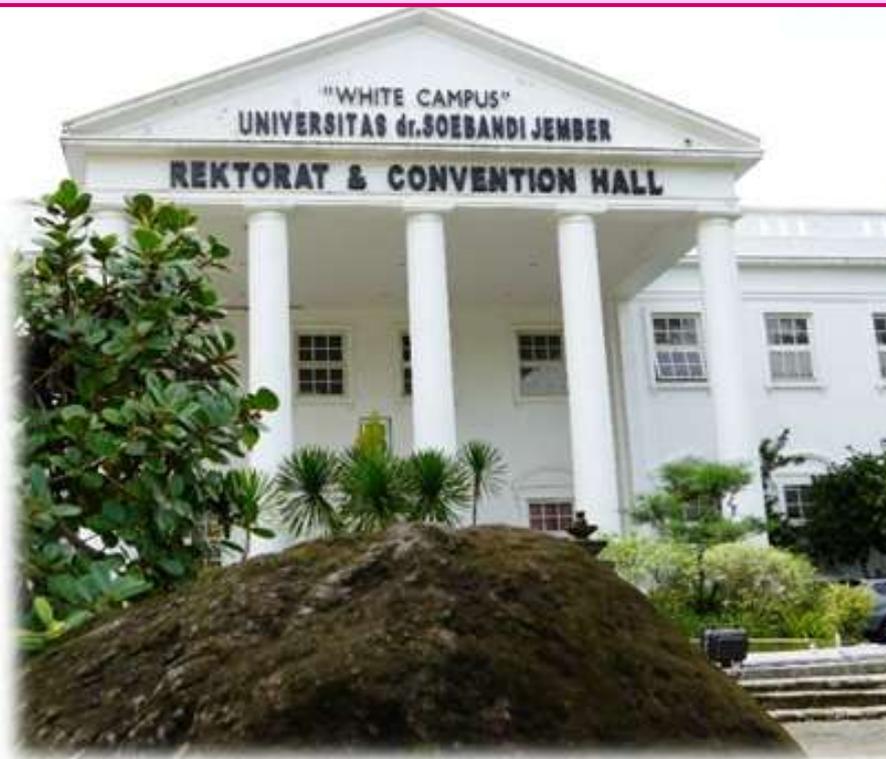




# **MODUL PRAKTIKUM ASUHAN KEBIDANAN HOLISTIK IBU**



**OLEH:**

**Rizki fitrianingtyas,  
SST, M.Keb dan TIM**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS DR. SOEBANDI  
TAHUN 2023-2024**

**MODUL PRAKTIKUM**  
**ASUHAN KEBIDANAN HOLISTIK IBU**

**TIM PENYUSUN**

**Penanggung Jawab Mata Kuliah:**

Rizki Fitrianingtyas, S.ST., M.Keb

**Anggota:**

Zaida Mauludiyah, S.Keb., Bd., M.Keb

Trisna Pangestuningtyas, S.ST., M.Keb



**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Dr Soebandi No. 99 , Telp/Fax. (0331) 483536,  
E\_mail : [fikes@uds.ac.id](mailto:fikes@uds.ac.id) Website: <http://www.uds.di.ac.id>

**KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**  
Nomor : 1191/FIKES-UDS/K/III/2024

Tentang

**PENGANGKATAN DOSEN PENYUSUN BUKU AJAR DAN MODUL PRAKTIKUM  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS dr. SOEBANDI SEMESTER GENAP  
TAHUN AKADEMIK 2023-2024**

**DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA  
DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

- Menimbang : a. Bahwa bahan ajar atau modul ialah belajar yang disusun oleh dosen/tim dosen pada satu mata kuliah yang menjadi pedoman bagi mahasiswa dalam kegiatan belajar dan bagi dosen dalam melaksanakan evaluasi hasil pembelajaran dalam bentuk buku;
- b. Bahwa untuk itu diperlukan penyusun buku ajar dan modul praktikum untuk membantu mahasiswa memahami mata kuliah yang telah diajarkan;
- c. Bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud pada huruf a dan b perlu menetapkan keputusan Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi tentang Dosen penyusun buku ajar dan modul praktikum;
- Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi;
3. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi;
4. Peraturan Pemerintah Nomor. 57 Tahun 2021 tentang Standar Nasional Pendidikan
5. Permendiknas Nomor 62 Tahun 2016 tentang Sistem penjaminan Mutu Pendidikan Tinggi
6. Permendikbud Nomor 3 Tahun 2020 Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi
7. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 234/U/2000 tentang Pedoman Pendirian Perguruan Tinggi;
8. Keputusan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset Dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 291/E/O/2021 tentang Perubahan Bentuk Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dr. Soebandi Di Kabupaten Menjadi Universitas dr. Soebandi Di Kabupaten Provinsi Jawa Timur Yang Diselenggarakan Oleh yayasan Pendidikan International School;
9. Statuta Universitas dr. Soebandi;





## UNIVERSITAS dr. SOEBANDI FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Dr Soebandi No. 99 , Telp/Fax. (0331) 483536,  
E\_mail : [fikes@uds.ac.id](mailto:fikes@uds.ac.id) Website: <http://www.uds.di.ac.id>

### MEMUTUSKAN

- Menetapkan** : Surat Keputusan Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi tentang Pengangkatan Dosen Penyusun Buku Ajar Dan Modul praktikum Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Semester Genap Tahun akademik 2023-2024
- PERTAMA** : Bahwa nama – nama dosen dalam lampiran Surat Keputusan ini diangkat sebagai Penyusun Ajar dan Modul Praktikum diberi kewenangan sesuai dengan peraturan yang berlaku di lingkungan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi;
- KEDUA** : Hal-hal yang belum diatur dalam keputusan ini akan di atur lebih lanjut;
- KETIGA** : Keputusan ini mulai berlaku pada tanggal ditetapkan dan akan ditinjau kembali apabila terdapat kekeliruan dalam penetapannya

DI TETAPKAN DI : JEMBER  
PADA TANGGAL : 4 Maret 2024

Universitas dr. Soebandi  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

  
**Ai Nur Zahrah, S.ST, M. Keb**  
NIK 19891219 201309 2 038

- Tembusan Kepada Yth :
1. Rektor Universitas dr. Soebandi
  2. Para Warek Universitas dr. Soebandi
  3. Arsip

## LEMBAR PENGESAHAN

Buku Ajar ini telah dikaji dan disetujui pada:

Hari : Senin

Tanggal : 19 Februari 2024

**VISI, MISI,  
TUJUAN DAN  
STRATEGI  
PRODI  
KEBIDANAN  
PROGRAM  
SARJANA**

**1. VISI**

Menjadi Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi yang mencetak tenaga bidan professional, unggul, berdaya guna dalam IPTEKS Kebidanan Holistik dan Berakhlakul Karimah.

**2. MISI**

- a. Menyelenggarakan pendidikan profesi bidan yang menghasilkan tenaga bidan profesional dan memiliki kemampuan entrepreneurship dalam pelayanan kebidanan holistik, yang mampu bersaing di tingkat regional, nasional maupun global dan berakhlakul karimah
- b. Melaksanakan penelitian yang terdepan dan unggul berdasarkan *evidence based* serta berkontribusi terhadap IPTEK di bidang kesehatan ibu dan anak serta pelayanan kebidanan holistik
- c. Melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan profesional, terdepan, unggul, dan berakhlakul karimah serta mampu memberikan *problem solving* terhadap permasalahan di bidang kesehatan ibu dan anak serta pelayanan kebidanan holistik

**3. TUJUAN DAN STRATEGI**

- a. Menghasilkan lulusan bidan yang profesional dan memiliki kemampuan entrepreneurship dalam pelayanan kebidanan holistik yang mampu bersaing di tingkat regional, nasional maupun global dan berakhlakul karimah
- b. Menghasilkan penelitian-penelitian yang terdepan dan unggul berdasarkan *evidence based* serta berkontribusi terhadap IPTEK di bidang kesehatan ibu dan anak serta pelayanan kebidanan holistik
- c. Melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan profesional, terdepan, unggul, dan berakhlakul karimah serta berkontribusi terhadap IPTEK di bidang kesehatan ibu dan anak serta mampu memberikan *problem solving* terhadap permasalahan di bidang kesehatan ibu dan anak serta pelayanan kebidanan holistic

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan Kehadirat *Allah SWT* atas segala Rahmat dan Hidayah-Nya yang telah dilimpahkan sehingga penulis dapat menyelesaikan MODUL yang *InsyAllah* dengan baik. Shalawat dan Salam atas Nabi kita *Muhammad SAW*, keluarganya, dan para sahabatnya yang terpilih.

Buku ajar ini digunakan sebagai panduan untuk kegiatan belajar dalam mengembangkan kompetensi mahasiswa bidan, agar mahasiswa dapat memahami teori yang didapat dalam pembelajaran di kelas ke dalam, yang hasil akhirnya diharapkan dapat mengaplikasikan ke dalam praktik klinik. Dengan begitu, mahasiswa akan terbiasa menyelesaikan masalah secara menyeluruh sesuai kebutuhan masyarakat.

Penyelesaian buku ajar ini tidak terlepas dari dukungan dan bantuan semua pihak, baik dukungan moril maupun materiil. Semoga *Allah SWT* memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga panduan ini berguna bagi diri penulis sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkannya.

Penyusun menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyelesaian buku ajar ini jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan oleh penyusun.

Jember,, September 2023

Penyusun

**DAFTAR  
ISI**

LEMBAR PENGESAHAN .....	
VISI, MISI, TUJUAN DAN STRATEGI PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA .....	
KATA PENGANTAR .....	
DAFTAR ISI .....	
TATA TERTIB LABORATORIUM TERPADU .....	
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS dr. SOEBANDI .....	
STANDAR OPERASIONAL PEROSSEDUR .....	
PETUNJUK BELAJAR .....	
MODUL PRAKTIKUM.....	
Kegiatan Belajar 1 .....	
SUJOK DALAM PELAYANAN BAYI DAN BALITA.....	
MODUL PRAKTIKUM.....	
Kegiatan Belajar 2 .....	
MODUL PRAKTIKUM.....	
Kegiatan Belajar 3 .....	
BAB II.....	<b>Error! Bookn</b>
BABY SPA .....	<b>Error! Bookn</b>
Persiapan .....	<b>Error! Bookn</b>
Cara pijat bayi. ....	<b>Error! Bookn</b>

## **TATA TERTIB LABORATORIUM TERPADU**

### **FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

#### **TATA TERTIB UMUM**

1. Kegiatan praktikum dapat dilakukan setiap hari pada pukul 07.30-15.30 WIB atau menyesuaikan dengan jadwal praktikum yang dibuat oleh Kaprodi
2. Jadwal penggunaan laboratorium dibuat dan diatur oleh Ketua Laboratorium disesuaikan dengan jadwal perkuliahan yang telah dibuat oleh KaProdi.
3. Setiap pelaksanaan praktikum mahasiswa harus mengisi daftar hadir laboratorium, *log book* alat/phantom dan menggunakan seragam serta jas laboratorium
4. Setiap mahasiswa wajib membawa SOP/ Modul Pembelajaran yang akan dipraktikkan

#### **PERSIAPAN PRAKTIKUM**

1. Mahasiswa mengajukan jadwal penggunaan laboratorium dan mengisi Form Peminjaman Alat maksimal satu hari sebelum jadwal praktikum
2. Mahasiswa menulis jadwal penggunaan laboratorium sesuai dengan departemen dan menyerahkan Form Peminjaman Alat yang telah diisi kepada Petugas Laboratorium.
3. Petugas laboratorium membantu dan mengawasi mahasiswa dalam menyiapkan peralatan sesuai dengan Form Peminjaman alat

#### **PELAKSANAAN PRAKTIKUM**

1. Mahasiswa mengambil peralatan di Ruang Penyimpanan Alat/DEPO dan melakukan cek ulang alat sesuai dengan form peminjaman alat
2. Mahasiswa mengikuti kegiatan praktikum dengan tertib
3. Mahasiswa bertanggung jawab sepenuhnya terhadap kelengkapan dan kondisi alat
4. Jika terjadi kecatatan/ kerusakan alat selama proses praktikum mohon mahasiswa segera melapor kepada petugas laboratorium
5. Setelah selesai, mohon mahasiswa mencatat kekurangan bahan habis pakai maupun kerusakan alat pada form peminjaman alat (Jika Ada) dan mengembalikan set alat pada rak
6. Mahasiswa wajib merapikan bed/ruangan setelah selesai digunakan
7. Mahasiswa wajib menggunakan Alat Pelindung Diri berupa masker, sarung tangan, apron, kacamata bila diperlukan
8. Penggunaan alat dan bahan sesuai dengan SPO dan hindari potensial bahaya misalnya tertusuk jarum, tersiram zat cair dll.
9. Jika terdapat potensial bahaya segera hubungi PETUGAS.

## **LARANGAN SAAT BERADA DI LABORATORIUM**

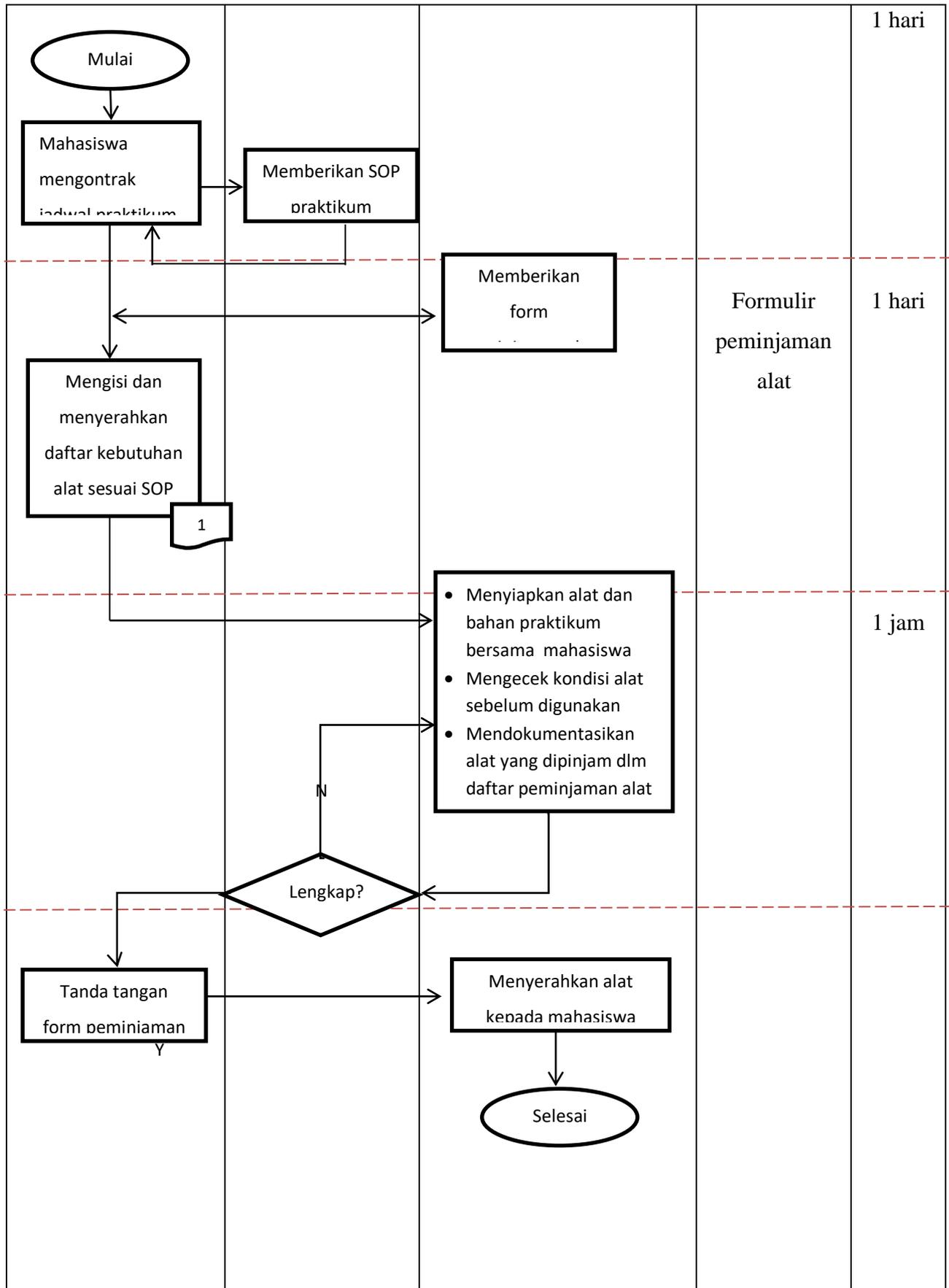
1. Dilarang membawa makanan dan minuman ke dalam ruang Laboratorium
2. Dilarang membuat kegaduhan yang dapat mengganggu kenyamanan pengguna di dalam ruang Laboratorium
3. Dilarang mencorat coret seluruh alat dan fasilitas yang terdapat didalam Laboratorium
4. Dilarang memindahkan atau menggunakan alat dan fasilitas didalam Laboratorium tanpa izin petugas laboratorium
5. Dilarang membuang sampah sembarangan
6. Bagi mahasiswa yang melanggar ketentuan akan mendapatkan sanksi melalui koordinasi dengan laboran, kepala laboratorium dan kepala program studi

--	--

	<b>STANDAR OPERASIONAL PEROSEDUR</b> <b>(SOP)</b> <b>PEMINJAMAN ALAT LABORATORIUM</b>		
	No. Dokumen	No. Revisi	Halaman
	Tanggal Terbit	Kepala Laboratorium Terpadu Dini Eka Pripuspitasari, S.ST.,M.Keb	
Definisi	Peminjaman alat laboratorium untuk kegiatan praktikum oleh mahasiswa		
Tujuan	Menjelaskan prosedur peminjaman alat-alat laboratorium		
Ruang Lingkup	Meliputi tata cara dan syarat-syarat yang harus dipenuhi oleh mahasiswa dalam melakukan peminjaman alat di laboratorium Universitas dr. Soebandi		
Acuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. SK Rektor Universitas dr. Soebandi</li> <li>2. Tata Tertib Laboratorium UDS</li> </ol>		
Dokumen terkait	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. SOP Praktikum</li> <li>2. Form peminjaman alat</li> </ol>		
Penanggung Jawab	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dosen: membuat SOP praktikum</li> <li>2. Mahasiswa: meminjam alat dan bahan praktikum</li> <li>3. Laboran: menyediakan alat dan bahan praktikum</li> </ol>		
Prosedur	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dosen pengampu praktikum menyerahkan SOP praktikum kepada mahasiswa / KMK.</li> <li>2. Mahasiswa/ KMK berkoordinasi dengan laboran setidaknya H-1 pelaksanaan praktikum.</li> <li>3. Laboran memberikan form peminjaman alat kepada mahasiswa/ KMK</li> <li>4. Mahasiswa/KMK mengisi form peminjaman alat dengan ketentuan bahwa Alat yang dipinjam sesuai dengan SOP praktikum/Modul Praktikum .</li> <li>5. Laboran memeriksa form peminjaman alat serta bersama-sama dengan mahasiswa menyiapkan alat praktikum sesuai daftar yang tertera pada form peminjaman.</li> <li>6. Laboran memastikan peralatan dalam kondisi baik dan berfungsi sebagaimana mestinya</li> <li>7. Laboran mengecek kesesuaian antara daftar, jenis, maupun jumlah alat sebagaimana berkas peminjaman</li> <li>8. Laboran mendokumentasikan alat yang akan di pinjam dalam daftar peminjaman alat</li> <li>9. Mahasiswa menandatangani form peminjaman alat</li> <li>10. Laboran menyerahkan alat kepada mahasiswa</li> </ol>		

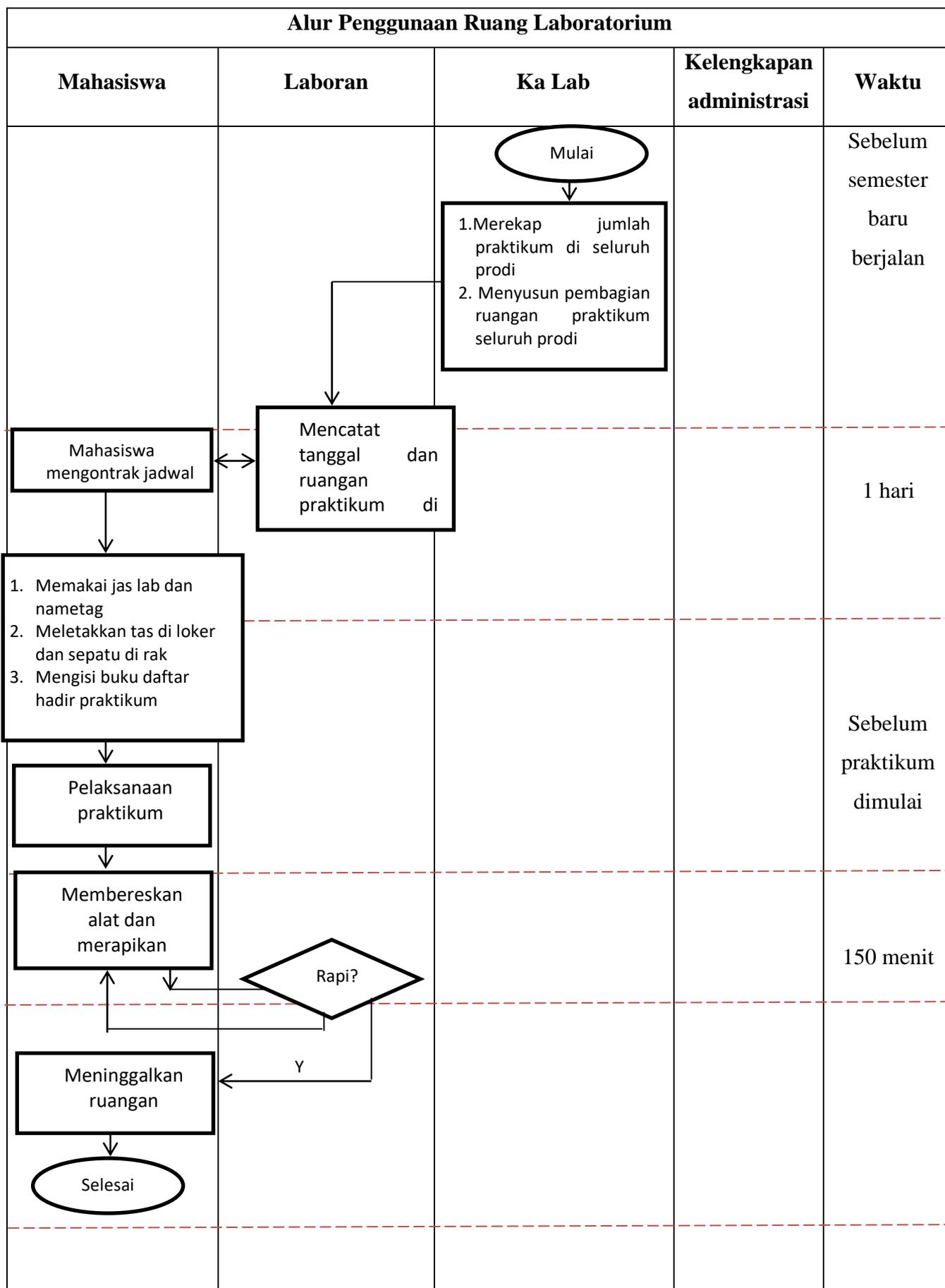
	<p>11. Laboran hanya melayani pengambilan alat lab di jam kerja yang telah diatur dalam peraturan rektor Universitas dr Soebandi</p> <p>12. Pengambilan alat wajib atas sepengetahuan laboran</p>
--	---





	<b>STANDAR OPERASIONAL PEROSEDUR (SOP) PENGUNAAN RUANG LABORATORIUM</b>		
	No. Dokumen	No. Revisi	Halaman
	Tanggal Terbit	Kepala Laboratorium Terpadu  Dini Eka Pripuspitasari, S.ST.,M.Keb	
Definisi	Penggunaan ruangan laboratorium oleh mahasiswa dan dosen pengampu praktikum untuk melaksanakan kegiatan praktikum		
Tujuan	Menjelaskan prosedur penggunaan ruangan laboratorium oleh mahasiswa dan dosen pengampu praktikum		
Ruang Lingkup	Meliputi tata cara dan syarat-syarat yang harus dipenuhi oleh mahasiswa dalam mempergunakan ruangan laboratorium Universitas dr. Soebandi		
Acuan	1. SK Rektor Universitas dr. Soebandi 2. Tata tertib Laboratorium UDS		
Dokumen terkait			
Penanggung Jawab	1. Kepala Laboratorium: Menyusun jadwal dan penggunaan ruangan laboratorium 2. Mahasiswa: meminjam ruangan laboratorium 3. Laboran: menyediakan ruangan laboratorium		
Prosedur	1. Kepala Program Studi memberikan jadwal praktikum di semua mata kuliah dari seluruh angkatan yang akan berjalan dalam satu semester ke depan kepada Kepala Laboratorium 2. Kepala Laboratorium merekap jumlah praktikum yang akan berjalan di seluruh program studi 3. Kepala Laboratorium menyusun pembagian ruangan laboratorium untuk praktikum selama satu semester 4. Dosen pengampu praktikum menyusun dan memberikan SOP praktikum yang akan dilaksanakan kepada mahasiswa 5. Mahasiswa melakukan konfirmasi kepada laboran terkait rencana praktikum maksimal H-1 pelaksanaan praktikum 6. Laboran menulis jadwal penggunaan ruangan laboratorium di papan jadwal setelah mendapat konfirmasi dari mahasiswa/KMK 7. Mahasiswa wajib mengisi buku daftar hadir praktikum yang telah disediakan petugas laboratorium 8. Mahasiswa meletakkan tas di loker yang telah disediakan dan meletakkan sepatu di rak dengan rapi. Mahasiswa wajib bertanggungjawab atas keamanan barangnya masing-masing. 9. Setiap praktek laboratorium, mahasiswa wajib memakai skort/jas laboratorium serta papan nama 10. Pelaksanaan praktikum 11. Setelah kegiatan praktek laboratorium selesai, mahasiswa harus membersihkan dan merapikan ruangan 12. Mahasiswa diperbolehkan meninggalkan ruangan laboratorium jika cek		

	peralatan selesai, kondisi laboratorium bersih dan rapi atas sepengetahuan laboran 13. Selesai
--	---



--	--	--	--	--



<b>OPERASIONAL PEROSUDUR (SOP) PENGEMBALIAN ALAT LABORATORIUM</b>		
No. Dokumen	No. Revisi	Halaman
Tanggal Terbit	Ditetapkan oleh Rektor UDS	
Definisi	Pengembalian alat laboratorium setelah pelaksanaan kegiatan praktikum dari peminjam kepada laboran	
Tujuan	Menjelaskan prosedur pengembalian alat laboratorium setelah pelaksanaan kegiatan praktikum dari peminjam kepada laboran	
Ruang Lingkup	Meliputi tata cara dan syarat-syarat yang harus dipenuhi oleh mahasiswa dalam melakukan mengembalikan alat laboratorium	
Acuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. SK Rektor Universitas dr. Soebandi</li> <li>2. Peraturan laboratorium</li> </ol>	
Dokumen terkait	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Form peminjaman dan pengembalian alat</li> <li>2. Buku Tanggungan Alat</li> </ol>	
Penanggung Jawab	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa: mengembalikan alat laboratorium</li> <li>2. Laboran: mengecek kesesuaian dan kelengkapan alat laboratorium</li> </ol>	
Prosedur	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa mengembalikan alat dalam keadaan bersih, kering, utuh/tidak pecah, tidak berkarat, tidak hangus, dan lengkap</li> <li>2. Laboran memeriksa kelengkapan alat sesuai dengan pendokumentasian peminjaman alat :               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. jika setuju maka laboran mengembalikan alat sesuai tempatnya dibantu Mahasiswa.</li> <li>b. Jika tidak setuju, laboran mengecek ulang keadaan alat, kebersihan &amp; jumlah alat sesuai form peminjaman alat</li> </ol> </li> <li>3. Laboran mencatat nama mahasiswa yang menghilangkan alat/merusak/memecahkan alat yang di pinjam di buku tanggungan alat</li> <li>4. Mahasiswa wajib mengganti sesuai jumlah, jenis, dan merk barang yang sama pada saat mengembalikan alat.</li> <li>5. Laboran hanya menerima ganti rugi berupa alat dengan spesifikasi yang sama, <b>bukan dalam bentuk uang.</b></li> <li>6. Mahasiswa yang mempunyai tanggungan alat, maka form pengembalian alat ditahan sampai tanggungan alat dilunasi</li> <li>7. Mahasiswa menandatangani form pengembalian alat dan buku tanggungan alat jika alat sudah sesuai dan lengkap atau setelah mahasiswa memberikan</li> </ol>	

	<p>ganti rugi alat</p> <p>8. ketentuan yang belum tercantum disini, akan dijelaskan/diberikan arahan sesuai dengan situasi kasus.</p>
--	---

### Alur Pengembalian Alat Laboratorium

Laboran	Mahasiswa	Kelengkapan administrasi	Waktu
<pre> graph TD     Start([Mulai]) --&gt; Return[Mengembalikan alat dengan bersih dan rapi]     Return --&gt; Check[Mengecek kesesuaian dan kelengkapan alat]     Check --&gt; Complete{Lengkap?}     Complete -- Tidak --&gt; Return     Complete -- Ya --&gt; Form[1. Menanggihkan form pengembalian alat 2. Mencatat nama mahasiswa di]     Form --&gt; Replace[Mengganti alat yang]     Replace --&gt; Sign[Menandatangani form pengembalian alat dan buku tanggungan alat]     Sign --&gt; End([Selesai])     </pre>	<p>Mulai</p> <p>Mengembalikan alat dengan bersih dan rapi</p> <p>Mengganti alat yang</p> <p>Menandatangani form pengembalian alat dan buku tanggungan alat</p> <p>Selesai</p>	<p>Form Peminjaman Alat</p> <p>Form Pengembalian Alat Buku Tanggungan Alat</p>	<p>5 menit</p>

--	--	--	--

## **PETUNJUK BELAJAR**

Proses pembelajaran untuk Modul Praktikum Etika dan Hukum Kesehatan dapat berjalan lancar apabila saudara mengikuti langkah belajar sebagai berikut:

1. Pahami dulu berbagai kegiatan penting dalam modul mulai tahap awal sampai tahap akhir
2. Lakukan teknik yang tertera dalam kegiatan belajar sesuai dengan daftar tilik yang telah tersedia
3. Keberhasilan proses pembelajaran saudara dalam mata kuliah Etika dan Hukum Kesehatan ini sangat tergantung kepada kesungguhan saudara dalam mengerjakan praktikum. Untuk itu berlatihlah secara mandiri atau berkelompok dengan teman sejawat
4. Bila saudara menemui kesulitan, silahkan hubungi instruktur/pembimbing yang mengajar pada mata kuliah ini.

## **JUMLAH ALOKASI WAKTU**

Keterampilan yang terdapat di dalam buku modul praktikum kebidanan Etika dan Hukum Kesehatan ini harus saudara kuasai..

**PEMBIMBING PRAKTIK:** Saudara selama Praktik akan dibimbing oleh pembimbing laboratorium. Pembimbing laboratorium ditunjuk dan ditetapkan dengan latar belakang pendidikan minimal DIII Kebidanan dan berpengalaman diklinik minimal 2 tahun.

## **TEKNIS BIMBINGAN:**

Sebelum melakukan praktikum di laboratorium maka saudara harus perhatikan alur kerja seperti di bawah ini:

1. Pada awal perkuliahan yang saudara lakukan adalah menemui pembimbing atau instruktur untuk mata kuliah Etika dan Hukum Kesehatan, dan menyepakati/menyamakan persepsi tugas-tugas yang akan saudara lakukan selama 1 semester.
2. Pada saat kontrak program perkuliahan, saudara akan diberikan 2 modul teori yang harus saudara kuasai, setelah membaca modul teori tersebut, maka saudara akan mulai untuk belajar praktikum di laboratorium pada waktu yang telah disepakati, untuk latihan

melakukan tindakan-tindakan apa saja yang perlu untuk dikuasai sebagai bidan professional dalam rangka memberikan asuhan kebidanan pada masyarakat.

3. Setelah mendapat daftar tilik, maka dosen penanggungjawab untuk mata kuliah ini mendatangi ruang alat laboratorium untuk mengisi kontrak peminjaman ruang dan alat pada petugas laboratorium.
4. Setelah mengisi buku peminjaman, petugas laboratorium melakukan verifikasi data untuk menilai kebenaran data yang diisi.
5. Petugas laboratorium menyiapkan alat yang diperlukan dalam kurun waktu 2 x 24 jam dan melakukan cross ceck kelengkapan alat yang dibutuhkan.
6. Apabila alat sudah lengkap, maka alat dibawa ke ruangn praktikum dan digunakan sampai dengan batas waktu peminjaman atau batas waktu yang telah ditetapkan dalam kontrak program diatas.
7. Setelah dilakukan praktikum oleh mahasiswa, maka alat dikembalikan ke ruang alat lab setelah sebelumnya dicek oleh petugas lab.
8. Apabila ditemukan alatnya rusak atau hilang, maka saudara harus mengganti alat yang rusak atau hilang tersebut.
9. Apabila alat yang dikembalikan telah lengkap, maka petugas lab menyimpannya di tempat yang sesuai

### **TEKNIS PRAKTIKUM:**

Sebelum melakukan kegiatan praktikum di laboratorium, maka hal-hal yang harus saudara perhatikan adalah sebagai berikut:

1. Bacalah penjelasan yang tertera di dalam buku modul praktikum Etika dan Hukum Kesehatan dengan baik
2. Sebelum memulai untuk melakukan praktikum, maka saudara akan dipandu oleh pembimbing laboratorium atau instruktur, langkah demi langkah pelaksanaan praktikum ini.
3. Saudara dapat menggunakan video praktikum, sebagai alat bantu pembelajaran (jika ada)
4. Setelah diberikan penjelasan dan dilakukan demo oleh pembimbing, maka saudara dapat berdiskusi dan mengevaluasi langkah-langkah yang telah dipraktikkan sampai semua angkah jelas dan dapat dimengerti.

5. Saudara dapat melakukan praktikum setiap perasat yang ada sendiri sendiri dan didampingi oleh instruktur atau pembimbing menggunakan phantom yang ada di laboratorium.
6. Setelah melakukan praktikum secara mandiri, pembimbing melakukan diskusi dan evaluasi menggunakan daftar tilik yang ada.
7. Apabila setelah di evaluasi, saudara mendapat skor atau nilai diatas nilai batas lulus, maka saudara dinyatakan telah melaksanakan praktikum dan boleh untuk melakukan secara mandiri kepada pasien di lahan praktik. Akan tetapi apabila saudara belum mendapatkan skor yang cukup, maka saudara harus mengulang melakukan praktikum secara mandiri lagi.

### **EVALUASI :**

#### 1) Refleksi Kasus

Merupakan laporan yang dibuat untuk menceritakan kembali pengalaman mahasiswa praktik terhadap ketidaksesuaian antara kasus dengan pengetahuan mahasiswa yang sudah didapatkan sebelumnya. Mahasiswa dituntut untuk dapat kritis melakukan analisis dengan menyertakan berbagai teori yang sudah ada dalam buku atau jurnal.

#### 2) OSCE

- 3) Mini-Cex adalah penilaian berdasarkan hasil observasi langsung terhadap *performance* mahasiswa saat berinteraksi dengan pasien di setting klinik nyata. Penilaian yang dilakukan pada Mini-CEX adalah anamnesis, pemeriksaan fisik terfokus, menyimpulkan hasil pemeriksaan, dan membuat rencana pengelolaan pasien. Waktu yang diperlukan untuk penilaian dengan metode ini disesuaikan dengan pelaksanaan interaksi mahasiswa dengan pasien setelah itu diikuti dengan pemberian *feedback* oleh Penguji.

## **MODUL PRAKTIKUM**

### **Kegiatan Belajar 1**

#### **PRAKTIK HYPNOBITRHING PADA IBU HAMIL DAN BERSALIN**

**Sub CPMK 1 :** Mahasiswa mampu mempraktikkan Hypnobitrhing pada Kehamilan dan Persalinan

**Indikator 1 :**

1. Mahasiswa mampu menguasai tehnik relaksasi
2. Mahasiswa mampu memnguasai tehnik sugesti
3. Mahasiswa mampu menguasai tehnik tehnik Hypnosis dalam kehamilan dan persalinan.

**Waktu Praktikum : 4 jam**

**Pokok Pokok Materi**

Pada kegiatan belajar 1 ini saudara akan mempelajari tentang Praktik Hypnobitrhing pada ibu hamil dan ibu bersalin.

## Pengertian Hypnobirthing

No	Prosedur/Langkah-langkah
	<p><b>Bahan dan Peralatan:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Yoga mat 2</li><li>2. Aroma terapi YLO</li><li>3. Difuser</li></ol> <p><b>Langkah Langkah</b></p> <p><b>1. Latihan Pernafasan dalam (deep breathing)</b> Meski terlihat sederhana, latihan pernafasan sangat efektif untuk membuat Anda lebih rileks. Langkah-langkahnya meliputi:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. Menarik nafas lewat hidung selama 2-4 detik.</li><li>b. Tahan nafas anda selama 2-4 detik</li><li>c. Hembuskan selama 2-4 detik</li><li>d. Kembali tahan nafas selama 2-4 detik</li><li>e. Ulangi seperlunya.</li></ol> <p><b>2. Relaksasi Otot Progresif</b> Tehnik relaksasi ini mengahruskan anda untuk mengencangkan dan melemaskan berbagai kelompok otot, sehingga Anda bisa lebih tenang. Agar tidak terjadi kram otot. Anda dapat melakukan metode ini bersama latihan pernafasan dalam. Ini delapan langkah yang bisa Anda terapkan:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Duduk atau berbaring di ruangan yang nyaman serta jauh dari kebisingan.</li><li>2. Kencangkan otot-otot kaki selama lima detik</li><li>3. Lalu lemaskan otot-otot tersebut selama 5 detik</li><li>4. Rentangkan jari-jari kaki Anda agar tidak kram.</li><li>5. Kembali kencangkan dan lemaskan otot-otot betis dengan durasi waktu yang sama.</li><li>6. Selanjutnya, kencangkan dan lemaskan otot-otot pinggul dan bokong.</li><li>7. Lalu, lakukan juga metode yang sama pada otot-otot perut dan dada.</li><li>8. Setelah itu, kencangkan otot-otot bahu lalu lemaskan.</li><li>9. Anda lalu bisa mengencangkan otot-otot wajah dengan cara mengerutkan wajah sambil memejamkan mata selama 5 detik</li><li>10. Lalu lemaskan otot-otot wajah selama 5 detik</li><li>11. Terakhir, lemaskan otot-otot tangan Anda dengan mengepal tangan selama 5 detik dan melepaskan kepala perlahan-lahan selama 5 detik</li></ol> <p><b>3. Tehnik Visualisasi</b> Beberapa orang memilih untuk melakukan visualisasi dengan bantuan aplikasi yang berisi suara agar lebih memudahkan.</p> <p>Langkah-langkah metode visualisasi adalah sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Duduk atau berbaring dalam posisi yang nyaman</li><li>2. Visualisasikan memori indah yang pernah Anda lalui atau suasana menyenangkan yang sesuai dengan keinginan anda</li><li>3. Gunakan 5 indra Anda untuk mempertajam imajinasi tersebut, terus</li></ol>

	<p>bayangkan selama yang Anda inginkan, mungkin bisa diiringi dengan latihan pernapasan dalam.</p>
	<p><b>Langkah Langkah</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Tes badan Berayu       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Berdiri dengan kaki rapat</li> <li>b. Pandangan di arahkan ke atas</li> <li>c. Intruksikan “ Anda akan mulai merasakan tubuh anda berayun ayun meskipun anda sungguh berusaha untuk tidak berayun. Benar sekali, rasakan diri anda mulai berayun ayun perhatikan semakin ada berupaya untuk tidak berayun, justru tubuh ada semakin berayun ayun”</li> </ol> </li> <li>5. Tes buku dan balon       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Klien berdiri dan meluruskan kedua lengannya ke depan, telapak tangan kanan menghadap ke atas, telapak kiri menghadap ke bawah.</li> <li>b. Klien memejamkan mata dan membayangkan ada setumbuk buku berat ditangan kanan dan ada bola helium yang terikat pada telapak tangan kirinya sehingga tertarik keatas. Setelah beberapa waktu bayangkan beban buku dan tarikan balon.</li> <li>c. Klien boleh membuka mata dan menyaksikan lengan kanannya turun jauh dari imaginasi beban buku dan lengan kirinya naik jauh dari imajinasi balon yang menarik ke atas.</li> </ol> </li> <li>6. Tes mata terpejam       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Klien di minta untuk memejamkan mata kedua kelopak mata dengan lemah lembut seolah olah melihat ke arah ubun ubun</li> <li>b. Biarkan kedua kelopak mata semakin erat terpejam dan lengket seolah olah terdpat lem di kelopak mata. Pada saat klien ingin membuka mata semakin erat terpejam dan klien hanya mendengarkan suara dan panduan hypnoterapis.</li> </ol> </li> <li>7. Tes tangan Menggegam       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Ketua tangan saling menggegam, kecuali kedua jari telunjuk yang lurus ke atas.</li> <li>b. Niatkan kedua jari telunjuk saling mendekat sampai menempel, makin diupayakan saling menjauh malah semakin menempel dan melekat</li> </ol> </li> <li>8. Tes dengan pendulum       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Klien duduk dengan rileks dan tangan memegang tali pendulum kira kira setinggi pandangan mata</li> <li>b. Pusatkan perhatian (fokus) pada pendulum kemudian niatkan pendulum berayun kekiri dan ke kakanan maka setelah bebera[saat pendulum berayun ke kiri ke kanan</li> <li>c. Ganti arah berputar pendulum juga langsung berpuutar</li> <li>d. Pendulum berayun ke depan dan ke belakang</li> </ol> </li> <li>9. Test lemon       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Bimbinhklah nafas alami dan setelah rileks membayangkan dirinya sedang menggigit lemon yang segar dan asam rasanya. Jika klien terlihat memproduksi air lir berlebih tanda bahwa klien menerima sugesti.</li> </ol> </li> </ol>

	10. Mendoakan pasien agar kegiatan relaksasi, afirmasi dan sugesti berlangsung lancar dan persalinan berlangsung lancar
--	---

## FORM HYPNOTERAPI

### 1. Persiapan/Preparasi/Reinduction

- a. Terapis : .....
- b. Pasien : .....

### DATA SUBYEK HIPNOSIS

1. Nama Lengkap : .....
2. TTL : .....
3. Alamat : .....
4. Telepon rumah : .....
5. Status Pernikahan : Menikah O ; Belum Menikah O; Berserai O
6. Nama Suami/Istri : .....Usia.....tahun
7. Nama Anak :
- a. ....Usia.....tahun
- b. ....Usia.....tahun
- c. ....Usia.....tahun
8. Tuliskanlah:
- a. Warna Favorit:
- 1.....
- 2.....
- 3.....
- b. 3 warna yang tidak disukai
1. ....
2. ....
3. ....
- c. 3 tempat Favorit
- 1.....
- 2.....
- 3.....
- d. 3 hal yang tidak disukai dalam hidup/rasa takut/phobia
1. ....
2. ....
3. ....
- e. 3 Kegiatan/kenangan yang paling menyenangkan
1. ....
2. ....
3. ....
- f. 3 kegiatan penting dalam hidup:
1. ....
2. ....

3. ....
- g. Pekerjaan saat ini.....
- h. Apakah anda menikmati pekerjaan anda.....
- i. Sebutkan hal yang ingin anda kerjakan dengan lebih baik.....
- .....
- j. Jika bisa memilih Kembali, anda ingin menjadi.....

**MASALAH KESEHATAN**

Apakah anda sedang dirawat dokter? Ya/tidak

Diagnosis:.....

Apakah anda sedang di terapi psikolog/psikiater? Ya/Tidak

Masalah yang di hadapi :.....

Mengapa anda memutuskan untuk menjalani hyponoterapi?.....

Learneng Chanel : Visual/Auditif/Kinestetik

(di elaborasi oleh terapis)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN KLIEN**

Bersama ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini, oleh karena kesadaran sendiri menyatakan diri bahwa menyetujui menjalani hypnoterapi oleh.....(terapis) di.....(nama tempat/klinik) untuk mengatasi masalah .....

Saya memahami bahwa keberhasilan hypnoterapi ini sangat bergantung kepada kemauan sata untuk rileks serta kemauan yang kuat dari dalam diri saya untuk berubah sesuai dengan yang saya harapkan dnegan di damping oleh terapis. Saya berkeyakinan penuh bahwa terapis berusaha melakukan segala upaya maksimal serta professional dalam menangani masalah saya tersebut.

Kota, tanggal

TTD

2. Relaksasi Dan Induksi ( Mengantarkan Subjek Untuk Masuk Dalam Kondisi Hipnotik)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Isolasi ( Cara Melindungi Subjek Dari Pengaruh Luar Yang Dapat Mengganggu Proses Hypnosis)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4. Tes (Cara Mengetahui Apakah Subjek Sudah Masuk Dalam Kondisi Hypnosis)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

5. Konsolidasi (Mempersiapkan Subjek Untuk Memasuki Tahap Implantasi) Perhatikan Tanda Tanda Rileks

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

6. Implantasi (Menanamkan Sugesti Sesuai Dengan Kesepakatan Dalam Kontrak Dengan Subjek)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

7. Terminasi/Awakening  
(Persiapan Subjek Keluar Dari Kondisi Hypnosis)

.....  
.....  
.....

.....  
.....

## 8. Evaluasi

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## MODUL PRAKTIKUM

### Kegiatan Belajar 2

## PRENATAL YOGA

**Sub CPMK 2 :** Mahasiswa mampu menjelaskan dan mendemonstrasikan Prenatal Yoga

**Indikator 2 :**

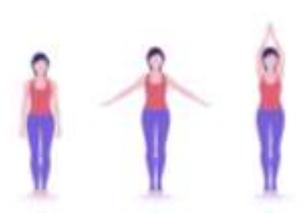
1. Mampu memahami Prenatal Yoga
2. Mampu mempraktikkan Prenatal Yoga

**Waktu Praktikum : 4 jam**

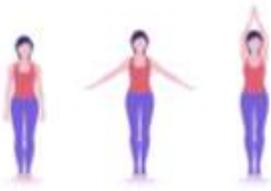
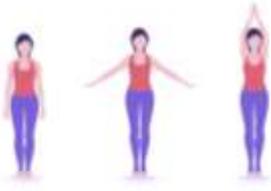
**Pokok Pokok Materi**

Pada kegiatan belajar 2 ini saudara akan mempelajari tentang Model Dasar praktik Kebidanan Prenatal Yoga.

NO	LANGKAH / TUGAS
	<b>PERSIAPAN*</b>
1.	<b>Persiapan Alat*</b> <ol style="list-style-type: none"><li>a. Matras yoga</li><li>b. Block kayu/busa</li><li>c. Birthing ball/gym ball</li><li>d. Guling yoga</li><li>e. Selimut/ handuk besar</li><li>f. Tali</li><li>g. Audio player</li><li>h. Tensi meter</li><li>i. Doppler</li><li>j. Cermin</li><li>k. Baju olah raga yang mudah bergerak</li></ol> <b>Persiapan Pasien*</b> <ol style="list-style-type: none"><li>a. Cuci tangan</li><li>b. Jaga privasi pasien dengan menutup pintu ruangan</li><li>c. Pastikan pencahayaan yang cukup</li><li>d. Pastikan pasien telah menggunakan baju olah raga</li></ol> <b>Prosedur Kerja*</b> <ol style="list-style-type: none"><li>a. Periksa identitas pasien atau tanyakan nama pasien.</li><li>b. Minta pasien berbaring dalam posisi dorsal rekumben.</li><li>c. Pertahankan selimut abdomen dan turunkan selimut ekstremitas.</li><li>d. Periksa tanda-tanda vital pasien</li></ol>

NO	LANGKAH / TUGAS
	e. Periksa DJJ Janin
2.	Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan *
3.	Mencuci tangan*
4.	Menyiapkan alat*
5.	Memberi salam kepada klien dan sapa nama klien*
6.	Menjelaskan tujuan dan Prosedur pelaksanaan*
7.	Menanyakan persetujuan/kesiapan klien*
8.	Minta ibu duduk senyaman mungkin, duduk sukasana, bernafas Panjang dan dalam amati setiap pergelangan nafas. Saat menarik dan menghembuskan nafas, rasakan bagaimana perut bergerak.
9.	Bernafas Panjang dan dalam, optimalkan oksigen yang masuk tubuh. Amati oksigen masuk melewati hidung dan amati nafas yang dikeluarkan dari hidung
10.	Satu jam kedepan dalam proses yoga, tenangkan pikiran tidak berpikir apapun juga kecuali, hanya mengamati nafas dan tubuh sendiri.
11.	Telangkupkan kedua tangan diatas dada, tundukkan kepala dan buatlah afirmasi positif agar Latihan yoga dapat memberikan manfaat Kesehatan dan diberikan perlindunganNya dijauhkan dari segala bahaya.
12.	Persilahkan ibu untuk berdoa membuat satu kalimat positif untuk ibu dan janin yang dikandungnya.
13	<p><b>a. Sequence Prenatal Yoga Periode Latihan 15 menit</b></p> <p>1. Tadasana</p>  <p>2. Utkatasana, tahan untuk 2-3 kali nafas</p>  <p>3. Adho mukha svanasana, lakukan empat kali dan ditahan dalam 3-5 kali siklus nafas. Pose ini diawali dan diakhiri dengan table pose. Kembali ke Tadasana</p>

NO	LANGKAH / TUGAS
	<div data-bbox="759 264 1042 483" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 488 1334 521">4. Virksasana, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p> <div data-bbox="831 539 948 815" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 824 1350 857">5. Trikonasana, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p> <div data-bbox="767 864 1034 1155" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 1164 1402 1229">6. Virabhadrasana II, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p> <div data-bbox="738 1234 1062 1491" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 1496 987 1529">7. Savasana, lakukan selama 5 menit atau lebih.</p> <div data-bbox="715 1529 1086 1749" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 1753 1402 1861">8. Pergunakan nafas untuk perhitungan waktu berapa lama di setiap pose, sehingga nafas harus dalam dan tetap. Awali dengan lima kali nafas untuk setiap posisi dan secara berangsur-angsur dapat ditingkatkan.</p>
14	<p data-bbox="304 1917 1050 1951"><b>b. Sequence Prenatal Yoga Periode Latihan 30 menit</b></p> <p data-bbox="400 1955 1402 2018">Latihan ini focus pada posisi berdiri dengan beberapa Gerakan tubuh menekuk ke belakang, berpilin dan membalikkan tubuh. Antara lain:</p>

NO	LANGKAH / TUGAS
	<p>1. Tadasana</p>  <p>2. Utkatasana, tahan untuk 2-3 kali nafas</p>  <p>3. Gerakan sun salution A/B</p>  <p>4. Adho mukha svanasana, lakukan empat kali dan ditahan dalam 3-5 kali siklus nafas. Pose ini diawali dan diakhiri dengan table pose.</p>  <p>5. Tadasana lakukan selama 1 menit.</p>  <p>6. Trikonasana, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p>

NO	LANGKAH / TUGAS
	 <p>7. Virabhadrasana II, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p>
	 <p>8. Utthita parsvakonasana, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p>
	 <p>9. Ardha chandrasana, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p>
	 <p>10. Prenatal chaturanga, lakukan beberapa kali untuk menguatkan lengan.</p>
	 <p>11. Virksasana, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p>

NO	LANGKAH / TUGAS
	<div data-bbox="831 277 951 555" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="357 562 1404 629">12. Apabila nafas terengah-engah dan dangkal atau perlahan, menunjukkan bahwa Latihan berlebihan dan perlu untuk istirahat sejenak.</p>
	<p data-bbox="304 636 1062 672"><b>c. Sequence Prenatal Yoga Periode Latihan 45 menit*</b></p> <p data-bbox="400 674 1404 891">Latihan ini merupakan kombinasi Gerakan yang lebih menantang yang terdiri dari posisi berdiri, membuka panggul sebagai pemanasan, berdiri dalam posisi tadasana dan biarkan jari-jari saling mengunci di depan tubuh. Tarik nafas dan angkat ke atas kepala parvatasana. Tahan posisi dalam beberapa tarikan nafas, lalu lepaskan dan ulangi, ganti arah mengunci dari jari-jari</p> <ol data-bbox="357 896 528 925" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="357 896 528 925">1. Tadasana</li> </ol> <div data-bbox="762 925 1050 1137" data-label="Image"> </div> <ol data-bbox="357 1149 898 1178" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="357 1149 898 1178">2. Utkatasana, tahan untuk 2-3 kali nafas</li> </ol> <div data-bbox="740 1178 1054 1406" data-label="Image"> </div> <ol data-bbox="357 1417 738 1447" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="357 1417 738 1447">3. Gerakan sun salution A/B</li> </ol> <div data-bbox="794 1447 1007 1821" data-label="Image"> </div> <ol data-bbox="357 1821 957 1850" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="357 1821 957 1850">4. Ardha uttanasana, lakukan selama 1 menit.</li> </ol>

NO	LANGKAH / TUGAS
	<div data-bbox="700 286 1099 517" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 533 1406 600">5. Adho mukha svanasana, lakukan empat kali dan ditahan dalam 3-5 kali siklus nafas. Pose ini diawali dan diakhiri dengan table pose.</p> <div data-bbox="759 607 1042 824" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 831 1350 864">6. Trikonasana, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p> <div data-bbox="767 869 1034 1160" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 1167 1406 1234">7. Virabhadrasana I, lakukan dua kali untuk masing-masing sisi selama 30 detik.</p> <div data-bbox="724 1238 1075 1518" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 1525 1406 1592">8. Parsvottanasana, lakukan tiga kali untuk masing-masing sisi, selama 30 detik.</p> <div data-bbox="764 1597 1038 1888" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="352 1895 1066 1928">9. Prasarita padottanasana, lakukan selama satu menit</p>

NO	LANGKAH / TUGAS
	 <p data-bbox="357 562 1038 595">10. Goddess dan variasinya, lakukan selama 30 detik</p>
	 <p data-bbox="357 913 1401 987">11. Prenatal chaturanga, lakukan 3 kali untuk menguatkan lengan dan tahan dalam beberapa hitungan nafas.</p>
	 <p data-bbox="357 1205 1193 1238">12. Janu sirsasana, lakukan satu kali setiap sisi selama satu menit</p>
	 <p data-bbox="357 1563 954 1597">13. Baddha konasana, lakukan 1 kali (2 menit)</p>
	 <p data-bbox="357 1839 1142 1872">14. Upavistha konasana, lakukan satu kali selama satu menit.</p>

NO	LANGKAH / TUGAS
	<div data-bbox="699 259 1106 477" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="357 479 1027 515">15. Supta baddha konasana, lakukan selama 5 menit</p> <div data-bbox="735 512 1069 759" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="357 761 979 797">16. Savasana, lakukan selama 5 menit atau lebih</p> <div data-bbox="716 797 1086 1014" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="357 1016 1401 1088">17. Jika sudah terbiasa boleh membuat urutan yoga sendiri berdasarkan kebutuhan</p>
15	Membereskan alat*
16	Cuci tangan*
17	Berdoa bersama agar seluruh kegiatan berlangsung lancar
18	Pendokumentasian*

**Sub CPMK 3 :** Mampu melaksanakan Mahasiswa secara individu mampu melakukan Pijat Perinium pada Ibu Hamil

**Indikator 3 :**

1. Mampu memahami konsep pijat perinium pada ibu hamil dan bersalin
2. Mampu melaksanakan pijat perinium pada ibu hamil dan bersalin

**Waktu Praktikum : 4 jam**

**Pokok Pokok Materi**

**A. Standar Penilaian**

1. Aspek Psikomotor

Mahasiswa melakukan tindakan dengan terampil atau kompeten (sesuai prosedur, tanpa bantuan dan sesuai dengan urutan atau sistematis

Kriteria penilaian:

<b>Standar Nilai</b>	<b>Keterangan Penilaian</b>	<b>Solusi Alternatif</b>
a. Nilai 85 - 100	Dinyatakan Kompeten → <b>Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan dengan terampil atau kompeten (sesuai dengan prosedur, tanpa bantuan dan sesuai dengan urutan atau sistematis)	
b. Nilai 70 – 84,99	Dinyatakan Kurang Kompeten → <b>Tidak Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan kurang terampil, (ada sebagian tindakan yang tidak sesuai dengan prosedur, perlu sedikit bantuan, kurang sistematis.	Mahasiswa mengulang pada saat ujian
c. Nilai < 70	Dinyatakan tidak kompeten	Selanjutnya mahasiswa akan

	<p><b>→Tidak Lulus</b></p> <p>Mahasiswa melakukan tindakan tidak terampil, (ada sebagian besar tindakan yang tidak sesuai dengan prosedur, perlu banyak bantuan, tidak sistematis), atau tindakan tidak dikerjakan.</p>	<p>mengikuti program Sistem Pengejaran Kompetensi (SPK)</p>
--	---	---

## 2. Aspek Afektif

Aspek afektif yang dinilai adalah ramah, toleransi, teliti dan komunikatif.

### a. Definisi aspek-aspek afektif Menurut Kamus besar Bahasa Indonesia

1. Ramah : Baik hati, menarik budi Bahasa dan sikapnya (sopan dan santun) dalam memberikan asuhan kebidanan persalinan.
2. Toleransi : bersifat atau bersikap menghargai pendapat, pandangan, kepercayaan, kebiasaan, dan kelakuan yang berbeda atau bertentangan dengan pendirian sendiri
3. Teliti : Melakukan pekerjaan / menganalisis dengan cermat dan seksama
4. Komunikatif : Cara komunikasi dengan orang lain yang mudah dipahami atau dimengerti.

### b. Kriteria Penilaian

Standar Nilai	Keterangan Penilaian	Solusi Alternatif
a. Nilai 85 - 100	Dinyatakan Kompeten <b>→Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan dengan sikap yang ramah, toleransi, teliti dan komunikatif	
b. Nilai 70 – 84,99	Dinyatakan Kurang Kompeten <b>→Tidak Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan dengan sikap kurang ramah, kurang toleransi, kurang teliti, dan kurang komunikatif	Mahasiswa mengulang pada saat ujian
c. Nilai < 70	Dinyatakan tidak kompeten <b>→Tidak Lulus</b>	Selanjutnya mahasiswa akan mengikuti program Sistem

	Mahasiswa melakukan tindakan dengan sikap yang tidak ramah, tidak toleransi, tidak teliti, tidak komunikatif	Pengejaran Kompetensi (SPK) dan pembinaan sikap.
--	--	--

## B. Manfaat

### 1. Mahasiswa

- a. Dengan model pembelajaran ini mahasiswa dapat mengaplikasikan evidence based practice dalam praktik kebidanan.
- b. Selanjutnya dalam tataran kerja, dapat berperan aktif dalam penurunan AKI dan AKB.

### 2. Dosen / Tutor / Pembimbing

Dengan model pembelajaran ini memudahkan dosen dalam menstransformasikan evidence based practice dalam praktik kebidanan secara utuh (terintegrasi) kepada mahasiswa sehingga terlahir bidan-bidan yang professional.

No	Prosedur/Langkah-langkah
1.	Persiapan klien : Inform consent kepada ibu dan keluarga tentang pelaksanaan terapi perineum massase.
2.	Persiapan Lingkungan : <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Menjaga privasi klien ( tutup jendela dan pintu)</li> <li>2) Suasana lingkungan tenang</li> <li>3) Ruangan sejuk</li> <li>4) Alunan suara musik yang lembut</li> <li>5) Gunakan aromaterapi</li> </ol>
3.	Persiapan alat : <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Difuser</li> <li>2) Essensial oil aromaterapi</li> <li>3) Pemutar music</li> <li>4) Cucing Steril (1 buah)</li> <li>5) Bak Instrument Steril (1 buah)</li> <li>6) Bengkok (1 buah)</li> <li>7) Perlak (1 buah)</li> <li>8) Sampah medis (1 buah)</li> <li>9) Sampah non medis (1 buah)</li> <li>10) Oil massage/ KY jelly</li> <li>11) Waslap 2 buah</li> <li>12) Waskom besar</li> <li>13) Air hangat</li> <li>14) Handuk kecil 5 buah (2 buah untuk mengeringkan genetalia pasien, dan 3 buah untuk mengeringkat tangan bidan setelah cuci tangan)</li> <li>15) Hand scoon bersih (1 pasang)</li> <li>16) Handscoon steril (1 pasang)</li> <li>17) Cermin</li> <li>18) Bantal (3 buah)</li> </ol>

	<p>19) Phantom perineum</p> <p>20) Bed pasien</p> <p>21) Selimut (1 buah)</p>
4.	<p>1) Prosedur:</p> <p>2) Persilahkan ibu untu ibu buang air keci atau buang air besar sebelum dilakukan pijat perineum. (apabila perlu)</p> <p>3) Persilahkan pasien untuk berbaring di bed.</p> <p>4) Klien menentukan posisi yang nyaman saat di pijat. (kedua kaki diregangkan, ganjal kepala, punggung, leher dan kedua kaki dengan bantal)</p> <p>5) Pasang perlak</p> <p>6) Meminta ibu untuk membuka celana dalamnya. Pasangkan selimut pada ibu. (menutupi area yang tidak diperlukan, jadi yang terbuka hanya area yang akan kita lakukan pemijatan).</p> <p>7) Cuci tangan dan keringkan</p> <p>8) Dekatkan Waskom berisi air hangat dan handscoon bersih</p> <p>9) Pasang handscoon dan lakukan kompres hangat pada perineum selama 1-2 menit, kemudian keringkan.</p> <p>10) Pegang cermin, jelaskan pada ibu dan suaminya tentang area yang akan dipijat</p> <p>11) Meminta ibu dan suaminya memperhatikan langkah – langkah selama proses pemijatan dilakukan oleh bidan, sehingga nanti bisa diaplikasikan di rumah.</p> <p>12) Lepas handscoon, dan letakkan pada bengkok.</p> <p>13) Cuci tangan dan keringkan</p> <p>14) Dekatkan alat dan bahan yang diperlukan untuk pemijatan : pastikan cucing sudah ada dalam bak instrument steril. Tuangkan oil massage pada cucing, pastikan sudah ada handscoon steril di bak instrument. (perhatikan tehnik aseptiknya)</p> <p>15) Buka bak instrument</p> <p>16) Pasang handscoon steril</p> <p>17) Ambil oil massage yang ada dicucing (ambil oil massage secukupnya, agar tidak mengabil 2 kali)</p> <p>18) Beri instruksi pada ibu untuk tarik napas panjang dan berusaha santai, jangan tegang, sambil masukkan 1 atau 2 jari (jari telunjuk dan atau jari tengah). Kemudian lakukan latihan kegel yaitu dengan instruksi jepit-lepas. Evaluasi latihan kegel dengan menanyakan pada ibu apakah merasakan ada benda yang</p>

dijepit oleh otot panggulnya, dan bidan merasakan jari – jarinya terjepit oleh otot – otot panggul yang berkontraksi. (lakukan 8 kali, 1 kali = 5 kali hitungan)

19) Lakukan tes tekanan pemijatan pada ibu (untuk mendapatkan tekanan yang optimal)

20) Pemijatan pada area kanan:

a. Pemijatan dari dalam:

- Gerakan menelusur dari atas ke bawah (lakukan 8 kali)
- Gerakan memutar atau sirkuler dari arah atas ke bawah (lakukan 8 kali)

b. Pemijatan dari luar

- Gerakan menelusur dari atas ke bawah (lakukan 8 kali)
- Gerakan memutar atau sirkuler dari arah atas ke bawah (lakukan 8 kali)

c. Pemijatan dengan cara menekan, yaitu jari telunjuk yang ada didalam dan jempol yang ada diluar saling bertemu dan memberikan tekanan (lakukan 8 kali)

21) Pemijatan pada area kiri:

a. Pemijatan dari dalam:

- Gerakan menelusur dari atas ke bawah (lakukan 8 kali)
- Gerakan memutar atau sirkuler dari arah atas ke bawah (lakukan 8 kali)

b. Pemijatan dari luar

- Gerakan menelusur dari atas ke bawah (lakukan 8 kali)
- Gerakan memutar atau sirkuler dari arah atas ke bawah (lakukan 8 kali)

c. Pemijatan dengan cara menekan, yaitu jari telunjuk yang ada didalam dan jempol yang ada diluar saling bertemu dan memberikan tekanan (lakukan 8 kali)

22) Tarik dan tekan menggunakan dua jari kebawah menuju sisi area kiri (tahan dalam hitungan 8 kali), sisi area kanan (tahan dalam hitungan 8 kali), dan sisi tengah menuju anus (tahan dalam hitungan 8 kali).

23) Liat apakah ada bekas luka persalinan yang lalu. Apabila ada lakukan pemijatan ekstra, karena bekas luka persalinan tersebut jaringannya teraba kaku. Untuk langkah pemijatannya meliputi gerakan menelusur dari atas ke bawah, gerakan memutar atau sirkuler dari arah atas ke bawah dan pemijatan dengan cara menekan (lakukan masing – masing langkah 8 kali).

24) Lakukan gerakkan akhir yaitu pijat memutari area perineum, kemudian keluarkan jari cara menukik kemudian memberikan sentuhan (seperti

	<p>menyentil).</p> <p>25) Bidan akan melihat area yang dipijat berwarna sedikit merah muda, dan teraba lentur. Sedangkan klien akan merasakan hangat pada daerah yang dipijat (<i>slight burning</i>).</p> <p>26) Dekatkan Waskom dengan air hangat</p> <p>27) Bersihkan area vulva dengan air hangat</p> <p>28) Lakukan kompres hangat (1-2 menit) dan keringkan</p> <p>29) Bantu ibu memakai celana dalam dan memberikan rasa nyaman setelah pemijatan.</p> <p>30) Bersihkan alat dan bahan</p> <p>31) Lepas handscoon dan cuci tangan, kemudian keringkan.</p> <p>32) Mendoakan pasien agar lancar saat persalinan.</p> <p>33) Lakukan dokumentasi.</p>
5.	<p>Evaluasi: Evaluasi kelenturan perineum pasca pemijatan</p>
6.	<p>Hal-hal yang perlu diperhatikan (Petunjuk Umum):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Pertama kali, gunakan cermin untuk mengidentifikasi daerah perineum</li> <li>2) Jika anda merasa tegang, silahkan mandi dengan air hangat atau kompres hangat pada perineum selama 5-10 menit</li> <li>3) Jika anda memiliki luka bekas episiotomy pada persalinan sebelumnya, maka fokuskan untuk memijat pada daerah tersebut. Jaringan parut bekas luka akibat episiotomy menjadi tidak begitu elastic sehingga memerlukan perhatian yang ekstra</li> <li>4) Posisi persalinan sangat mempengaruhi kemungkinan terjadinya robekan pada jalan lahir. Dengan upright positions (duduk, jongkok, berlutut) atau side-lying position (berbaring) dapat mengurangi tekanan pada perineum. Namun, posisi terlentang dengan kedua kaki terbuka dan diangkat ke atas/litotomy membuat rupture (robek) ataupun tindakan episiotomy tidak dapat dihindarkan lagi</li> <li>5) Perineum massage dilakukan pada umur kehamilan &gt; 34 minggu</li> <li>6) Jika anda melakukan pijatan sendiri, mungkin paling mudah menggunakan ibu jari. Bila yang melakukan adalah pasangan anda, dapat menggunakan jari-jari telunjuk</li> <li>7) Dianjurkan untuk melakukan pemijatan ini minimal selama 5-10 menit setiap hari dari umur kehamilan 34 atau 35 minggu kehamilan sampai persalinan dan berhenti pada saat ketuban pecah atau persalinan dimulai</li> <li>8) Kontra indikasi : vaginitis, herpes genital, atau masalah vagina yang lain</li> </ol>

	(ebaliknya tunggu sampai penyakit anda sembuh)
--	--

## MODUL PRAKTIKUM

### Kegiatan Belajar 4

## ENDORPHIN MASSASE

**Sub CPMK 4 :** Mahasiswa secara individu mampu melakukan Endorphin Massase

### Indikator 4 :

1. Mampu menguasai konsep Endorphin massase
2. Mampu mampu melaksanakan Endorphin massase

**Waktu Praktikum : 4 jam**

### Pokok Pokok Materi

#### C. Standar Penilaian

##### 1. Aspek Psikomotor

Mahasiswa melakukan tindakan dengan terampil atau kompeten (sesuai prosedur, tanpa bantuan dan sesuai dengan urutan atau sistematis)

Kriteria penilaian:

Standar Nilai	Keterangan Penilaian	Solusi Alternatif
a. Nilai 85 - 100	Dinyatakan Kompeten → <b>Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan dengan terampil atau kompeten (sesuai dengan prosedur, tanpa bantuan dan sesuai dengan urutan atau sistematis)	
b. Nilai 70 – 84,99	Dinyatakan Kurang Kompeten → <b>Tidak Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan kurang terampil, (ada sebagian tindakan yang tidak sesuai dengan prosedur, perlu sedikit bantuan, kurang sistematis.	Mahasiswa mengulang pada saat ujian
c. Nilai < 70	Dinyatakan tidak kompeten → <b>Tidak Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan	Selanjutnya mahasiswa akan mengikuti program Sistem Pengejaran Kompetensi

	tidak terampil, (ada sebagian besar tindakan yang tidak sesuai dengan prosedur, perlu banyak bantuan, tidak sistematis), atau tindakan tidak dikerjakan.	(SPK)
--	--	-------

## 2. Aspek Afektif

Aspek afektif yang dinilai adalah ramah, toleransi, teliti dan komunikatif.

### a. Definisi aspek-aspek afektif Menurut Kamus besar Bahasa Indonesia

1. Ramah : Baik hati, menarik budi Bahasa dan sikapnya (sopan dan santun) dalam memberikan asuhan kebidanan persalinan.
2. Toleransi : bersifat atau bersikap menghargai pendapat, pandangan, kepercayaan, kebiasaan, dan kelakuan yang berbeda atau bertentangan dengan pendirian sendiri
3. Teliti : Melakukan pekerjaan / menganalisis dengan cermat dan seksama
4. Komunikatif : Cara komunikasi dengan orang lain yang mudah dipahami atau dimengerti.

### b. Kriteria Penilaian

Standar Nilai	Keterangan Penilaian	Solusi Alternatif
a. Nilai 85 - 100	Dinyatakan Kompeten → <b>Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan dengan sikap yang ramah, toleransi, teliti dan komunikatif	
b. Nilai 70 – 84,99	Dinyatakan Kurang Kompeten → <b>Tidak Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan dengan sikap kurang ramah, kurang toleransi, kurang teliti, dan kurang komunikatif	Mahasiswa mengulang pada saat ujian
c. Nilai < 70	Dinyatakan tidak kompeten → <b>Tidak Lulus</b> Mahasiswa melakukan tindakan	Selanjutnya mahasiswa akan mengikuti program Sistem Pengejaran Kompetensi

	dengan sikap yang tidak ramah, tidak toleransi, tidak teliti, tidak komunikatif	(SPK) dan pembinaan sikap.
--	---	----------------------------

#### **D. Manfaat**

##### 1. Mahasiswa

- a. Dengan model pembelajaran ini mahasiswa dapat mengaplikasikan mom spa dalam praktik kebidanan.
- b. Selanjutnya dalam tataran kerja, dapat berperan aktif dalam penurunan angka kesakitan pada ibu

##### 2. Dosen / Tutor / Pembimbing

Dengan model pembelajaran ini memudahkan dosen dalam menstransformasikan mom spa dalam praktik kebidanan secara utuh (terintegrasi) kepada mahasiswa sehingga terlahir bidan-bidan yang professional.

No	Prosedur/Langkah-langkah
7.	Persiapan klien : Inform consent kepada ibu dan keluarga tentang pelaksanaan terapi endorphin massage
8.	Persiapan Lingkungan : <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Suasana lingkungan tenang</li> <li>2) Ruangan sejuk</li> <li>3) Alunan suara musik yang lembut</li> <li>4) Gunakan aromaterapi</li> </ol>
9.	Persiapan alat : <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Matras yoga</li> <li>2) Difuser</li> <li>3) Essensial oil aromaterapi</li> <li>4) Pemutar musik</li> </ol>
10.	Prosedur: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Berdoa</li> <li>2) Anjurkan ibu untuk mengambil posisi senyaman mungkin, bisa dilakukan dengan duduk atau berbaring miring.</li> <li>3) Anjurkan ibu menarik nafas sambil memejamkan mata dan hembuskan nafas dengan lembut. Sementara itu, petugas atau suami mengelus permukaan luar lengan ibu. Mulai dari tangan sampai lengan bawah.</li> <li>4) Lakukan belaian dengan lembut menggunakan punggung jemari, atau hanya ujung-ujung jari.</li> <li>5) Setelah sekitar 5 menit, pindahkan ke tangan yang lain. Teknik ini juga dilakukan dibagian tubuh lain, termasuk telapak tangan, leher, bahu dan paha.</li> <li>6) Teknik sentuhan ini juga efektif dilakukan di daerah punggung, dimulai dari leher, pijat ringan membentuk huruf “v” ke arah luar menuju sisi tulang rusuk ibu. Pijatan-pijatan ini terus turun ke bawah, ke belakang. Anjurkan ibu untuk rileks dan merasakna sensasiya.</li> <li>7) Suami/ petugas dapat memperkuat efek menenangkan dengan mengucapkan kata kata yang menentramkan saat memijatkan.</li> <li>8) Massage dilakukan selama 15 menit</li> <li>9) Mendoakan klien agar lancar saat persalinan</li> </ol>
11.	Evaluasi: Pastikan kondisi ibu rileks dan keluhan rasa nyeri berkurang/ teralihkan



