
No	NAMA	NIM	POSISI	URAIAN TUGAS
1.	MELANDA	31709029	Moderator	a. Membuka acara kegiatan, memperkenalkan diri dan tim kepada peserta. b. Mengatur proses dan lama kegiatan. c. Memotivasi peserta untuk bertanya. d. Memimpin jalannya diskusi dan evaluasi. e. Menutup acara kegiatan
2.	MIRGA ARYANTI	31709030	Fasilitator	a. Ikut bergabung dan duduk bersama di antara peserta. b. Mengevaluasi peserta tentang kejelasan materi penyuluhan. c. Memotivasi peserta untuk bertanya materi yang belum jelas. d. Menginterupsi penyuluh tentang istilah/hal-hal yang dirasa kurang jelas bagi peserta. e. Membagikan leaflet dan lembar evaluasi kepada peserta.
3	NIRMALA SARI	31709031	Observer	a. Mencatat nama, alamat dan jumlah peserta, serta menempatkan diri sehingga memungkinkan dapat mengamati jalannya proses penyuluhan. b. Mencatat pertanyaan yang diajukan peserta. c. Mengamati perilaku verbal dan non verbal peserta selama proses penyuluhan. d. Mengevaluasi hasil penyuluhan dengan rencana penyuluhan. e. Menyampaikan evaluasi langsung kepada penyuluh yang dirasa tidak sesuai dengan rencana penyuluhan.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh mahasiswa STIK Siti Khadijah Palembang, dengan judul:

"Penyuluhan Inisiasi Menyusui Dini dan ASI Eksklusif di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019"

Demikianlah surat tugas ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tiba tgl
Pulang tgl
(.....)


KARDIMAN
(.....)

Dibuat Palembang
Pada Tanggal : Mei 2019
Ka. PPkM


Dewi Rury Arindani
NIK. 118756

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Pembahasan	: Deteksi dini dan tanda awal bahaya kehamilan
Sub pokok pembahasan	: Edukasi Pendidikan Kesehatan tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan
Sasaran	: Seluruh Ibu hamil Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II
Hari/ Tanggal	: Selasa, 15 November 2019
Tempat	: Balai Pertemuan Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II
Jam / Waktu	: 09:00- 10:00 WIB

1) Tujuan

A. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan selama 60 Menit tentang Edukasi Pendidikan Kesehatan tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan dalam upaya menurunkan angka kematian ibu di Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II Palembang tahun 2019 bertujuan agar ibu mengetahui tentang pemahaman ibu deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan.

B. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan selama 60 Menit diharapkan Seluruh Ibu hamil Kelurahan Sentosa Kecamatan Seberang Ulu II di mampu:

1. Mengetahui definisi kehamilan
2. Mengetahui pengertian tanda bahaya kehamilan
3. Memahami macam-macam tanda bahaya kehamilan

2) Isi Materi (Uraian materi penyuluhan terlampir/ dilampirkan)

Materi penyuluhan yang akan di sampaikan meliputi:

- A. Definisi Kehamilan
- B. Pengertian Tanda Bahaya Kehamilan
- C. Macam-Macam Tanda Bahaya Kehamilan

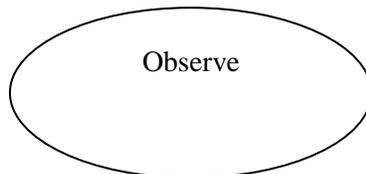
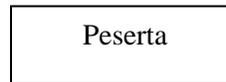
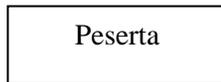
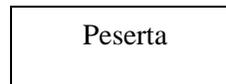
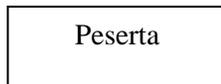
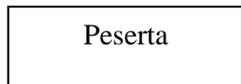
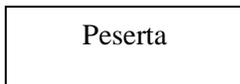
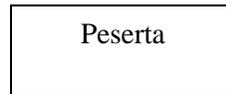
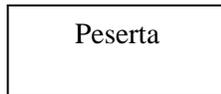
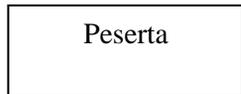
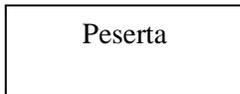
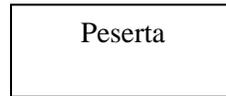
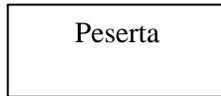
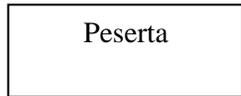
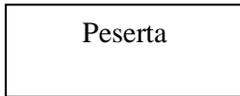
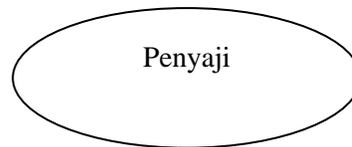
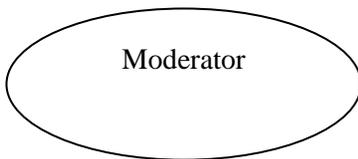
3) Metode Penyuluhan

1. Ceramah
2. Tanya Jawab

4) Media

1. Laptop
2. LCD
3. Leaflet

5) Setting Tempat



6) Kegiatan Penyuluhan

No	Waktu	Kegiatan penyuluhan	Kegiatan peserta
1.	Pembukaan (10 Menit)	<ol style="list-style-type: none">1. Memberi salam dan memperkenalkan diri2. Menjelaskan tujuan dari penyuluhan.3. Menggali pengetahuan Peserta tentang Persiapan Persalinan4. Melakukan kontrak waktu.	<ol style="list-style-type: none">1. Menjawab salam dan mendengarkan2. Mendengarkan dan memperhatikan3. Menjawab Pertanyaan4. Menyetujui Kontrak waktu
2.	Kegiatan Inti (20 Menit)	Menjelaskan Tentang: <ol style="list-style-type: none">1. Mengetahui definisi kehamilan2. Mengetahui pengertian tanda bahaya kehamilan3. Memahami macam-macam tanda bahaya kehamilan	<ol style="list-style-type: none">1. Menyampaikan informasi yang telah diketahui2. Mendengarkan dan Memperhatikan.
3.	Tanya Jawab (15 Menit)	<ol style="list-style-type: none">1. Memberi kesempatan Peserta Untuk bertanya2. Menjawab pertanyaan dari peserta	<ol style="list-style-type: none">1. Peserta Aktif Bertanya2. Menjawab pertanyaan

4.	Penutup (15 Menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyimpulkan materi yang telah di berikan 2. Menyakan Kembali mengenai materi penyuluhan 3. Mengucapkan terima kasih dan salam penutup 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyebutkan sesuai materi yang diberikan. 2. Menjawab pertanyaan yang diberikan 3. Mendengarkan dan membalas salam
----	-----------------------	---	---

1) Evaluasi Lisan

Prosedur : Pemahaman materi

Bentuk : Essay

Jenis : Lisan

LAMPIRAN MATERI

Kehamilan

D. Definisi Kehamilan

Kehamilan merupakan proses yang normal dan alamiah. Periode kehamilan dihitung sejak hari pertama haid terakhir sampai dimulainya persalinan. Menurut Prawirohardjo (2005: 125) kehamilan adalah dimulainya konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi kedalam tiga triwulan yaitu triwulan pertama dimulai dari konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan.

E. Pengertian Tanda Bahaya Kehamilan

Setiap ibu hamil menginginkan bisa menjalani kehamilannya dengan lancar. Selain perlu mengetahui hal-hal yang biasanya menyertai jalannya proses kehamilan, ibu hamil perlu mengenali beberapa tanda bahaya pada kehamilan supaya bisa segera mencari pertolongan medis.

Tanda bahaya kehamilan menurut beberapa ahli:

a) Menurut Nirmala (2011: 149) tanda bahaya kehamilan adalah tanda yang mengindikasikan adanya bahaya yang bisa terjadi selama kehamilan atau periode antenatal, yang apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu.

b) Menurut Tiran (2007: 66) tanda bahaya kehamilan adalah suatu kehamilan yang memiliki suatu tanda bahaya atau risiko lebih besar dari biasanya (baik bagi ibu maupun janinnya), akan terjadinya suatu penyakit atau kematian sebelum maupun sesudah persalinan.

c) Menurut Kusmiyati (2008:149) tanda bahaya kehamilan yaitu tanda yang bisa menyebabkan komplikasi pada ibu dan janin. Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa tanda bahaya kehamilan adalah tanda atau gejala yang menunjukkan bahwa ibu dan janin yang dikandungnya memiliki suatu bahaya atau resiko.

C. Macam-Macam Tanda Bahaya Kehamilan

Macam tanda bahaya kehamilan menurut Tiran (2007: 85) terdiri dari:

a) Perdarahan Pervaginam Perdarahan vagina dalam kehamilan adalah normal. Pada masa awal sekali kehamilan, ibu mungkin akan mengalami perdarahan yang sedikit atau spotting di sekitar waktu pertama haidnya terlambat. Perdarahan ini adalah perdarahan implantasi dan normal. Pada waktu yang lain dalam kehamilan, perdarahan kecil mungkin pertanda dari friable cervix.

Perdarahan ini mungkin normal karena disebabkan adanya suatu infeksi. Pada awal kehamilan perdarahan yang tidak normal adalah yang merah, perdarahan yang banyak, atau perdarahan yang sangat menyakitkan. Perdarahan ini dapat berarti aborsi, kehamilan mola atau kehamilan ektopik (Yulifah, 2011: 110).

(1) Perdarahan pada kehamilan muda

Menurut Sulistyawati (2012: 149) perdarahan pervaginam pada kehamilan muda antara lain:

(a) Abortus imminens Abortus imminens disebut dengan keguguran membakat dan akan terjadi pada kehamilan muda. Dalam kasus ini keluarnya janin masih bisa diselamatkan dengan pengobatan medik yang khusus atau tirah baring secara total, tidak melakukan aktifitas fisik secara berlebihan (Prawirohardjo, 2005:149). Penanganan abortus imminens bisa dengan istirahat baring karena menyebabkan peningkatan aliran darah ke uterus, dan pemberian fenobarbitol 3x30 mg untuk menenangkan penderita.

(b) Abortus Insiapiens Abortus insipiens terjadi apabila ditemukan adanya perdarahan pada kehamilan muda dengan membukanya ostium uteri dan terabanya selaput ketuban. Penanganan abortus insipien pada prinsipnya dilakukan evakuasi atau pembersihan cavum uteri sesegara mungkin dilatasi dan kuretase (Nirmala, 2011).

(c) Abortus Habitualis Abortus tipe ini jika telah mengalami keguguran berturut-turut selama lebih dari 3 kali (Astuti Puji, 2010).

(d) Abortus Inkompletus Abortus ini terjadi jika perdarahan pervaginam disertai pengeluaran janin tanpa pengeluaran desidua atau plasenta. Jika perdarahan tidak seberapa banyak dan kehamilan kurang dari 16 minggu dapat dievakuasi dengan cunam ovum untuk mengeluarkan hasil konsepsi. Jika kehamilan lebih dari 16 minggu beri infus oksitosin 20 unit dalam 500 ml cairan IV dan evakuasi hasil konsepsi yang tertinggal. Gejala yang menyertai amenore, sakit perut karena kontraksi, perdarahan yang keluar banyak atau sedikit (Yulifah, 2010: 111).

(e) Abortus Kompletus Abortus ini ditandai dengan pengeluaran seluruh hasil konsepsi. Penanganan tidak perlu dilatasi dan kuretase, perlu transfusi dan pengobatan lain untuk anemia (Astuti Maya, 2010).

(f) Misses Abortion Missed abortion ialah berakhirnya kehamilan sebelum usia 20 minggu, namun keseluruhan hasil konsepsi tertahan dalam uterus selama 6 minggu atau lebih (Achadiat, 2004). Penanganannya dengan dilatasi dan kuretase jika kadar fibrinogen normal, jika rendah perlu diberi

dulu fibrinogen, kuratse pada missed abortion cukup sulit, karena hasil konsepsi melekat erat pada dinding uterus (Nirmala, 2011: 150).

(g) Kehamilan Mola Kehamilan anggur yaitu adanya jonjot korion (Chorionic Villi) yang tumbuh berganda berupa gelembunggelembung kecil yang mengandung banyak cairan sehingga menyerupai anggur atau mata ikan (Kusmiyati, 2008 : 154).

(h) Kehamilan Ektopik Kehamilan ektopik ialah kehamilan yang pertumbuhan sel telur yang telah dibuahi tidak menempel pada dinding kavum uteri. Hampir 90% kehamilan ektopik terjadi di tuba uterina. Kehamilan ektopik dapat mengalami abortus atau ruptura apabila masa kehamilan melebihi kapasitas ruang implantasi (Prawirohardjo, 2009: 323).

(2) Perdarahan Pada Kehamilan Lanjut

Perdarahan pada kehamilan lanjut menurut Prawirohardjo (2009: 492) antara lain:

(a) Plasenta Previa Plasenta previa adalah plasenta yang berimplantasi pada segmen bawah rahimdemikian rupa sehingga menutupi seluruh atau sebagian dari ostium uteri internum. Pada plasenta previa perdarahan uterus keluar melalui vagina tanpa rasa nyeri. Perdarahan biasanya terjadi pada akhir trimester dua ke atas (Sulistiyawati, 2012: 155).

(b) Solusio Plasenta Solusio plasenta adalah terlepasnya sebagian atau seluruh permukaan maternal plasenta dari implantasinya yang normal pada lapisan desiduaendometrium sebelum waktunya yakni sebelum anak lahir. Gejala dari solusio plasenta adalah terjadinya perdarahan yang berwarna tua keluar melalui vagina, rasa nyeri perut dan uterus tegang terus-menerus mirip seperti his prematurus (Yulifah, 2010: 119).

1. Sakit kepala hebat

Sakit kepala bisa terjadi selama kehamilan, dan seringkali merupakan ketidaknyamanan yang normal dalam kehamilan. Sakit kepala yang menunjukkan suatu masalah yang serius adalah sakit kepala hebat yang menetap dan tidak hilang dengan beristirahat. Kadang-kadang dengan sakit kepala yang hebat tersebut, ibu mungkin menemukan bahwa penglihatannya menjadi kabur atau berbayang. Sakit kepala yang hebat dalam kehamilan adalah gejala dari pre-eklmpsia. Ibu hamil yang mengalami nyeri kepala di dahi disertai penglihatan kabur, nyeri uluhati, mual dan muntah kemungkinan merupakan tanda bahwa ibu hamil mengidap penyakit ginjal dan tekanan darah tinggi. Keadaan ini tergolong berat, ibu harus dirawat di rumah sakit (Lalega, 2013: 16).

2. Nyeri perut yang hebat Nyeri abdomen yang tidak berhubungan dengan persalinan normal adalah tidak normal. Nyeri abdomen yang mungkin menunjukkan masalah yang mengancam

keselamatan jiwa adalah yang hebat, yang menetap dan tidak hilang setelah istirahat. Hal ini bisa berarti appendiksitis, kehamilan ektopik, aborsi, penyakit tulang pelviksiritasi uterus, infeksi saluran kemih atau infeksi lainnya (Kusmiyati, 2008: 163).

3. Mual muntah berlebihan Mual (nausea) muntah (emesis) adalah gejala yang sering ditemukan pada kehamilan trimester 1. Mual biasa terjadi di pagi hari, gejala ini bisa terjadi 6 minggu setelah HPHT berlangsung selama 10 minggu. Perasaan mual ini karena meningkatnya kadar hormon estrogen dan HCG. Ibu hamil yang mengalami muntahmuntah lebih dari 7 kali sehari disertai kondisi yang lemah, tidak selera makan, berat badan turun, nyeri ulu hati kemungkinan merupakan suatu tanda ibu hamil menderita penyakit berat. Pada penyakit ini ibu hamil tidak mau makan. Semakin hari muntahmuntahnya semakin berat, ibu hamil harus di rawat di rumah sakit (Nirmala, 2011: 154). Cara meringankan atau mencegah mual muntah yaitu dengan mengubah makan sehari-hari dengan makanan dalam jumlah kecil, tetapi lebih sering. Waktu bangun pagi turun dari tempat tidur, dianjurkan makan roti kering dengan teh hangat. Makanan yang berminyak dan berlemak sebaiknya dihindarkan (Prawirohardjo, 2005).

4. Penglihatan kabur Karena pengaruh hormonal, ketajaman penglihatan ibu dapat berubah selama proses kehamilan. Perubahan ringan adalah normal. Masalah visual yang mengidentifikasi keadaan jiwa yang mendadak, misalnya pandangan kabur atau berbayang secara mendadak. Perubahan penglihatan ini mungkin disertai dengan sakit kepala yang hebat dan mungkin merupakan gejala dari pre-eklampsia (Sulistiyawati, 2012: 161).

5. Bengkak di wajah dan jari-jari tangan Hampir separuh ibu hamil akan mengalami bengkak yang normal pada kaki yang biasanya muncul pada sore hari dan biasanya hilang setelah istirahat. Bengkak bisa menunjukkan adanya masalah serius jika muncul pada muka dan tangan, tidak hilang setelah beristirahat, dan disertai dengan keluhan fisik yang lain. Hal ini dapat merupakan pertanda anemia, gagal jantung atau preeklampsia (Astuti Maya, 2010: 144)

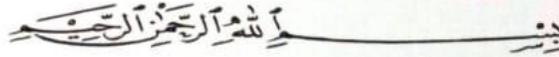
6. Gerakan janin berkurang Kesejahteraan janin dapat diketahui dari keaktifan gerakannya. Minimal 10 kali dalam 24 jam. Jika kurang dari itu, waspada akan adanya gangguan janin dalam rahim, misalnya asfiksia janin sampai kematian (Yulifah, 2011: 121).

7. Selaput kelopak mata pucat Anemia adalah masalah medis yang umum terjadi pada banyak wanita hamil. Jumlah sel darah merah dalam keadaan rendah, kuantitas dari sel ini tidak memadai untuk memberikan oksigen yang dibutuhkan oleh bayi. Anemia sering terjadi pada kehamilan karena volume darah meningkat kira-kira 50% selama kehamilan (Nirmala, 2011: 154).

8. Demam tinggi Ibu menderita demam dengan suhu tubuh $> 38^{\circ}\text{C}$ dalam kehamilan merupakan suatu masalah. Demam tinggi yang terjadi lebih dari 3 hari dapat merupakan tanda gejala dari infeksi. Penanganan demam antara lain dengan istirahat berbaring, minum banyak dan mengompres untuk menurunkan suhu (Lalega, 2013: 15).
9. Kejang Pada umumnya kejang didahului oleh makin memburuknya keadaan dan terjadinya gejala-gejala sakit kepala, mual, nyeri ulu hati sehingga muntah. Bila semakin berat, penglihatan semakin kabur, kesadaran menurun kemudian kejang. Kejang dalam kehamilan dapat merupakan gejala dari eklampsia (Saifudin dalam Lalega, 2013).
10. Keluar ketuban sebelum waktunya Ketuban pecah dini adalah pecahnya ketuban sebelum waktunya. Sebagian besar ketuban pecah dini adalah hamil aterm diatas 37 minggu, sedangkan dibawah 36 minggu tidak terlalu banyak. Penyebab umum dari KPD adalah multi/grandemulti, overdistensi (hidramnion, hamil ganda), disporposi sefalo pelvis, kelainan letak (lintang, sungsang) (Kusmiyati, 2008: 162).



YAYASAN ISLAM SITI KHADIJAH
STIK SITI KHADIJAH PALEMBANG
PUSAT PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
Jl. Demang Lebar Daun Lorok Pakjo Palembang, Telp. (0711) 315010
Website: www.stikes-sitikhadijah.ac.id; E-mail : info@stikes-sitikhadijah.ac.id



KONTRAK HIBAH INTERNAL
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Nomor : 013 A /STIK-SK/PPkM/II/V/5.2/V/2019

Pada hari ini **Jumat** tanggal **Tiga** bulan **Mei** tahun **Dua Ribu Sembilan Belas**, kami yang bertandatangan dibawah ini :

- 1. Dewi Rury Arindari, S.Kep.,Ners.,MNS** : Ketua Pusat Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah Palembang dalam hal ini bertindak untuk dan atas nama STIK Siti Khadijah, yang berkedudukan di Palembang, untuk selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**;
- 2. Tiara Pratiwi, SST., M.Keb** : Dosen Prodi D-III Kebidanan STIK Siti Khadijah Palembang dalam hal ini bertindak sebagai pengusul dan Ketua Pelaksana Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Tahun Anggaran 2019 untuk selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

PIHAK PERTAMA dan **PIHAK KEDUA**, secara bersama-sama sepakat mengikatkan diri dalam suatu Kontrak Pengabdian kepada Masyarakat dengan ketentuan dan syarat-syarat sebagai berikut:

Pasal 1

Judul Kegiatan Pengabdian

PIHAK PERTAMA memberikan tugas kepada **PIHAK KEDUA** untuk melaksanakan pengabdian dan **PIHAK KEDUA** menyatakan menerima perintah tugas untuk melaksanakan kegiatan pengabdian yang berjudul: **"Edukasi Pemahaman Ibu Mengenai Persiapan Persalinan Normal di Bidan Maimunah Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019"**.

Pasal 2

Waktu Kegiatan Pengabdian

Waktu Kegiatan Pengabdian adalah 2 bulan, terhitung tanggal 06 Mei sampai dengan 06 Juli 2019.

Pasal 3

Personalia Kegiatan Pengabdian

Susunan personalia kegiatan pengabdian kepada masyarakat dosen adalah sebagai berikut:

1. Pelaksana Utama : Elvina Indah Syafriani, SST., M.Keb
2. Anggota Pelaksana : Mardelia Astriani, M.Tr.Keb
- 3.

Pasal 4

Biaya Kegiatan Pengabdian

Biaya pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dibebankan pada Anggaran Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah Palembang Tahun 2019 dengan nilai kontrak sebesar Rp. 2.500.000,-

Pasal 5

Cara Pembayaran

Pembayaran biaya kegiatan pengabdian menurut tahapan berikut:

- (1) Tahap I sebesar 70% dari nilai kontrak diluar anggaran konferensi/publikasi yang diterimakan paling lambat dua minggu setelah Kontrak Hibah Internal Pengabdian kepada

Masyarakat ini ditandatangani oleh kedua pihak melalui Pusat Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah Palembang.

- (2) Tahap II sebesar 30% dari nilai kontrak diluar anggaran konferensi. Publikasi yang diterima setelah **PIHAK KEDUA** menyelesaikan pengumpulan laporan akhir kegiatan pengabdian.
- (3) Tahap III diberikan sesuai anggaran konferensi/publikasi diterima **PIHAK KEDUA** setelah menerima LOA (*Letter of Acceptences*) dan melakukan konferensi/publikasi kegiatan pengabdian.

Pasal 6

Hak dan Kewajiban masing-masing Pihak

(1) Hak dan Kewajiban PIHAK PERTAMA:

Hak **PIHAK PERTAMA** adalah:

- a. Memberikan sanksi jika dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian terjadi pelanggaran terhadap isi perjanjian oleh pelaksana.

Kewajiban **PIHAK PERTAMA** adalah:

- a. Melakukan pengawasan administrasi, monitoring, dan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian
- b. Melakukan pemantauan kemajuan kegiatan pengabdian

(2) Hak dan Kewajiban PIHAK KEDUA:

Hak **PIHAK KEDUA** adalah:

- a. Menerima dana kegiatan pengabdian sesuai dengan pasal 4

Kewajiban **PIHAK KEDUA** adalah:

- a. Memastikan keaslian judul kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagaimana disebutkan dalam pasal 1 Kontrak Hibah Pengabdian kepada Masyarakat ini (bukan duplikat/jiplakan/plagiat) dari kegiatan pengabdian orang lain.
- b. Menyerahkan laporan akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat paling lambat dua minggu setelah berakhir kegiatan

- c. Apabila di kemudian hari diketahui ketidakbenaran pernyataan ini, maka kontrak kegiatan ini **DINYATAKAN BATAL**, dan **PIHAK KEDUA** wajib mengembalikan dana yang telah diterima kepada STIK Siti Khadijah Palembang.

Pasal 7

Keaslian Kegiatan Pengabdian dan Ketidakterikatan dengan Pihak Lain

- (1) **PIHAK KEDUA** menjamin bahwa judul kegiatan tersebut bebas dari ikatan dengan pihak lain atau tidak sedang didanai oleh pihak lain
- (2) **PIHAK PERTAMA** tidak bertanggungjawab terhadap tindakan plagiat yang dilakukan oleh **PIHAK KEDUA**

Pasal 8

Monitoring dan Evaluasi

- (1) Pelaksanaan kemajuan kegiatan pengabdian dijadwalkan pada bulan pertama setelah Kontrak Hibah Internal Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ditandatangani (Juni 2019)
- (2) Format laporan kemajuan dan teknis pelaksanaannya diatur oleh **PIHAK PERTAMA**

Pasal 9

Laporan Akhir Kegiatan Pengabdian

Berkas-berkas Laporan Akhir meliputi:

- (1) *Hardcopy* Laporan Akhir Kegiatan masing-masing sebanyak 2 eksamplar (dijilid): Laporan Hasil Kegiatan Pengabdian dan Naskah Publikasi jika ada.
- (2) Format laporan hasil kegiatan sesuai dengan aturan-aturan yang telah ditetapkan dalam Buku Panduan Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah Palembang baik dalam hal tata tulis maupun urutan masing-masing komponen.

Pasal 10

Hak Kepemilikan Atas Barang/ Peralatan Kegiatan Pengabdian

- (1) Segala barang atau alat yang dibeli atas biaya kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi milik STIK Siti Khadijah Palembang. Pengaturan kepemilikannya sebagai berikut:

- (a) Barang atau alat berupa *cartridge*, printer alat perekam, akses internet dan sejenisnya pada dasarnya tidak dianggarkan dalam biaya kegiatan pengabdian selama masih dapat menggunakan fasilitas STIK Siti Khadijah Palembang.
 - (b) Kamera, alat perekam, dan semacamnya yang dapat dipakai ulang, buku jurnal. CD, VCD. DVD, *cassete*, dan sejenisnya yang merupakan *software*, program, alat atau referensi kegiatan pengabdian yang didapatkan (dibeli) dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi milik STIK Siti Khadijah Palembang.
- (2) *Software* dan/atau *hardware* yang merupakan hasil kegiatan pengabdian harus tak terpisahkan dari pekerjaan kegiatan pengabdian.
- (3) Pemindahan hak kepemilikan barang atau alat sebagaimana tersebut dilakukan melalui **PIHAK PERTAMA**.

Pasal 11

Sanksi

Segala kelalaian disengaja maupun tidak, yang menyebabkan keterlambatan menyerahkan laporan hasil kegiatan pengabdian pada batas waktu dalam pasal 2 yang telah ditentukan akan mendapatkan sanksi sebagai berikut:

- (1) Tidak diperbolehkan mengajukan usulan kegiatan pengabdian STIK Siti Khadijah Palembang pada periode tahun anggaran berikutnya bagi ketua dan anggota pelaksana.
- (2) **PIHAK KEDUA** diberi kesempatan perpanjangan waktu kegiatan pengabdian selama 2 (dua) minggu sampai dengan 20 Juli 2019
- (3) Jika setelah masa perpanjangan tersebut **PIHAK KEDUA** tidak dapat menyelesaikan kegiatan pengabdian, **PIHAK KEDUA** diwajibkan mengembalikan dana yang sudah diterima kepada STIK Siti Khadijah Palembang dengan cara:
 - a) Mengembalikan tunai kepada **PIHAK PERTAMA**, atau
 - b) Dipotong pembayaran gajinya selama maksimal 10 angsuran

Perjanjian ini dibuat dan ditandatangani oleh **PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA** pada hari dan tanggal tersebut di atas, dibuat dalam rangkap 2 (dua) dan bermaterai cukup sesuai ketentuan yang berlaku, yang masing-masing mempunyai kekuatan hukum sama.

PIHAK PERTAMA



Dewi Rury Arindari, S.Kep., Ners., MNS
NIK. 118756

Menyetujui,

Ketua STIK Siti Khadijah Palembang



Dr. dr. Ibrahim Edy Sapada, M.Kes
NIK. 026831

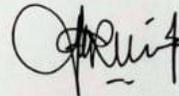
PIHAK KEDUA



Tiara Pratiwi, SST., M.Keb
NIDN. 0205099101

Mengetahui,

Ketua Program Studi D-III Kebidanan



Meta Rosdiana, SST., M.Kes
NIK. 107650

LAMPIRAN FOTO



MACAM-MACAM TANDA BAHAYA KEHAMILAN

1. SAKIT KEPALA YANG

HEBAT

Ibu akan menemukan bahwa penglihatannya menjadi kabur atau berbayang.



2. MASALAH PENGUNTAHAN

Perubahan visual misalnya pandangan kabur atau berbayang dan ibu akan sakit kepala yang hebat dan mungkin merupakan suatu tanda pre eklamsia.

3. BERGAKUK PADA MUKA DAN TANGAN

Merupakan pertanda anemia, gagal jantung, atau pre eklamsia.



4. NYERI ABDOMEN YANG HEBAT

Masalah yang mengancam keselamatan jiwa adalah yang hebat, menetap dan tidak hilang setelah istirahat.



5. GERAKAN JANIN BERKURANG

Ibu merasa tidak ada gerakan janin dan detak jantung janin tidak ada.

6. PERDARAHAN PERYAGINAM

Merah, banyak, dan kadang-kadang, tetapi tidak selalu, disertai dengan rasa nyeri



TANDA-TANDA BAHAYA KEHAMILAN



Tanda Bahaya Kehamilan Trimester III

PENGERTIAN

Tanda bahaya kehamilan adalah tanda-tanda yang timbul pada kehamilan trimester III yang menunjukkan adanya komplikasi kehamilan

SIKAP YANG HARUS DILAKUKAN OLEH IBU/KELUARGA

- Jangan panik
- Mencari dan mempersiapkan transportasi
- Segera bawa ibu ke tempat bidan, puskesmas, RS atau pelayanan kesehatan yang lain.
- Siapkan donor darah bila diperlukan.

CARA MENCEGAH ATAU MENGANTISIPASI

- ❖ ANC secara rutin
- ❖ Mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang seperti : sayuran hijau, lauk, buah, susu hamil / susu kedelai / kacang hijau
- ❖ Istirahat cukup
- ❖ Olahraga ringan misalnya : jalan-jalan
- ❖ Dukungan dari keluarga
- ❖ Hindari stres dengan tidak berfikir berat
- ❖ Jangan melakukan pekerjaan yang terlalu berat atau beresiko dan jangan capek
- ❖ Bila timbul keluhan yang meresahkan, segera pergi ke tenaga kesehatan atau tempat pelayanan kesehatan

Bila timbul keluhan yang meresahkan, segera pergi ke tenaga kesehatan atau tempat pelayanan kesehatan

DAFTAR HADIR PESERTA

"Edukasi tentang deteksi dini dan penanganan awal tanda bahaya kehamilan"

NO	NAMA	ALAMAT	TANDA TANGAN
1	Utami putri	Jl Sentosa	
2	Luri sintia	"	
3	Fitria amrina	"	
4	Yeyen Juniati	"	
5	Pipit aida	"	
6	Bella meidia. s	"	
7	UMI aida	"	
8	Yuli Herliana	"	
9	Ela sahana	"	
10	Feni Marini	"	
11	Farda	"	
12	Risa Hovi	"	
13	Zalfa	"	
14	Bella Monica	"	
15	Della	"	
16	Fitri rahmi	"	
17	Azizah	"	
18	dini billa	"	
19	Hia prafwi	"	
20	Ayu Meita	"	
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

Palembang, November 2019

Ketua Pelaksana,

Elvina Indah S, SST., M.Keb

ANGGARAN BIAYA

NO	URAIAN	JUMLAH (Rp)
1.	Honor	880.000
2.	Bahan/Perangkat/Peralatan	400.000
3.	Perjalanan	1.000.000
4.	Pengumpulan dan Pengelolaan Data	720.000
	Jumlah biaya	3.000.000

1. Honor

No.	Pelaksana Kegiatan	Jumlah	Jumlah Jam/Minggu	Honor/Jam	Biaya (Rp)
1	Ketua Pelaksana	1	12/3	35.000	420.000
2	Pelaksana	1	12/3	35.000	420.000
3	Teknisi	1	2/3	70.000	140.000
4	Tenaga Harian	2	2/3	150.000	300.000
Jumlah Biaya					880.000

2. Bahan/Perangkat/Peralatan

No	Bahan	Biaya Satuan (Rp)	Banyak	Biaya (Rp)
1	Bahan Ajar	6.000	50	300.000
2	Pulpen	2.000	50	100.000
Jumlah Biaya				400.000

3. Perjalanan

No	Jenis	Biaya Satuan (Rp)	Banyak	Biaya (Rp)
1	Transportasi Ketua Pelaksana	1	200.000	200.000
2	Anggota Pelaksana 1	1	200.000	200.000
3	Anggota Pelaksana 2	1	100.000	100.000
4	Anggota Pelaksana 3	1	100.000	100.000
Jumlah Biaya				600.000

4. Pengumpulan dan Pengelolaan Data

No	Tujuan	Biaya Satuan (Rp)	Banyak	Biaya (Rp)
1	Copy dan Jilid	5	50.000	250.000
2	Biaya tak terduga	-	-	470.000
Jumlah Biaya				720.000