

IRNA RARA JUNIKA_2110101068

Kelas: B1

-Tema : **Konseling Kehamilan**

-Sub Tema : *Bahaya kehamilan di USIA REMAJA*

-Pasangan : Mellynda Fortius_2110101068

-Irna Rara Junika : **Bidan/Konselor**

*Mellynda Fortius : **Klien/Konsultan**

-**Klien** : Assalamualaikum bu bidan

-**Bidan** : Waalaikumsalam mba perkenalkan saya bidan rara yang berjaga hari ini di klinik alhafa medika silahkan duduk, maaf kalo boleh tau Namanya siapa dan umur nya berapa mba?

-**Klien** : Mellynda Fortius, 17 tahun bu

-**Bidan** : Baik terimakasih, bagaimana mba ada yang bisa saya bantu?

-**Klien** : Maaf mengganggu waktu bu, kedatangan saya kesini ingin konsultasi bu

-**Bidan** : Tidak apa-apa, owh boleh mba?

-**Klien** : Begini bu umur saya masih menginjak 17 tahun tetapi saya sekarang sedang mengandung 3 bulan, saya takut dengan umur saya yang masih muda terjadi efek yang bahaya bagi kandungan dan ibu nya bu?

-**Bidan** : owh begitu baik mba, sekarang saya periksa tekanan darahnya terlebih dahulu

-**Klien** : Baik bu bidan

-**Bidan** : Tekanan darah normal mba, begini, saya akan jelaskan tentang kehamilan di usia 17 tahun

-**Klien** : Baik bu, bagaimana?

-**Bidan** : Begini mba, Perempuan yang hamil di usia remaja, beresiko tinggi melahirkan bayi prematur. Hal ini terjadi karena rahim masih belum sepenuhnya siap mengalami proses kehamilan. Selain itu kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi saat hamil juga dapat menyebabkan berat badan bayi yang baru lahir rendah.

-Klien : owh begitu, lalu apa yang harus saya lakukan untuk menghindari hal tersebut tidak terjadi bu?

-Bidan : Tidak usah panik mba, saya akan memberitahu cara menjaga kehamilan di usia muda, begini tips yang bisa saya beritahu

1. Penuhi nutrisi untuk diri dan janin. Janin dalam perut Anda juga membutuhkan nutrisi dari makanan. ...

2. Rajin minum air putih. ...

3. Olahraga. ...

4. Hindari kebiasaan yang kurang baik saat hamil. ...

5. Rutin cek kesehatan ke dokter.

6. Tidak boleh banyak pikiran bagi ibunya

-Klien : kalau boleh tau olahraga apa yang baik untuk ibu hamil bu?

-Bidan : ibu bisa melakukan olahraga seperti, Jalan santai.

Berenang. Aerobik khusus ibu hamil. Menari. Yoga dan pilates.

Senam ibu hamil.

- Klien : baik bu, kalau kebiasaan yang tidak baik untuk ibu hamil seperti apa ya bu?

-Bidan : begini Bu kebiasaan yang tidak baik untuk ibu hamil adalah seperti

Merokok.

Minum Minuman Berkafein. ...

Minum Minuman Beralkohol. ...

Mengonsumsi Makanan dan Minuman Manis. ...

Makan Junkfood. ...

Minum Obat.

- Klien : owh seperti itu bu baik

- Bidan : iya Bu bagaimana sudah jelas atau ada yang perlu ditanyakan lagi Bu?

-Klien : owh baik bu sudah jelas l,terimakasih banyak atas informasi bu bidan, nanti saya akan melakukan anjuran dari bu bidan

-Bidan : Iya mba sama-sama, nanti bila ada masalah atau terjadi yang tidak-tidak bisa dating Kembali kesini

-Klien : Terimakasih bu bidan, saya pamit pulang dulu, Assalamualaikum bu bidan

-Bidan : Sama-sama mba, jangan lupa pesan saya yang tadi dan semoga pesan saya bisa membantu mba, wassalamualaikum mba.