

**WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)
PRAKTIKUM**

Mata Kuliah	: Komunikasi dan Konseling
Materi	: Pembuatan SAP
Nama	: Lia Agusmarlina
Kelompok	: A3

1)

No	Komponen	Pembahasan
1.	Identifikasi masalah	: Masa nifas adalah masa nifas atau sering disebut juga dalam dunia medis yaitu puerperium adalah masa setelah persalinan selesai sampai 6 minggu atau 42 hari. selama masa nifas, organ reproduksi secara perlahan akan mengalami perubahan seperti keadaan sebelum hamil. perubahan organ reproduksi ini disebut involus (Maritalia, 2012).
2.	Pengantar	: Topik: Pengertian masa nifas Subtopik: kebersihan alat resproduksi eksternal pada ibu nifas Sasaran: ibu masa nifas Tanggal/hari: 17 Mai 2022 Waktu: 20 menit Tempat: Puskesmas Karya Mukti
3.	Tujuan Instruksional Umum	: Setelah melakukan penyuluhan, diharapkan para ibu nifas dapat memahami cara dan sikap menjaga kebersihan alat reproduksi eksternal
4.	Tujuan Instruksional Khusus	: Setelah melakukan penyuluhan diharapkan ibu nifas dapat: <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengetahui tahap-tahapan masa nifas 2. Memahami pentingnya perlu menjaga kebersihan vagina pada masa nifas 3. Memahami cara menjaga kebersihan vagina 4. Mengetahui tanda-tanda infeksi pada pervaginaan
5.	Materi	: Penjelasan materi dalam bentuk PPT
6.	Metode	: Presentasi dan tanya jawab
7.	Media	: PPT

No	Komponen	Pembahasan
8.	Kegiatan penyuluhan	: Pembukaan: 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menjelaskan maksud dan tujuan 4. Kontrak waktu 5. Mengkaji pengetahuan para ibu nifas tentang masa nifas Isi: 1. Menjelaskan tentang: a. Pengertian masa nifas b. Tahapan nifas c. Pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi eksternal d. Cara menjaga kebersihan alat reproduksi eksternal e. Mengetahui tanda-tanda infeksi yang dapat terjadi 2. Memberikan kesempatan kepada audiens untuk bertanya 3. Melakukan evaluasi dengan cara mengajukan pertanyaan secara lisan 4. Memberikan penghargaan 5. Mengucapkan terimakasih 6. Penutup: 1. Menyimpulkan materi 2. Mengucapkan salam
9.	Evaluasi	: Metode evaluasi: diskusi dan tanya jawab Jenis pertanyaan: lisan Jumlah pertanyaan: 2 soal Soal: 1. Melakukan hubungan intim saat nifas apakah bisa mengakibatkan hamil? Dan apakah berbahaya ketika masa nifas melakukan hubungan intim? 2. Pada hari ke 35 setelah melahirkan keluar darah deras dan ditemukan gejala perut terasa sakit seperti menstruasi, apakah tersebut normal? Jawaban: 1. setelah masa nifas, jika tidak menggunakan alat kontrasepsi apa pun, termasuk tidak menyusui secara eksklusif, wanita yang aktif berhubungan seksual akan memiliki kemungkinan untuk hamil kembali. Hal ini berhubungan dengan siklus ovulasi. Dalam kondisi darah nifas masih keluar, nekat berhubungan intim juga bisa menimbulkan risiko infeksi ke rahim. Pada prinsipnya, saat berhubungan intim akan ada benda asing masuk ke dalam vagina

No	Komponen	Pembahasan
		<p>dan ketika sedang haid atau dalam masa nifas yang pada dasarnya kotor, bisa memicu infeksi.</p> <p>2. keluhan keluarnya darah setelah melahirkan merupakan hal normal dan wajar kondisi ini disebut dengan nifas yang merupakan suatu kondisi masa peralihan untuk mengembalikan tubuh seperti sebelum ketika hamil, pada masa nifas timbul gejala munculnya pendarahan dimana pada masa nifas seiring rahim menyusut kembali ke ukuran sebelum mengandung rahim akan mengeluarkan sisa-sisa jaringan. jadi kondisi yang dialami oleh ibu bisa jadi merupakan sisa dari darah nifas tersebut atau kembali masa menstruasi. saran saya sebaiknya jika keluhan pendarahan terus terjadi sangat banyak dan tidak berhenti hingga lebih dari 40 hari atau nyeri yang dialami sangat hebat hingga menyebabkan keluhan lemas, letih atau gejala-gejala anemia sebaiknya untuk segera menemui dokter kandungan untuk mendapatkan pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut.</p>