



MODUL

ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN

UPP KAMPUS KENDAL
JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES SEMARANG

MODUL PRAKTIKUM

ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN

BD.5.013



PENYUSUN :
TIM PENGAMPU ASKEB KEHAMILAN

NAMA :

NIM :

PRODI KEBIDANAN SEMARANG PROGRAM DIPLOMA III
REGULER B JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES SEMARANG
TAHUN AKADEMIK 2024/2025

VISI DAN MISI
PRODI KEBIDANAN SEMARANG
PROGRAM DIPLOMA III

VISI

*“Menghasilkan Lulusan Berbudi Pekerti Luhur Dengan
Keunggulan Pelayanan Kebidanan Esensial Tanggap Bencana
Dan Bersaing di Era Global Tahun 2025”*

MISI

1. Meningkatkan kegiatan pendidikan dan pengajaran dengan membekali ilmu pengetahuan, keterampilan, dan sikap secara optimal agar mampu bersaing di era global
2. Memfasilitasi dosen melakukan penelitian berbasis masalah kebidanan dan kearifan Lokal
3. Memfasilitasi dosen melakukan pengabdian masyarakat berbasis masalah kebidanan dan kearifan lokal.
4. Mengembangkan tata kelola Program Studi secara profesional.
5. Memfasilitasi pengembangan kualitas tenaga pendidik dan kependidikan.
6. Menjalin jejaring dengan alumni, pengguna dan lintas sektor serta lintas program yang terkait

DAFTAR CHECKLIST

1. ANAMNESA
2. PEMERIKSAAN FISIK *HEAD TO TOE*
3. PEMERIKSAAN LEOPOLD
4. SENAM HAMIL
5. KEBUTUHAN ZAT BESI PADA IBU HAMIL
6. KEBUTUHAN NUTRISI IBU HAMIL
7. BODY MEKANIK
8. PERSIAPAN PERSALINAN
9. KETIDAKNYAMANAN MUAL MUNTAH
10. KETIDAKNYAMANAN KONSTIPASI
11. TANDA BAHAYA TRIMESTER III
12. PEMERIKSAAN LABORATORIUM SEDERHANA

PRAKTIKUM ANAMNESA IBU HAMIL

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Kertas
2. Alat tulis

Bahan : -

CHECKLIST ANAMNESA IBU HAMIL

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A	SIKAP			
1	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0 Tidak dikerjakan 1 memberikan salam saja tanpa berjabat tangan 2 memberikan salam dan berjabat tangan			
2	Teruji mempersilahkan klien duduk dan komunikatif. 0 Tidak melakukan 1 Melakukan hanya dengan ucapan saja 2 Melakukan dengan ucapan dan bahasa tubuh			
3	Memperkenalkan diri kepada klien 0 Tidak memperkenalkan diri kepada klien 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dan menyebutkan nama			
4	Percaya diri 0 Terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, suara kurang jelas 1 Tergesa-gesa dan terlihat ragu-ragu 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5	Menjaga privasi klien 0 Tidak dilakukan 1 Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/sampiran saja 2 Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/sampiran			
TOTAL SCORE SIKAP (maksimal 10)				
B	CONTENT			
6.	Menanyakan identitas klien dan suami Meliputi nama, umur, pendidikan, pekerjaan, alamat klien dan suami 0. Tidak dilakukan / tidak menanyakan umur 1. Menanyakan sebagian identitas klien/ suami (< 3) 2. Menanyakan identitas klien dan suami dengan lengkap (≥ 3)			

7.	Menanyakan riwayat kehamilan sekarang. a. HPHT b. Kapan gerakan Janin yang dirasakan pertama kali c. Tanda – tanda bahaya atau penyulit yang dialami d. Keluhan Utama e. Obat yang dikonsumsi / termasuk jamu f. Kekhawatiran khusus 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan sebagian riwayat kehamilan sekarang (< 4) 2. Menanyakan riwayat kehamilan sekarang dengan lengkap (≥ 4)			
8.	Menanyakan status paritas / GPA meliputi hamil ke ... dan riwayat kehamilan terdahulu 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan hanya hamil yang ke ... 2. Menanyakan secara lengkap			
9.	Riwayat kesehatan / penyakit yang diderita sekarang dan lalu : Penyakit Jantung, Hipertensi, Diabetes, Malaria, Penyakit kelamin 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan kurang lengkap (< 4) 2. Menanyakan dengan lengkap (≥ 4)			
10.	Menanyakan riwayat perkawinan meliputi a. pernikahan ke.., b. sah / tidak, c. lama menikah 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan kurang lengkap (< 2) 2. Menanyakan dengan lengkap (≥ 2)			
11.	Menanyakan respon klien dan keluarga terhadap kehamilannya 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan respon klien/ keluarga saja 2. Menanyakan respon klien dan keluarga			
12.	Menanyakan riwayat KB meliputi a. alat KB yang pernah dipakai, b. lama pemakaian, c. alasan dilepas, d. rencana pemakaian alkon setelah persalinan 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan kurang lengkap (< 3) 2. Menanyakan dengan lengkap (≥ 3)			
13.	Menanyakan pola nutrisi, meliputi a. Makan sebelum hamil, b. Makan selama hamil, c. Minum sebelum hamil, d. Minum selama hamil 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan kurang lengkap (< 3) 2. Menanyakan dengan lengkap (≥ 3)			

14.	Menanyakan pola eliminasi, meliputi a. BAB sebelum hamil, b. BAB selama hamil, c. BAK sebelum hamil, d. BAK selama hamil 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan kurang lengkap (< 3) 2. Menanyakan dengan lengkap (≥ 3)			
15.	Menanyakan pola aktivitas, meliputi a. aktivitas sebelum hamil, b. aktivitas selama hamil 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan aktivitas sebelum/ selama hamil 2. Menanyakan aktivitas sebelum dan selama hamil			
16.	Menanyakan pola istirahat, meliputi a. istirahat sebelum hamil, b. istirahat selama hamil 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan pola istirahat sebelum / selama hamil 2. Menanyakan pola istirahat sebelum dan selama hamil			
17.	Menanyakan kebiasaan merokok, minum minuman keras, mengkonsumsi obat terlarang 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan kurang lengkap (< 2) 2. Menanyakan dengan lengkap (≥ 2)			
TOTAL SCORE CONTENT (maksimal 24)				
C.	TEKNIK			
18	Teruji menanyakan secara sistematis 0. Tidak dilakukan atau menyimpang dari topik 1. Menanyakan tetapi tidak secara urut. 2. Menanyakan secara urut/runtut.			
19	Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
20	Teruji memberikan perhatian pada setiap jawaban 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan perhatian tetapi tidak memberikan penguatan 2. Memberikan perhatian dan memberikan penguatan			
21	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil anamnesa tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, hasil anamnesa , tanda tangan & nama terang.			
TOTAL SCORE TEKNIK (maksimal 8)				
TOTAL SCORE SELURUHNYA : 42				
NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{56} \times 100$				

Semarang,.....20...

Pembimbing,

PRAKTIKUM PEMERIKSAAN FISIK IBU HAMIL

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Phantom manusia
2. Pengukur BB
3. Pengukur TB
4. Sphygmomanometer
5. Stetoskop
6. Termometer
7. Penlight
8. Metline
9. Laenec / doppler
10. Kom kapas
11. Bengkok
12. Tempat klorin
13. Tempat sampah basah

Bahan :

1. Kapas DTT
2. Handscoon

CHECKLIST PEMERIKSAAN FISIK IBU HAMIL

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A	SIKAP			
1	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0. Tidak dikerjakan 1. Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2. Memberikan salam dan mempersilahkan duduk			
2	Memperkenalkan diri kepada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2. Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil menjabat tangan			
3	Menjaga privacy pasien 0. Tidak dilakukan 1. Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/sampiran saja 2. Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/sampiran			
4	Percaya diri 0. Teruji gugup 1. Terlihat tergesa-gesa dan ragu – ragu 2. Tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5	Memberikan rasa empati pada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tidak merspon dengan baik 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
	TOTAL SCORE SIKAP (maksimal 10)			
B	CONTENT			
6	Menjelaskan tujuan & prosedur tindakan yang akan dilakukan 0. Tidak dikerjakan 1. Hanya menjelaskan prosedur saja 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan			

7	Mencuci tangan dengan 7 langkah 0 Tidak dilakukan 1 Cuci tangan dilakukan tidak tepat 7 langkah 2 Cuci tangan dilakukan dengan tepat dengan 7 langkah			
8	Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan 0. Tidak dilakukan 1. Hanya menimbang atau mengukur tinggi badan saja 2. Dilakukan keduanya dengan benar			
9	Mengukur Lingkar Lengan Atas dengan cara lengan baju kiri dibuka, siku dilipat, ujung pita lila di letakkan pada puncak bahu direntangkan sampai keujung siku, tentukan bagian tengah pita, memasukkan ujung pita LILA kedalam lubang yang tersedia, membuat bulatan lingkaran lengan di bagian atas tengah lengan, pita melekat pada kulit lengan (tidak terlalu ketat & tidak terlalu longgar) dan menentukan besar lengan atas 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
10	Menyiapkan pasien untuk berbaring dengan terlebih dahulu melonggarkan pakaian 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
11	Memeriksa tanda-tanda vital (tekanan darah, nadi, suhu, respirasi) 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
12	Melakukan pemeriksaan kepala dan leher meliputi pemeriksaan adakah odeme pada wajah, warna konjungtiva dan sklera, kebersihan hidung dan telinga serta mulut, dilanjutkan pemeriksaan kelenjar tiroid dan limfe serta parotis 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
13	Melakukan pemeriksaan payudara meliputi bentuk, ukuran, benjolan, keadaan puting susu dan wana areola mammae serta pembesaran kelenjar ketiak 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			

14	Pemeriksaan abdomen meliputi adakah bekas operasi yang berhubungan dengan kebidanan, linea alba dan strae gravidarum 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
15	Melakukan pemeriksaan leopold 1 dengan terlebih dahulu mengatur posisi kaki ibu sedikit ditekuk dan menghangatkan tangan pemeriksa. posisi pemeriksa menghadap klien kedua tangan menegahkan uterus, menentukan TFU serta bagian janin yang berada di fundus. 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
16	Melakukan pemeriksaan leopold 2 dengan menggunakan kedua tangan untuk menentukan punggung janin 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
17	Melakukan pemeriksaan leopold 3 dengan satu tangan berada di fundus untuk menfiksasi dan tangan yang satu berada di bagian bawah uterus untuk memeriksa bagian janin yang berada paling bawah serta mencoba mengoyangkan untuk memastikan apakah bagian tersebut sudah masuk PAP 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
18	Melakukan pemeriksaan leopold 4 dengan terlebih dahulu mengatur posisi kaki klien lurus pemeriksa menghadap kaki klien kedua tangan pemeriksa memeriksa seberapa jauh bagian terbawah janin masuk PAP 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
19	Menghitung tafsiran berat janin dengan metode Jhoson Tuasak yaitu mengukur TFU dengan Metline dari tepi atas symfisis sampai Fundus Uteri dengan rumus : konvergen (TFU – 12 x 155) atau jika divergen (TFU - 11x155) 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			

20	Menghitung DJJ menggunakan stetoskop leanec selama 1 menit pada punctum maksimum 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
21	Melakukan pemeriksaan hepar,limfa dan CVAT (bila ada indikasi) 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
22	Melakukan pemeriksaan genetalia (bila ada indikasi) 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
23	Melakukan pemeriksaan ekstremitas tangan dan kaki meliputi warna, oedem dan reflek patela (atas indikasi) 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
24	Pemeriksaan Reflek lutut dengan cara: a. Beritahu tentang pemeriksaan lutut b. Meminta ibu duduk santai dengan kaki tergantung c. Mengalihkan perhatian ibu agar tak terpusat pada lutut d. Ketok bawah lutut yaitu pada bagian teledon dibawah tempurung lutut dengan reflek hamer e. Tentukan reflek positif/negatif kuat atau cepat f. Memberi tahu hasil pemeriksaan pada pasien 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
25	Rapikan pasien 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
26	Menyampaikan hasil pemeriksaan fisik pada pasien 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan tidak sempurna 2. Dilakukan dengan benar			
TOTAL SKOR CONTENT (maksimal 42)				
C	TEKNIK			
1	Teruji melakukan secara sistematis 0. Tidak dilakukan 1. Melakukan sebagian tindakan atau tidak secara berurutan 2. Melakukan tindakan secara berurutan			

2	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil pemeriksaan fisik tidak lengkap 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, hasil pemeriksaan fisik, tanda tangan & nama terang.			
	TOTAL SKOR TEKNIK (maksimal 4)			
	TOTAL SKOR SELURUHNYA : 56			
	NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{56} \times 100$			

Semarang,.....20....

Pembimbing,

(.....)

PRAKTIKUM PALPASI LEOPOLD

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Phantom abdomen wanita hamil
2. Metline
3. Laenec / doppler

Bahan :

1. Gel

CHECKLIST PEMERIKSAAN LEOPOLD

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
- 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
- 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A	SIKAP			
1	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0. Tidak dikerjakan 1. Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2. Memberikan salam dan mempersilahkan duduk			
2	Memperkenalkan diri kepada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2. Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil menjabat tangan			
3	Merespon terhadap reaksi klien 0. Tidak merespon 1. Merespon reaksi klien tetapi tidak dengan tepat 2. Merespon reaksi klien dengan tepat			
4	Percaya diri 0. Teruji gugup 1. Terlihat tergesa-gesa dan ragu – ragu 2. Tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5	Teruji memberikan rasa empati pada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tidak merespon dengan baik 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
TOTAL SCORE SIKAP (maksimal 10)				
B	CONTENT			
6	Mencuci tangan sebelum dan sesudah perasat, dengan 7 langkah dan mengeringkan dengan handuk 0. Tidak dilakukan 1. Cuci tangan tidak sempurna atau hanya sebelum/sesudah melakukan perasat saja 2. Cuci tangan dengan sempurna baik sebelum maupun sesudah perasat.			
7	Menjelaskan tujuan & prosedur tindakan yang akan dilakukan			

	0. Tidak dikerjakan 1. Hanya menjelaskan prosedur saja 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan pada klien			
8	Mempersilakan klien ke tempat tidur dan membantu membuka pakaian seperlunya 0. Tidak dilakukan 1. Hanya mempersilahkan klien saja tanpa membantu 2. Mempersilahkan dan membantu klien ke tempat tidur dan membantu membuka pakaian seperlunya			
9	Menghangatkan kedua tangan 0. Tidak dilakukan 1. Tidak menggosok kedua tangan, hanya mengucapkan saja 2. Menghangatkan kedua tangan dengan menggosok kedua telapak tangan			
Melakukan Palpasi Leopold 1				
10	Memposisikan klien dengan lutut sedikit ditekuk dan teruji menghadap wajah klien 0. Tidak dilakukan 1. Memposisikan klien hanya dengan ucapan saja 2. Memposisikan klien dengan ucapan dan tindakan			
11	Menengahkan uterus dengan menggunakan kedua tangan dari arah samping umbilical 0. Tidak dilakukan 2. Menengahkan uterus ke arah yang tepat			
12	Menentukan bagian janin yang berada di Fundus 0. Tidak dilakukan 2. Melakukan palpasi dengan benar dan dapat menentukan bagian janin yang ada di fundus			
13	Kedua tangan meraba fundus kemudian menentukan TFU 0. Tidak dilakukan 2. Kedua tangan meraba fundus dan menentukan TFU			
Melakukan palpasi Leopold 2				
14	Meletakkan kedua tangan disamping kanan kiri perut ibu untuk menentukan letak punggung janin 0. Tidak dilakukan 2. Melakukan palpasi leopold 2 dengan benar			
Melakukan Leopold 3				
15	Meletakkan tangan kiri menahan fundus, tangan kanan, meraba bagian terbawah janin dan menilai apakah bagian terbawah sudah masuk PAP 0. Tidak dilakukan			

	2. Meletakkan tangan kiri menahan fundus, tangan kanan meraba bagian terbawah janin dan menilai apakah bagian terbawah sudah masuk PAP			
Melakukan Palpasi Leopold 4				
16	Memposisikan klien dengan kedua kaki diluruskan teruji menghadap kearah kaki klien 0. Tidak dilakukan 2. Memposisikan klien dengan kedua kaki diluruskan, teruji menghadap kearah kaki			
17	Kedua tangan diletakan pada sisi bagian bawah rahim dan menilai seberapa jauh penurunannya 0. Tidak dilakukan atau kedua tangan meraba pada kedua sisi bagian bawah rahim tetapi tidak dapat menilai seberapa jauh penurunannya. 2. Kedua tangan diletakan pada sisi bagian bawah rahim dan menilai seberapa jauh penurunannya			
18	Membantu pasien turun dan merapikan tempat tidur 0. Tidak dilakukan 2. Dilakukan dengan benar			
19	Menyampaikan hasil dari Leopold I, II, III dan IV 0. Tidak dilakukan 1. Menyampaikan dengan kurang sempurna 2. Menyampaikan dengan sempurna			
	TOTAL SKOR CONTENT (maksimal 28)			
C	TEKNIK			
20	Teruji melakukan secara sistematis 0. Tidak dilakukan 1. Melakukan sebagian tindakan atau tidak secara berurutan 2. Melakukan tindakan secara berurutan			
21	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil pemeriksaan leopold tidak lengkap 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, hasil pemeriksaan leopold, tanda tangan & nama terang.			
	TOTAL SKOR TEKNIK (maksimal 4)			
	TOTAL SKOR SELURUHNYA : 42			
	NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{42} \times 100$			

Semarang,.....20.....

Pembimbing,

(.....)

PRAKTIKUM SENAM HAMIL

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Lembar balik
2. Matras

Bahan : -

CHECKLIST PENDIDIKAN KESEHATAN SENAM HAMIL

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A	SIKAP			
1	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0. Tidak dikerjakan 1. Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2. Memberikan salam dan mempersilahkan duduk			
2	Memperkenalkan diri kepada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2. Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil menjabat tangan			
3	Merespon terhadap reaksi klien 0. Tidak merespon 1. Merespon reaksi klien tetapi tidak dengan tepat 2. Merespon reaksi klien dengan tepat			
4	Percaya diri 0. Teruji gugup 1. Terlihat tergesa-gesa dan ragu – ragu 2. Tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5	Teruji menjaga privacy 0. Tidak dilakukan 1. Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja 2. Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/ sampiran			
TOTAL SCORE SIKAP (maksimal 10)				
B	CONTENT			
6	Menjelaskan maksud dan tujuan 0. Tidak dilakukan 1. Hanya menjelaskan maksud atau tujuan saja 2. Menjelaskan maksud dan tujuan penkes			

7	Melakukan apersepsi dengan menanyakan pengetahuan ibu tentang senam hamil 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan apakah ibu sudah pernah mendengar tentang senam hamil 2. Menanyakan apakah ibu sudah pernah mendengar dan menggali pengetahuan tentang senam hamil			
8	Menjelaskan definisi senam hamil. terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil, secara fisik atau mental, pada persalinan cepat, aman dan spontan 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tetapi kurang sempurna 2. Menjelaskan dengan sempurna			
9	Menjelaskan tujuan senam hamil : Menguasai teknik pernapasan, Memperkuat elastisitas otot, Mengurangi keluhan, Melatih relaksasi, Menghindari kesulitan 0 Tidak dilakukan 1 Menjelaskan secara tidak lengkap (< 4) 2 Menjelaskan secara lengkap (≥ 4)			
10	Menjelaskan Gerakan 1 senam hamil : dilakukan 6 kali sehari, pagi dan malam hari Latihan Pernafasan perut agar dapat melemaskan dinding perut agar mudah diperiksa oleh dokter/bidan. a. Tidurlah terlentang dengan satu bantal, kedua lutut dibengkokkan dan dibuka kurang lebih 20 cm. b. Letakkan kedua telapak tangan di atas perut di sekitar pusat sebagai perangsang. Keluarkan napas dari mulut (tiup) sambil tangan menekan perut ke dalam. c. Tarik napas dari hidung dengan mulut tertutup, perut mengembang mendorong kedua tangan ke atas. Perhatikan bahwa gerakan pernafasan dilakukan dengan perut (jadi dada tidak ikut kembang kempis) 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
11	Menjelaskan Gerakan 2 senam hamil : dilakukan 6 kali sehari, pagi dan malam hari Latihan Pernafasan iga agar mendapatkan oksigen sebanyak mungkin a. Tidur terlentang (seperti pada pernapasan perut), letakkan kedua tangan dalam posisi mengepal di iga sebagai perangsang. b. Bernapaslah seperti pada pernapasan perut, dengan pengecualian tangan menekan iga ke dalam dan iga mengembang mendorong kedua tangan ke arah samping luar.			

	0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
12	Menjelaskan Gerakan 3 senam hamil : dilakukan 6 kali sehari, pagi dan malam hari Latihan Pernafasan dada untuk mengurangi rasa sakit saat bersalin a. Tidur terlentang (seperti pada pernapasan perut), letakkan kedua tangan di dada bagian atas b. Keluarkan napas dari mulut (tiup) dengan tangan menekan dada ke arah dalam c. Tarik napas dari mulut dengan mulut terbuka, dada mengembang mendorong ke dua tangan ke atas. 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
13	Menjelaskan Gerakan 4 senam hamil : dilakukan 6 kali sehari, pagi dan malam hari Latihan Pernafasan panting (pendek-pendek dan cepat) untuk beristirahat atau menghilangkan lelah sesudah mengejan. Juga dilakukan saat ibu sudah merasa ingin mengejan sementara pembukaan belum lengkap, supaya jalan lahir tidak bengkak atau sobek. Pernapasan ini menyerupai pernapasan dada, hanya saja irama pernapasan lebih cepat dengan gerakan napas dihentikan separuhnya (bernapas tidak terlalu dalam, pendek-pendek saja) 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
14	Menjelaskan Gerakan 5 senam hamil : Latihan otot kaki untuk memperlancar sirkulasi darah di kaki dan mencegah pembengkakan pada pergelangan kaki. a. Duduklah dengan posisi kedua lutut diluruskan, tubuh bersandar pada kedua lengan yang diletakkan di belakang pantat. b. Tegakkan kedua telapak kaki dengan lutut menekan kasur. Kemudian tundukkan kedua telapak kaki bersama jari-jarinya. Ulangi beberapa kali. c. Hadapkan kedua telapak kaki satu sama lain dengan lutut tetap menghadap ke atas, kembalikan ke posisi semula. Ulangi terus sebanyak beberapa kali. d. Kedua telapak kaki digerakkan turun ke arah bawah, lalu gerakan membuka ke arah samping, tegakkan, kembali, dan seterusnya.			

	e. Kedua telapak kaki buka dari atas kesamping turunkan, hadapkan, kembali keposisi semula, dan seterusnya. 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
15	Menjelaskan Gerakan 6 senam hamil : Latihan relaksasi untuk Melancarkan peredaran darah, Menghilangkan ketegangan mental dan pikiran, Memudahkan proses persalinan karena membuat serabut otot rahim bekerja bebas untuk membuka leher rahim tanpa nyeri dan berkontraksi baik a. Berbaring terlentang dengan satu bantal di bawah kepala, dua bantal dibawah lutut, satu bantal menyokong kaki, lengan ditekuk pada siku dan beristirahat di atas bantal (bantal kepala akan mencegah kepala bergulir ke samping b. Pada kursi berlengan dengan kaki di atas lantai atau di atas bangku kaki, satu bantal di bawah kepala, paha di sokong seluruhnya, lengan bawah disokong sepanjang lengan kursi 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
16	Menjelaskan Gerakan 7 senam hamil : Latihan berjongkok agar punggung luwes, mencegah sakit pinggang yang nantinya bisa membantu menghilangkan konstipasi selama kehamilan Berdiri dengan kaki menapak lantai yang sejajar serta terpisah 45 cm serta bergantung dengan sokongan yang kuat (misal : bak cuci). Berjongkok kembali di atas tumit, mulai dengan merotasikan lutut kearah luar. Mula-mula mungkin sukar untuk pertama melakukannya tapi jika sering akan terbiasa. Pekerjaan seperti membersihkan sepatu, mengupas kentang, merapikan keranjang dapat dilakukan dengan berjongkok 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			

17	Menjelaskan Gerakan 8 senam hamil : Latihan Kontraksi dan relaksasi Otot-otot dasar Panggul agar meningkatkan elastisitas dan merelaksasi otot selama persalinan sehingga ia harus melakukan tiap hari - Tekan kedua otot bokong bersama-sama serta tarik lubang dubur masuk seperti untuk mencegah BAB. Dihitung 6 perlahan lahan dan relaksasi perlahan-lahan ,lakukan hal ini sampe kerjanya kuat dan sempurna - Sementara melakukan poin a tarik ke atas seperti mencegah pengosongan kandung kemih dan hitung 6 lagi perlahan-lahan serta kemudian relaksasi perlahan-lahan atas kedua kontraksi - Kencangkan hanya otot-otot sekeliling kandung kemih & liang senggama, seperti mencegah kerja kandung kemih, hitung 6 perlahan lahan lagi & relaksasi perlahan – lahan 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
18	Menjelaskan Gerakan 9 senam hamil : Latihan memiringkan panggul - Berbaring terlentang dengan lutut di tekuk dan kaki rata pada ranjang atau lantai, kepala disokong diatas satu/dua bantal - Kencangkan otot-otot bokong dan secara bersamaan tarik masuk dinding perut bagian bawah, tekankan punggung kuat-kuat ke lantai. - Relaksasikan kedua kelompok otot dengan hati-hati dan kontraksikan otot-otot pinggang bawah untuk membuat saluran di bawahnya 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
19	Menjelaskan Gerakan 10 senam hamil : Latihan rotasi panggul untuk melatih otot-otot dinding perut samping - Berbaring terlentang - Gulirkan lutut yang di tekuk di atas tungkai yang lurus dalam usaha menyentuh lantai. - Istirahatkan tungkai yang di tekuk perlahan-lahan sehingga lutut menyentuh lantai pada sisi yang sama. - Selama melakukan senam ini, otot-otot pada sisi dalam paha dan otot-otot dasar panggul harus relaksasi sempurna 0. Tidak dilakukan			

	1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
20	Menjelaskan Gerakan 11 senam hamil : Latihan pengendalian otot untuk melatih otot-otot seluruh tubuh agar tidak tegang - Berbaringlah di atas lantai atau ranjang - Kontraksikan semua otot pada satu lengan atau satu tungkai dan kemudian istirahat penuh - Sementara tubuh istirahat maka otot-otot benar-benar kendur - Lanjutkan dengan mengkontraksikan otot-otot kedua lengan sementara kedua tungkai istirahat dan kemudian kendurkan sempurna. - Ganti dengan mengkontraksikan tungkai. Kontraksikan semua otot pada satu sisi tubuh dan pertahankan sisi lainnya santai - Berbaring terlentang dengan lutut ditekuk dan kaki rata - Tarik otot-otot dinding perut kedalam dan biarkan kedua lutut yang rapat jatuh ke arah sisi ranjang, gunakan tangan untuk membantu duduk, turunkan tungkai bawah ke tepi ranjang dan berdiri. - Gunakan tindakan ini setiap kali berubah dari posisi berbaring ke posisi berdiri sehingga menghindari regangan pada otot-otot dinding perut. - Istirahatkan masing-masing lutut perlahan-lahan sampai kedua lutut menyentuh lantai pada sisinya masing-masing - Otot-otot pada sisi dalam kedua paha dan otot-otot dasar panggul harus relaksasi sempurna. - Sekarang tambahkan kontraksi dinding perut yang kuat tanpa mengencangkan otot-otot lain manapun - Tidak dilakukan - Menjelaskan tidak lengkap - Menjelaskan secara lengkap.			

21	Menjelaskan Gerakan 12 senam hamil : Latihan otot betis untuk mencegah kejang di betis - Berdiri sambil berpegangan pada benda yang berat dan mantap. - Posisikan ibu jari dan jari-jari lain menghadap ke atas. - Regangkan kaki sedikit dengan badan lurus dan pandangan lurus ke depan. - Tundukkan kepala seraya berjongkok perlahan sampai ke bawah tanpa mengangkat tumit dari lantai. - Setelah jongkok, lemaskan bahu. Kempeskan perut, kemudian perlahan kembalilah berdiri tegak, lepaskan kerutan. Lakukan enam kali dalam sehari - Tidak dilakukan - Menjelaskan tidak lengkap - Menjelaskan secara lengkap			
22	Menjelaskan Gerakan 13 senam hamil : Latihan otot pantat dapat mencegah timbulnya wasir saat mengejan - Tidur terlentang tanpa bantal, kedua lutut dibengkokkan dan agak diregangkan. - Dekatkan tumit ke pantat dengan kedua tangan di samping badan. - Kerutkan pantat ke dalam sehingga lepas dari kasur, angkat panggul ke atas sejauh mungkin - Turunkan perlahan (pantat masih berkerut), lepaskan kerutan, dsb. Ulangi enam kali sehari - Tidak dilakukan - Menjelaskan tidak lengkap - Menjelaskan secara lengkap			
23	Menjelaskan Gerakan 14 senam hamil : Latihan anti sungsang dapat membantu anda untuk menjaga image pribadi yang positif dan kesehatan fisik selama waktu ini. Ini dapat membantu anda untuk bisa mengontrol tubuh anda dan dapat membuat kehamilan anda sedikit lebih mudah - Ambil posisi merangkak, kedua lengan sejajar bahu, kedua lutut sejajar panggul dan agak diregangkan. - Kepala di antara kedua tangan, tolehkan ke kiri atau ke kanan. - Letakkan siku di atas kasur, geser siku sejauh mungkin ke kiri dan ke kanan hingga dada menyentuh kasur - Lakukan sehari 2 kali selama 15 menit/kali.			

	e. Batasilah latihan anda untuk tidak lebih dari 15 menit setiap kali melakukannya. f. Pakailah sepatu penyangga dan lihat permukaannya dengan hati-hati untuk menghindari adanya kehilangan keseimbangan anda dan menciderai diri anda sendiri. g. Minumlah air secara cukup sebelum, selama, dan setelah latihan untuk menghindari dehidrasi. h. Lakukanlah latihan secara kontinyu selama anda hamil, dan setelah habis melahirkan 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
TOTAL SCORE CONTENT (maksimal 36)				
C	TEKNIK			
24	Teruji melakukan secara sistematis 0. Tidak dilakukan atau menyimpang dari topik 1. Menjelaskan tetapi tidak secara urut. 2. Menjelaskan secara urut/runtut.			
25	Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
26	Teruji menggunakan media 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar			
27	Teruji memberi kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			
28	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil pendidikan kesehatan senam hamil 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, hasil pendidikan kesehatan senam hamil, tanda tangan & nama terang.			
TOTAL SCORE TEKNIK (maksimal 10)				

	TOTAL SKOR SELURUHNYA : 56			
	NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{56} \times 100$			

Semarang,.....20.....

Pembimbing,

(.....)

PRAKTIKUM PENDIDIKAN KESEHATAN FE IBU HAMIL

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Lembar balik
2. Alat peraga sayur-sayuan dan buah-buahan

Bahan :

1. Tablet Fe

CHECKLIST KEBUTUHAN ZAT BESI IBU HAMIL

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
- 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
- 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A.	SIKAP			
1.	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0. Tidak dikerjakan 1. Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2. Memberikan salam dan mempersilahkan duduk			
2.	Memperkenalkan diri kepada klien 0 Tidak memperkenalkan diri kepada klien 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dan menyebutkan nama sambil berjabat tangan			
3.	Merespon terhadap reaksi klien 0 Tidak merespon 1 Merespon terhadap reaksi klien tapi kurang / tidak tepat 2 Memberikan respon dengan tepat kepada klien			
4.	Percaya diri 0 Terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, dan suara kurang jelas 1 Tergesa-gesa dan terlihat ragu-ragu 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	Memberikan rasa empati pada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tidak merespon dengan baik 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
	TOTAL SKOR SIKAP (MAKSIMAL 10)			
B.	CONTENT			
6.	Menanyakan keluhan klien 0. Tidak dilakukan 1. Sekedar menanyakan keluhan yang dirasakan klien 2. Menanyakan keluhan klien dengan jelas & sopan (apa yang dikeluhkan saat ini, sejak kapan).			

7.	Menjelaskan maksud dan tujuan 0. Tidak dilakukan 1. Hanya menjelaskan maksud atau tujuan saja 2. Menjelaskan maksud dan tujuan penkes			
8.	Melakukan apersepsi dengan menanyakan pengetahuan ibu tentang kebutuhan zat besi 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan apakah ibu sudah pernah mendengar tentang kebutuhan zat besi 2. Menanyakan apakah ibu sudah pernah mendengar dan menggali pengetahuan tentang kebutuhan zat besi			
9.	Menjelaskan perubahan fisiologi ibu hamil yang menyebabkan meningkatnya kebutuhan zat besi (disebabkan adanya pengenceran darah). 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tetapi kurang sempurna 2. Menjelaskan dengan sempurna			
10.	Menjelaskan pengertian zat besi 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan secara singkat (zat besi adalah tablet tambah darah) 2. Menjelaskan secara lengkap (zat besi adalah unsur pembentuk sel darah merah yang sangat dibutuhkan oleh ibu hamil guna mencegah terjadinya anemia selama kehamilan).			
11.	Menjelaskan kegunaan zat besi 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kegunaan zat besi secara singkat (untuk menambah darah) 2. Menjelaskan kegunaan zat besi secara lengkap (sebagai zat penambah darah dan mencegah timbulnya anemia selama kehamilan yang dapat membahayakan jiwa ibu dan menghambat pertumbuhan janin)			
12.	Menjelaskan kebutuhan/ dosis tablet besi perhari yaitu 60 mg/hari 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kebutuhan dalam mengkonsumsi tablet besi tapi kurang sempurna (hanya menyebutkan 1 tablet/ hari) 2. Menjelaskan kebutuhan dalam mengkonsumsi tablet besi dengan sempurna (menyebutkan 1 tablet/ hari yang berisi 60 mg/ tablet)			

13.	Menjelaskan kebutuhan / dosis tablet besi selama hamil yaitu minimal 90 tablet selama kehamilan 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kebutuhan dalam mengkonsumsi tablet besi selama hamil tapi kurang sempurna (hanya menyebutkan kebutuhan Fe minimal 90 tablet) 2. Menjelaskan kebutuhan dalam mengkonsumsi tablet besi selama hamil dengan sempurna (menyebutkan kebutuhan Fe minimal 90 tablet selama kehamilan)			
14.	Menjelaskan waktu yang tepat untuk minum tablet besi yaitu sebaiknya diminum pada malam hari menjelang tidur, karena untuk mengurangi efek mual. 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tetapi tidak sempurna (tidak menyebutkan alasan harus malam hari) 2. Menjelaskan waktu yang tepat saat minum tablet zat besi secara lengkap dan sempurna (menyebutkan diminum pada malam hari menjelang tidur, karena untuk			
15	Menjelaskan cara minum tablet besi yang benar yaitu diminum dengan air putih ditambah dengan vitamin C atau dengan air buah yang mengandung vitamin C 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan cara minum tapi kurang sempurna (hanya menyebutkan dengan air putih tanpa bersamaan vit C atau air buah yang mengandung vitamin C) 2. Menjelaskan cara minum dengan sempurna (menyebutkan diminum dengan air putih ditambah dengan vitamin C atau air buah yang mengandung vitamin C)			
16	Menjelaskan hal yang dapat menghambat penyerapan zat besi yaitu bahwa zat besi tidak boleh diminum bersamaan dengan teh, kopi atau susu karena akan menghambat penyerapannya. 0. Tidak dilakukan atau melakukan dengan tidak sempurna 1. Menjelaskan tidak sempurna (menyebutkan < 3 : teh, kopi, susu) atau tidak menjelaskan alasan tidak boleh bersamaan dengan teh, kopi, susu 2. Melakukan dengan sempurna (menyebutkan teh, kopi, susu serta menjelaskan alasan tidak boleh bersamaan dengan teh, kopi, susu)			
17	Menjelaskan cara penyimpanan tablet besi yaitu disimpan ditempat tertutup dan kering, jangan terkena sinar matahari secara langsung atau dekat dengan sumber panas dan setelah bungkus dibuka ditutup kembali. 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tapi kurang sempurna (≤ 2) 2. Menjelaskan dengan sempurna (> 2)			

18	Menjelaskan efek samping tablet besi yaitu akan timbul rasa mual, susah buang air besar, dan warna tinja dapat menjadi hitam kecoklatan 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan efek samping kurang sempurna (≤ 2) 2. Menjelaskan efek samping dengan sempurna (> 2)			
19	Menjelaskan bahan makanan yang mengandung zat besi 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan bahan makanan yang mengandung zat besi yaitu sayuran yang berwarna hijau tua 2. Menjelaskan bahan makanan yang mengandung zat besi disertai contoh makanannya (yaitu sayuran yang berwarna hijau tua, daging berwarna merah, hati, kacang - kacang)			
20	Melakukan evaluasi : 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan apakah sudah jelas/belum, atau meminta klien mengulang kembali namun tidak memperhatikan benar/ tidaknya. 2. Menanyakan apakah sudah jelas/belum dan meminta klien mengulang kembali, teruji memperhatikan apakah benar/ salah serta mengoreksi jika ada kesalahan.			
	TOTAL SCORE CONTENT (MAKSIMAL: 30)			
C.	TEKNIK			
21	Menjelaskan secara sistematis 0. Tidak dilakukan atau menyimpang dari topik 1. Menjelaskan tetapi tidak secara urut. 2. Menjelaskan secara urut/ runtut.			
22	Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
23	Teruji menggunakan media 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar			
24	Teruji memberikan kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			

25	Menjaga privasi pada klien 0. Tidak dilakukan 1. Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja 2. Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/sampiran			
26	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, inti tindakan penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.			
TOTAL SCORE SIKAP (MAKSIMAL : 12)				
TOTAL SCORE SELURUHNYA : 52				
NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{52} \times 100$				

Semarang,.....20....
Pembimbing,

(.....)

PRAKTIKUM PENDIDIKAN KESEHATAN NUTRISI IBU HAMIL

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Lembar balik

CHECKLIST KEBUTUHAN NUTRISI IBU HAMIL

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A.	SIKAP			
1.	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0. Tidak dikerjakan 1. memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2. memberikan salam dan mempersilahkan duduk			
2.	Memperkenalkan diri kepada klien 0. Tidak memperkenalkan diri kepada klien 1. Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2. Memperkenalkan diri sebagai bidan dan menyebutkan nama sambil berjabat tangan			
3.	Merespon terhadap reaksi klien 0. Tidak merespon 1. Merespon terhadap reaksi klien tapi kurang / tidak tepat 2. Memberikan respon dengan tepat kepada klien			
4.	Percaya diri 0. Terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, dan suara kurang jelas 1. Tergesa-gesa dan terlihat ragu-ragu 2. Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5.	Memberikan rasa empati pada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tidak merespon dengan baik 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
	TOTAL SCORE SIKAP (MAKSIMAL 10)			
B.	CONTENT			
6.	Melakukan apersepsi mengenai kebutuhan zat gizi pada ibu hamil dengan menanyakan kepada pasien “apakah ibu pernah mendapatkan informasi mengenai kebutuhan zat gizi pada ibu hamil sebelumnya, jika sudah, informasi apa saja yang sudah ibu dapatkan” 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap			

7.	Menjelaskan pentingnya pemenuhan nutrisi bagi ibu hamil sangat penting untuk pertumbuhan janin dan ibu, menyiapkan cadangan zat gizi untuk ibu dan bayi, dan menjaga kesehatan yang optimum. 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap			
8.	Menjelaskan prinsip pemenuhan gizi pada ibu hamil, yaitu : Dengan Gizi seimbang 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap			
9.	Menjelaskan kecukupan energi selama kehamilan, yaitu tambahan energi sekitar 285 – 300 kalori/hari (2-3 piring) terutama pada trimester 2 & 3, dan komposisi gizi seimbang yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap			
10.	Menjelaskan manfaat, sumber karbohidrat bahwa karbohidrat mempunyai manfaat sebagai sumber energi yang dapat diperoleh dari sumber makanan gandum, beras, kentang, singkong, ubi jalar, jagung, kacang-kacang kering, dan gula. 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan < 3 2. Menjelaskan ≥ 3			
11.	Menjelaskan manfaat, sumber protein bahwa protein membantu dalam memperbesar dan menguatkan uterus, kelenjar susu dan jaringan lain yang mendukung saat kehamilan dan mempersiapkan saat menyusui . Sumber : daging sapi, ayam, ikan/ makanan laut lainnya, telur, susu, tempe dan kacang-kacangan 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan < 3 2. Menjelaskan ≥ 3			
12.	Menjelaskan manfaat, sumber serat mempermudah ekskresi dan meningkatkan kekuatan otot serta penambahan cairan tubuh, sumber : sayur dan buah-buahan 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap			

13.	Menyebutkan kebutuhan vitamin yaitu Vitamin A, B, C, dan D. Jenis mineral yaitu ; Kalsium, Fosfor, Fe, Zinc, dan Asam Folat, 0. Tidak disebutkan 1. Menyebutkan < 3 2. Menyebutkan ≥ 3			
14.	Menjelaskan sumber, manfaat dan jumlah kebutuhan cairan bahwa cairan digunakan untuk mencegah dehidrasi dan mencegah konstipasi. Kebutuhannya : 2,5 – 3 liter/ hari 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap			
15.	Menjelaskan permasalahan yang mungkin muncul akibat kekurangan nutrisi pada janin : Lahir prematur, Lahir meninggal , Gangguan pertumbuhan intra uterin, Pertumbuhan volume otak , Bayi lahir selamat, tetapi ada hambatan pertumbuhan setelah kelahiran. 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan <3 2. Menjelaskan ≥ 3			
16.	Menjelaskan permasalahan yang mungkin muncul akibat kekurangan nutrisi pada ibu : Anemia, Penurunan daya tahan tubuh, Perdarahan selama persalinan. 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan < 3 2. Menjelaskan dengan lengkap			
17.	Menjelaskan cara mengolah dan menyajikan makanan bahwa memilih bahan makanan yang masih segar, Jangan merendam sayuran yang sudah dipotong terlalu lama, agar vitamin B dan C tidak larut dalam air, selalu gunakan peralatan memasak yang bersih, memasak sayuran jangan direbus terlalu lama agar vitamin di dalamnya tidak hilang, masaklah daging dan ikan sampai benar – benar matang, jangan menggunakan peralatan untuk menyajikan makanan panas dari bahan plastik, hindari menghangatkan makanan berkali kali. 0. Tidak dijelaskan 1. Menjelaskan tidak lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap			
18.	Memberikan contoh menu seimbang untuk ibu hamil 0. Tidak dikerjakan 1. Menjelaskan contoh menu tidak lengkap 2. Menjelaskan contoh menu lengkap			

19.	Melakukan evaluasi : 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan apakah sudah jelas/belum, atau meminta klien mengulang kembali namun tidak memperhatikan benar/ tidaknya. 2. Menanyakan apakah sudah jelas/belum dan meminta klien mengulang kembali, teruji memperhatikan apakah benar/ salah serta mengoreksi jika ada kesalahan.			
	TOTAL SCORE CONTENT (MAKSIMAL: 28)			
C.	TEKNIK			
20.	Menjelaskan secara sistematis 0. Tidak dilakukan atau menyimpang dari topik 1. Menjelaskan tetapi tidak secara urut. 2. Menjelaskan secara urut/ runtut.			
21	Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
22	Teruji menggunakan media 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar			
23	Teruji memberikan kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			
24	Menjaga privasi pada klien 0. Tidak dilakukan 1. Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/sampiran saja 2. Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/sampiran			

25	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, inti tindakan penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.			
	TOTAL SCORE TEKNIK (MAKSIMAL : 12)			
	TOTAL SCORE SELURUHNYA : 50			
	NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{50} \times 100$			

Semarang,.....20.....
 Pembimbing,

(.....)

PRAKTIKUM PENDIDIKAN KESEHATAN BODY MEKANIK

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Lembar balik / leaflet
2. Kursi
3. Bed / kasur
4. Kardus (model barang)

Bahan : -

CHECKLIST PENDIDIKAN KESEHATAN BODY MEKANIK PADA IBU HAMIL

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A	SIKAP			
1	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0 Tidak dikerjakan 1 Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberikan salam dan mempersilahkan duduk			
2	Memperkenalkan diri kepada klien 0 Tidak memperkenalkan diri kepada klien 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dan menyebutkan nama sambil berjabat tangan			
3	Merespon terhadap reaksi klien 0 Tidak merespon 1 Merespon terhadap reaksi klien tapi tidak ditanggapi dengan tepat 2 Memberikan respon dengan tepat kepada klien			
4	Percaya diri 0 Terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, suara kurang jelas 1 Tergesa-gesa dan terlihat ragu-ragu 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5	Teruji menjaga privacy 0 Tidak dilakukan 1 Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/sampiran saja 2 Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/sampiran			
TOTAL SCORE SIKAP (maksimal 10)				
B	CONTENT			
6	Menanyakan keluhan klien 0. Tidak dilakukan 1. Sekedar menanyakan keluhan yang dirasakan klien 2. Menanyakan keluhan klien yang spesifik (apa yang dikeluhkan saat ini, sejak kapan)			
7	Menjelaskan maksud dan tujuan pendidikan kesehatan yang akan dilakukan 0. Tidak dilakukan 1. Hanya menjelaskan maksud atau tujuan saja 2. Menjelaskan maksud dan tujuan penkes			

8	Melakukan apersepsi 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan apakah klien sudah pernah mendengar tentang tanda bahaya pada kehamilan 2. Menanyakan apakah klien sudah pernah mendengar dan menggali pengetahuan tentang body mekanik			
9	Menjelaskan pengertian body mekanik pada ibu hamil yaitu suatu sikap tubuh yang baik untuk menyesuaikan perubahan tubuh pada ibu hamil terutama tulang punggung yang lordosis 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan body mekanik secara tidak lengkap (suatu sikap tubuh yang baik) 2. Menjelaskan pengertian dari body mekanik pada ibu hamil secara lengkap			
10	Menjelaskan manfaat body mekanik yaitu untuk membentuk aktifitas sehari – hari yang aman dan nyaman selama kehamilan, untuk menghindari keluhan sakit punggung 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan manfaat body mekanik secara singkat atau hanya menyebutkan salah satu manfaat 2. Menjelaskan manfaat Body mekanik dengan lengkap			
11	Menyebutkan macam – macam gerakan body mekanik pada ibu hamil yaitu : cara berdiri yang benar, posisi saat duduk, bangun dari posisi tidur, posisi mengangkat beban dan posisi jongkok 0. Tidak dilakukan 1. Menyebutkan gerakan body mekanik tidak lengkap (≤ 3) 2. Menyebutkan macam – macam gerakan body mekanik pada ibu hamil dengan lengkap (> 3)			
12	Teruji mendemonstrasikan cara berdiri yang benar 0. Tidak dilakukan atau mendemonstrasikan cara berdiri yang benar dengan kurang tepat 2. Teruji mendemonstrasikan cara berdiri yang benar dengan tepat			
13	Teruji mendemonstrasikan posisi saat duduk 0. Tidak dilakukan atau mendemonstrasikan posisi saat duduk dengan kurang tepat 2. Teruji mendemonstrasikan posisi saat duduk dengan tepat			
14	Teruji mendemonstrasikan bangun dari posisi tidur 0. Tidak dilakukan atau mendemonstrasikan bangun dari posisi tidur dengan kurang tepat 2. Teruji mendemonstrasikan bangun dari posisi tidur dengan tepat			
15	Teruji mendemonstrasikan posisi mengangkat beban 0. Tidak dilakukan atau mendemonstrasikan posisi mengangkat beban dengan kurang tepat 2. Teruji mendemonstrasikan posisi mengangkat beban dengan tepat			

16	Teruji mendemonstrasikan posisi jongkok 0. Tidak dilakukan atau mendemonstrasikan posisi jongkok dengan kurang tepat 2. Teruji mendemonstrasikan posisi jongkok dengan tepat			
17	Menjelaskan hal – hal yang tidak dianjurkan berhubungan dengan body mekanik pada ibu hamil yaitu : mengangkat beban terlalu berat, melakukan posisi yang salah, naik turun tangga, melakukan posisi tertentu dalam waktu yang lama (misalnya berdiri, duduk bersila, dan bersilang kaki) 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tidak dengan sempurna (≤ 2) 2. Menjelaskan hal – hal yang tidak dianjurkan yang berhubungan dengan body mekanik pada ibu hamil dengan lengkap (> 2)			
18	Melakukan evaluasi 0. Tidak dilakukan 1. Meminta klien untuk menjelaskan salah satu gerak body mekanik. 2. Meminta klien untuk menjelaskan serta memperagakan salah satu posisi body mekanik pada ibu hamil			
	TOTAL SCORE CONTENT (maksimal 26)			
C	TEKNIK			
19	Teruji melakukan secara sistematis 0. Tidak dilakukan atau menyimpang dari topik 1. Menjelaskan tetapi tidak secara urut. 2. Menjelaskan secara urut/runtut.			
20	Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			
21	Teruji menggunakan media 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar			
22	Teruji memberi kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			

23	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, inti tindakan penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.			
	TOTAL SCORE TEKNIK (MAKSIMAL 10)			
	TOTAL SCORE SELURUHNYA : 46			
	NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{46} \times 100$			

Semarang,.....20...
 Pembimbing,

(.....)

PRAKTIKUM PENDIDIKAN KESEHATAN PERSIAPAN PERSALINAN

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Lembar balik / leaflet

Bahan : -

CHECKLIST PENDIDIKAN KESEHATAN PERSIAPAN PERSALINAN

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa

1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar

2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A	SIKAP			
1	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0 Tidak dikerjakan 1 Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberikan salam dan mempersilahkan duduk			
2	Memperkenalkan diri kepada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebut nama 2. Memperkenalkan diri sebagai bidan dengan menyebut nama sambil menjabat tangan			
3	Merespon terhadap reaksi klien 0. Tidak merespon 1. Merespon reaksi klien tetapi tidak dengan tepat 2. Merespon reaksi klien dengan tepat			
4	Percaya diri 0. Teruji gugup 1. Terlihat tergesa-gesa dan ragu – ragu 2. Tenang dan melakukan dengan percaya diri			
5	Memberikan rasa empati pada klien 0. Tidak dilakukan 1. Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tidak merespon dengan baik 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik			
	TOTAL SCORE SIKAP(maksimal 10)			
B	CONTENT			

6	Melakukan apersepsi 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan apakah klien sudah pernah mendengar tentang persiapan persalinan 2. Menanyakan apakah klien sudah pernah mendengar dan menggali pengetahuan tentang persiapan persalinan			
7	Menjelaskan tanda tanda persalinan Timbulnya rasa sakit oleh adanya his yang datang lebih kuat, sering, dan teratur, keluar lendir bercampur darah (bloody show) yang lebih banyak karena robekan - robekan kecil pada serviks, kadang - kadang ketubuh pecah dengan sendirinya dan pada pemeriksaan dalam : serviks mendatar dan pembukaan telah ada 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan tanda-tanda persalinan secara tidak lengkap 2. Menjelaskan tanda-tanda persalinan secara lengkap			
8	Menyebutkan tempat persalinan yang aman Rumah sakit, Puskesmas Poned, Bidan Praktik Mandiri, Rumah Bersalin, Klinik Dokter 0. Tidak dilakukan 1. Menyebutkan tempat persalinan secara tidak lengkap 2. Menyebutkankan tempat persalinan secara lengkap			
9	Menyebutkan macam-macam tenaga kesehatan penolong persalinan Dokter obgin, Dokter Umum, Bidan 0. Tidak dilakukan 1. Menyebutkan macam-macam tenaga penolong persalinan secara tidak lengkap 2. Menyebutkankan macam-macam tenaga penolong persalinan secara lengkap			
10	Menjelaskan perlunya Transportasi ke tempat persalinan Perlu menggunakan mobil, kendaraan roda dua, atau becak. Pertimbangkan milik siapa dan apabila perlu dirujuk maka kendaraan yang akan digunakan sudah ada 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kurang lengkap (< 3) 2. Menjelaskan secara lengkap			

11	Menjelaskan pendamping persalinan Perlu memilih yang akan mendampingi persalinan: suami, ibu, atau saudara perempuan. Pertimbangkan yang akan menjaga anak di rumah jika kehamilan yang kedua atau seterusnya 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kurang lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
12	Menjelaskan persiapan biaya persalinan Biaya persalinan apakah dengan biaya sendiri atau dengan fasilitas jaminan pemeliharaan kesehatan. Pertimbangkan jika perlu rujukan maka biaya akan bertambah banyak. Jika menggunakan biaya jaminan pemeliharaan kesehatan pastikan syarat-syarat dan surat-surat sudah dipersiapkan 0 Tidak melakukan 1 Menjelaskan kurang lengkap 2 Menjelaskan secara lengkap			
13	Menjelaskan hal-hal yang harus disiapkan untuk mengantisipasi kemungkinan kegawatdaruratan Uang, donor darah 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kurang lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap			
14	Mendiskusikan pengambil keputusan utama dalam keluarga jika terjadi kegawatdaruratan dan siapa penggantinya jika pengambil keputusan utama tidak ada 0. Tidak dilakukan 1. Mendiskusikan hanya pengambil keputusan utama saja 2. Mendiskusikan pengambil keputusan utama dan penggantinya jika yang utama tidak ada			
	TOTAL SCORE CONTENT (maksimal 18)			
C	TEKNIK			
15	Menjelaskan secara sistematis 0. Tidak dilakukan atau menyimpang dari topik 1. Menjelaskan tetapi tidak secara urut. 2. Menjelaskan secara urut/ runtut.			
16	Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien			

17	Teruji menggunakan media 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar			
18	Teruji memberikan kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien			
19	Menjaga privasi pada klien 0. Tidak dilakukan 1. Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja 2. Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/ sampiran			
20	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, inti tindakan penkes & hasilnya, tanda tangan & nama terang.			
	TOTAL SCORE TEKNIK (MAKSIMAL12)			
	TOTAL SCORE PENILAIAN 40			
	NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{40} \times 100$			

Semarang,.....20....
Pembimbing,

(.....)

PRAKTIKUM PENDIDIKAN KESEHATAN KETIDAKNYAMANAN MUAL MUNTAH

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Lembar balik / leaflet

Bahan : -

CHECKLIST PENDIDIKAN KESEHATAN KETIDAKNYAMANAN MUAL MUNTAH

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI					
A	SIKAP						
1	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0 Tidak dikerjakan 1 Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberikan salam dan mempersilahkan duduk						
2	Memperkenalkan diri kepada klien 0 Tidak memperkenalkan diri kepada klien 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dan menyebutkan nama sambil berjabat tangan						
3	Merespon terhadap reaksi klien 0 Tidak merespon 1 Merespon terhadap reaksi klien tapi tidak ditanggapi dengan tepat 2 Memberikan respon dengan tepat kepada klien						
4	Percaya diri 0 Terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, suara kurang jelas 1 Tergesa-gesa dan terlihat ragu-ragu 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri						
5	Teruji memberikan rasa empati pada klien 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik.						
	TOTAL SCORE SIKAP (maksimal: 10)						
B	CONTENT						
6	Menanyakan keluhan klien 0. Tidak dilakukan 1. Sekedar menanyakan keluhan yang dirasakan klien 2. Menanyakan keluhan klien yang spesifik (apa yang dikeluhkan saat ini, sejak kapan)						

7	Menjelaskan maksud dan tujuan pendidikan kesehatan yang akan dilakukan 0. Tidak dilakukan 1. Hanya menjelaskan maksud atau tujuan saja 2. Menjelaskan maksud dan tujuan penkes						
8	Melakukan apersepsi 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan apakah klien sudah pernah mendengar tentang ketidaknyamanan mual muntah 2. Menanyakan apakah klien sudah pernah mendengar dan menggali pengetahuan tentang ketidaknyamanan mual muntah						
9	Menjelaskan perubahan fisiologis dan penyebab mual muntah pada awal kehamilan 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan secara tidak lengkap (menyebutkan salah satu: pada kehamilan terjadi perubahan hormon HCG, respon emosional pada kehamilan) 2. Menjelaskan secara lengkap						
10	Menekankan bahwa keluhan mual muntah adalah hal yang fisiologis 0. Tidak dilakukan 1. Menekankan bahwa keluhan mual muntah adalah hal yang normal 2. Menekankan bahwa keluhan mual muntah adalah hal yang normal sehingga ibu tidak perlu mengkhawatirkan hal tersebut						
11	Menjelaskan cara mengurangi ketidaknyamanan mual muntah : a. Menghindari perut kosong atau terlalu penuh, b. Mempertahankan postur tubuh yang baik sesuai dengan kurvatura vertebra yang dapat memberikan ruang cukup bagi lambung, c. Menghindari merokok/ asap rokok, d. Makan makanan ringan yang tinggi karbohidrat saat bangun tidur, e. Istirahat di bed hingga gejala mereda, f. Makan dengan porsi kecil tapi sering, g. Menghindari makan gorengan, berbau & berbau tajam, makanan yang membentuk gas. 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kurang lengkap (≤ 4) 2. Menjelaskan secara lengkap (> 4)						
12	Menjelaskan tanda mual muntah yang patologis jika mengalami muntah secara terus menerus tidak hanya pada pagi hari namun setiap saat bahkan pada malam hari sehingga mengganggu keadaan umum ibu 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan secara tidak lengkap (tanda mual muntah yang patologis jika muntah secara terus menerus) 2. Menjelaskan tanda mual muntah yang patologis secara lengkap						

13	Menganjurkan kepada klien untuk segera menghubungi tenaga kesehatan yaitu bidan atau dokter apabila mengalami tanda – tanda keluhan mual muntah yang patologis 0. Tidak dilakukan 1. Menganjurkan klien untuk segera periksa tanpa memberitahukan siapa yang dituju 2. Menganjurkan kepada klien untuk segera menghubungi tenaga kesehatan apabila mengalami salah satu dari tanda keluhan mual muntah yang patologis						
14	Melakukan evaluasi : 0 Tidak dilakukan 1 Menanyakan apakah sudah jelas/ belum, atau meminta klien mengulang kembali namun tidak memperhatikan benar/ tidaknya. 2 Menanyakan apakah sudah jelas/belum dan meminta klien mengulang kembali, teruji memperhatikan apakah benar/ salah serta mengoreksi jika ada kesalahan						
TOTAL SKOR CONTENT(maksimal: 18)							
C	TEKNIK						
15	Teruji melakukan secara sistematis 0. Tidak dilakukan atau menyimpang dari topik 1. Menjelaskan tetapi tidak secara urut. 2. Menjelaskan secara urut/ runtut.						
16	Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien						
17	Teruji menggunakan media 0. Tidak dilakukan 1. Menggunakan media tetapi tidak efektif 2. Menggunakan media secara efektif dan benar						
18	Teruji memberi kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien						
19	Teruji menjaga privacy 0 Tidak dilakukan 1 Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja 2 Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/ sampiran						

20	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, inti tindakan penkes & hasilnya , tanda tangan & nama terang.						
	TOTAL SCORE TEKNIK (MAKSIMAL: 12)						
	TOTAL SCORE SELURUHNYA : 40						
	NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{40} \times 100$						

Semarang,.....20...
Pembimbing,

(.....)

PRAKTIKUM PENDIDIKAN KESEHATAN KETIDAKNYAMANAN KONSTIPASI

Petunjuk :

1. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan
2. Baca dan pelajari checklist
3. Ikuti petunjuk instruktur
4. Tanyakan pada instruktur bila terdapat hal-hal yang kurang dimengerti

Keselamatan Kerja :

1. Fokuskan perhatian pada pekerjaan dan keselamatan pasien
2. Letakkan peralatan pada tempat yang terjangkau dan pakailah peralatan sesuai dengan fungsinya
3. Perhatikan keadaan umum pasien

Peralatan :

1. Lembar balik / leaflet

Bahan : -

CHECKLIST PENDIDIKAN KESEHATAN KETIDAKNYAMANAN KONSTIPASI

Petunjuk:

Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan penampilan mahasiswa:

- 0 : Langkah kerja tidak diperagakan oleh mahasiswa
 1 : Langkah kerja dikerjakan tetapi masih kurang tepat/belum lancar
 2 : Langkah kerja dikerjakan dengan benar sesuai dengan urutan

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI					
A	SIKAP						
1	Menyambut klien dengan ramah dan sopan 0 Tidak dikerjakan 1 Memberikan salam saja tanpa mempersilahkan duduk 2 Memberikan salam dan mempersilahkan duduk						
2	Memperkenalkan diri kepada klien 0 Tidak memperkenalkan diri kepada klien 1 Memperkenalkan diri sebagai bidan tanpa menyebutkan nama 2 Memperkenalkan diri sebagai bidan dan menyebutkan nama sambil berjabat tangan						
3	Merespon terhadap reaksi klien 0 Tidak merespon 1 Merespon terhadap reaksi klien tapi tidak ditanggapi dengan tepat 2 Memberikan respon dengan tepat kepada klien						
4	Percaya diri 0 Terlihat gugup, tidak melakukan kontak mata, suara kurang jelas 1 Tergesa-gesa dan terlihat ragu-ragu 2 Terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri						
5	Teruji memberikan rasa empati pada klien 0 Tidak dilakukan 1 Memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan tetapi tidak merespon dengan baik 2 Memberikan kesempatan kepada klien untuk menyampaikan keluhan dan segera memberikan tanggapan dengan baik.						
	TOTAL SCORE SIKAP (maksimal: 10)						
B	CONTENT						
6	Menjelaskan kondisi atau permasalahan pasien yang mengalami ketidaknyamanan karena kesulitan BAB 0. Tidak dilakukan 1. Tidak menjelaskan secara lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap (kondisi sulit BAB yang dialami ibu hamil masih dalam kondisi normal karena sulit BAB ini biasa terjadi pada kehamilan trimester II dan III)						

7	Menjelaskan penyebab konstipasi pada kehamilan 0. Tidak dilakukan 1. Tidak menjelaskan secara lengkap 2. Menjelaskan secara lengkap (Kesulitan BAB yang dialami oleh ibu hamil, disebabkan oleh otot tractus digestivus menurun akibat pengaruh hormon progesteron yang mengakibatkan motilitas sel cerna berkurang, kemampuan bergerak menurun akibat relaksasi otot halus, absorpsi air meningkat, dan terjadi penekanan uterus terhadap colon dan rectum)						
8	Menjelaskan cara meringankan atau mencegah konstipasi (cara mengatasi : minum cairan dingin atau hangat terutama saat perut kosong, istirahat cukup, senam hamil, buang air besar segera setelah ada dorongan, tidak boleh memberikan obat-obat yang mengandung laxative) 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kurang dari 5 macam 2. Menjelaskan secara lengkap 5 macam						
9	Menganjurkan pada ibu untuk makan makanan yang mengandung serat 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kurang lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap						
10	Menganjurkan pada ibu untuk minum $\pm$ 8 gelas sehari 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kurang lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap						
11	Menganjurkan pada ibu untuk buang air besar secara teratur 0. Tidak dilakukan 1. Menjelaskan kurang lengkap 2. Menjelaskan dengan lengkap						
12	Melakukan evaluasi 0. Tidak dilakukan 1. Menanyakan apakah sudah jelas/belum, atau meminta klien mengulang kembali namun tidak memperhatikan benar/tidaknya 2. Menanyakan apakah sudah jelas/belum dan meminta klien mengulang kembali, teruji memperhatikan apakah benar/salah serta mengoreksi jika ada kesalahan						
13	Menganjurkan pasien untuk control kembali bila ada keluhan 0. Tidak dilakukan 1. Dilakukan kurang tepat 2. Dilakukan dengan tepat						

	TOTAL SCORE CONTENT (maksimal: 16)						
C	TEKNIK						
14	Teruji melakukan secara sistematis 0. Tidak dilakukan atau menyimpang dari topik 1. Menjelaskan tetapi tidak secara urut. 2. Menjelaskan secara urut/ runtut.						
15	Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti 0. Menggunakan bahasa yang tidak dimengerti oleh klien 1. Sebagian masih menggunakan istilah-istilah medis 2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh klien						
16	Teruji memberi kesempatan untuk bertanya, memberikan umpan balik 0. Tidak dilakukan 1. Memberikan kesempatan kepada klien untuk menanyakan apa yang belum dimengerti dan tidak segera memberikan jawaban 2. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan apa yang belum dimengerti dan segera memberikan tanggapan dari apa yang menjadi pertanyaan klien						
17	Teruji menjaga privacy 0 Tidak dilakukan 1 Menjaga privasi dengan ucapan atau memperagakan menutup pintu/ sampiran saja 2 Menjaga privasi dengan ucapan dan memperagakan menutup pintu/ sampiran						
18	Teruji melakukan pendokumentasian 0. Tidak dilakukan 1. Mendokumentasikan hasil penkes tanpa identitas pelaksana 2. Mendokumentasikan secara lengkap meliputi tanggal, jam, inti tindakan penkes & hasilnya , tanda tangan & nama terang.						
TOTAL SCORE TEKNIK (MAKSIMAL 10)							
TOTAL SCORE SELURUHNYA : 36							
NILAI AKHIR = $\frac{\Sigma}{36} \times 100$							

Semarang,.....20...
Pembimbing,

(.....)