

Nama : Cut Nabila Putri  
NIM : 2110101102  
Kelas/Kelompok : B/B3  
Prodi : S1 Kebidanan

## DOKUMENTASI DISKUSI EVALUASI KONSELING

### Lampiran Teks

-> Konseling Prakonsepsi

Ibu : "Assalamu'alaikum Bu Bidan"

Bidan : "Waalaikum salam WA. WB. Ada yg bisa saya bantu ibu?  
Stimunya? kendikan saya Bidan Nabila yg akan membantu  
Ibu dlm konseling ini. Baik, seblm kita memulai konseling,  
Kita akan mencatat data 'nya dulu ya Ibu"

Ibu : "Baik Bu Bidan, silahkan."

Bidan : "Nama Ibu siapa? .....

"Usia Ibu & dan alam tinggal Ibu? ...

"Stimunya, Ibu sudah menikah berapa lama ya?" ...

"Kata saya lth tau siapa nama suami Ibu? ...

Baik Ibu Siti. ada yg bisa saya bantu?"

Ibu : "Jadi begini Bu Bidan, saya sudah 1 thn menikah dan saya  
belum punya momongan. Mlah saya dan suami ingin segera  
punya momongan Ibu. lalu bagaimana solusinya ya Bu Bidan?"

Bidan : "Jadi Ibu baru menikah sdh menikah 1 thn ya? dan belum  
mendapat momongan?"

Ibu : "Iya Bu Bidan benar."

Bidan : "Baik Ibu, kalau begitu saya ingin bitanya t' lebih dulu.  
Apakah sdh menikah Ibu memakai alat jenis kontrasepsi ya?"

Ibu : "Tidak Ibu Bidan, saya tdk memakai alat kontrasepsi."

Bidan : "Baik, saya jelaskan ya Ibu. Jadi apabila hasil kentak Ibu  
kami telah melakukan hubungan seks tanpa alat kontrasepsi  
a sekitar 15-25% dan apabila wanita b'hubungan seks  
pada masa suburanya yaitu ketika ovulum melepas sel telur

ke dalam rahim. Maka jika ibu memiliki siklus haid normal selama 28 hari maka masa subur / ovulasi dapat terjadi sekitar 14 hari setelah hari pertama haid namun apabila haid tidak teratur maka masa ovulasi terjadi sekitar 12 - 14 hari sebelum hari pertama haid berikutnya. Jadi ibu harus mengetahui dulu nihh masa subur ibu ~~setelah~~ ya akan terjadi sekitar 14 hari setelah hari pertama haid. Disini saya ada 5 cara nihh ibu agar ibu dapat cepat hamil in syaa Allah

- Lakukan hubungan seks secara teratur agar dapat meningkatkan terjadinya pembuahan.
- Menjalani pola hidup sehat
- Batasi konsumsi kafein hingga tidak lebih dari 250 ml / scr per harinya.

Ibu : " Kapan itu apa ya Bu Bidan ? "

Bidan : " Kapan itu setara dgn 1 cangkir kopi & 2 cangkir teh ibu "

Ibu : " Ouh iya Bu Bidan "

Bidan : " - Istirahat yg cukup dgn min. tidur 7-9 jam / hari dan hindari begadang

- Konsumsi suplemen / makanan yg mengandung asam folat karena penting w/ p'tumbuhan dan p'embangan bayi "

Ibu : " Baik Bu Bidan akan saya lakukan. "

Bidan : " Ouh iya ibu jangan lupa w/ cek kesehatan secara rutin ya ibu agar kita dapat mengetahui dan mendeteksi apakah ibu dan suami memiliki penyakit tertentu yg dapat mengganggu janin atau tidak "

Ibu : " Baik bu Bidan. "

Bidan : " Semoga ibu tidak memiliki penyakit yg dapat membahayakan janin ya bu. Baik, apakah ada yg ingin ditanyakan lagi ibu? "

Ibu : " Tidak Bu bidan, sepertinya sudah cukup jelas. "

Bidan : " Semoga konsepsi yg saya berikan ini bermanfaat ya ibu. dan semoga juga ibu dapat ttp sehat dan segera diberikan makanan, amiin ... "

Ibu : " Amiin, terimakasih banyak Bu Bidan. Assalamu'alaikum "

Bidan : " Waataikumsalam Ibu "