

Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan



MODUL 2

KEBUTUHAN DASAR KEBIDANAN

2019



**KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA**

Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES PALANGKARAYA**

VISI

“Menghasilkan Lulusan Sarja Terpan Kebidanan
yang Unggul, Berkarakter, Berbasis Kearifan Lokal
Menuju daya saing Global Tahun 2024 Dengan
Unggulan Kebidanan Komunitas”

MISI

1. Menyelenggarakan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan Yang berkualitas mengikuti perkembangan IPTEK berbasis kearifan Lokal dengan keunggulan Kebidanan Komunitas.
2. Melaksanakan penelitian yang mengikuti perkembangan IPTEK serta selaras dengan kearifan lokal dengan unggulan kebidanan komunitas.
3. Melaksanakan pengabdian kepada masyarakat yang berorientasi pada kebidanan komunitas melalui pemberdayaan masyarakat dibidang kesehata ibu dan anak serta Kesehatan reproduksi.
4. Meningkatkan Produktifitas kualitas sumber daya manusia serta pengelolaan sarana dan perasana untuk mendukung pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi

MODUL 2
BAHAN AJAR CETAK
KEBIDANAN

**KEBUTUHAN DASAR
KEBIDANAN**

DAFTAR ISI

BAB II: PRINSIP-PRINSIP KEBUTUHAN HIGIENE PADA IBU DAN BAYI	53
Topik 1.	
Konsep Personal Higiene.....	54
Latihan	68
Ringkasan	69
Tes 1	70
Topik 2.	
Mencuci Rambut dan Menyisir Rambut, Memandikan ibu dan Bayi, Serta Melakukan Vulva Higiene.....	71
Latihan	78
Ringkasan	79
Tes 2	79
Topik 3.	
Menyiapkan Tempat Tidur Klien.....	81
Latihan	85
Ringkasan	86
Tes 3	86
KUNCI JAWABAN TES.....	88
DAFTAR PUSTAKA	89

Pengantar Mata Kuliah

Pelayanan atau asuhan kebidanan yang bersifat langsung kepada pasien atau klien dalam upaya memenuhi kebutuhan dasar adalah Keterampilan Dasar Kebidanan. Materi Keterampilan dasar Kebidanan menjelaskan tentang pengukuran maupun perhitungan tanda-tanda vital pada maternal neonatal, prinsip pemberian obat, prinsip kebutuhan higiene ibu dan bayi, dan prinsip penatalaksanaan eliminasi

Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian, anatomi yang berkaitan dengan keterampilan, mengidentifikasi kebutuhan pasien/klien, selanjutnya dapat menentukan keterampilan dasar kebidanan yang tepat dalam lingkup pengkajian tanda-tanda vital maternal neonatal, prinsip pemberian obat, prinsip kebutuhan hygiene ibu dan bayi, dan prinsip penatalaksanaan eliminasi meliputi:

- 1.P engkajian tanda-tanda vital yaitu mengukur suhu badan, menghitung denyut nadi, menghitung pernafasan dan mengukur tekanan darah pada maternalneonatal
- 2.M enjelaskan prinsip pemberian obat secara topikal yaitu melalui mulut, kulit, mata, telinga, hidung dan suppositoria. Untuk pemberian obat secara parenteral yaitu intra Cutan, Sub Cutan, Intra Muskular dan Intra Vena
- 3.M enjelaskan kebutuhan Higiene pada ibu dan bayi meliputi perawatan kulit, memandikan ibu dan bayi, menggosok punggung, perawatan kaki dan kuku, higiene pada mulut dan gigi, perawatan mulut dan gigi khusus, perawatan gigi palsu, menyisir dan mencuci rambut, perawatan mata, telinga dan hidung, perawatan perineum, mengganti pakaian dan popok pada bayi serta lingkungan sekitar pasien/klien.
- 4.M enjelaskan prinsip kebutuhan eliminasi pada ibu dan bayi meliputi: mendiskripsikan proses berkemih fisiologi uri dan alat vital (alvi), mengkaji riwayat masalah eliminasi uri dan alvi, memasang dan mencabut kateter, irigasi kateter,
- 5.m enguatkan otot dasar panggul, masalah-masalah berkaitan dengan eliminasi uri dan alvi, pemeriksaan diagnostik uri dan alvi, menolong BAB/BAK di tempat tidur, pemberian obat laksatif dan anti diare serta memasang dan mencabut enema

Bahan ajar Keterampilan Dasar Kebidanan terdiri dari 3 Bab sebagaiberikut:

Bab 1. Pengkajian tanda-tanda vital pada ibu dan bayi

1. Menjelaskan cara mengukur suhu badan
2. Menjelaskan cara menghitung denyut nadi
3. Menjelaskan cara menghitung pernafasan
4. Menjelaskan cara mengukur tekanan darah
5. Menjelaskan cara memberikan obat oral dan topikal
6. Menjelaskan cara memberikan obat parenteral/injeksi

Bab 2. Prinsip –prinsip kebutuhan higiene pada ibu dan bayi

1. *Menjelaskan konsep personal hygiene*
2. *Menjelaskan Anatomi Kulit, anatomi mulut dan gigi*
3. *Menjelaskan Oral Hygiene*
4. *Menjelaskan perawatan kaki dan kuku*
5. *Menjelaskan konsep rambut*
6. *Menjelaskan menyisir rambut*
7. *Menjelaskan mencuci rambut*
8. *Menjelaskan memandikan bayi dan ibu*
9. *Menjelaskan perawatan perineal atau vulva hygiene*
10. *Menjelaskan cara menyiapkan dan merapikan tempat tidur pasien/klien*

Bab 3 Prinsip kebutuhan eliminasi uri dan alvi

1. Menjelaskan konsep eliminasi
2. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi eliminasi uri
3. Menjelaskan Perubahan dalam eliminasi urine
4. Mengkaji riwayat masalah eliminasi pada klien
5. Mengidentifikasi masalah masalah terkait dengan eliminasi uri
6. Menjelaskan upaya mengatasi masalah pada sistem perkemihan
7. Mempertahankan kebiasaan eliminasi dengan terapi obat
8. Menjelaskan cara menguatkan otot dasar panggul
9. Menjelaskan Bladder training
10. Menjelaskan cara memasang dan mencabut kateter
11. Menjelaskan cara Irigasi pada keterisasi
12. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi eliminasi alvi
13. Menjelaskan masalah defekasi
14. Menjelaskan Pemeriksaan dianostik alvi
15. Menjelaskan cara menolong buang air besar pada klien di tempat tidur
16. Menjelaskan cara melakukan enema atau Hukna

BAB II

PRINSIP-PRINSIP KEBUTUHAN HIGIENE PADA IBU DAN BAYI

PENDAHULUAN

Selamat berjumpa para mahasiswa Diploma Kebidanan, Semoga kabar baik menyertai Anda semua, dan selalu dalam lindungan Allah SWT, selalu semangat dengan motivasi belajar tinggi. Dalam Bab 2 kita akan mempelajari Prinsip –prinsip kebutuhan higiene pada ibu dan bayi terdiri dari tiga Topik yaitu Topik 1 tentang Anatomi Kulit, anatomi mulut dan gigi, Membersihkan mata, hidung dan telinga, Merawat gigi dan mulut,merawat kuku. Topik 2: Mencuci rambut dan menyisir rambut, Memandikan Ibu dan bayi,Melakukan vulva higiene, dan pada Topik 3: Menyiapkan dan merapikan tempat tidur pasien/klien.

Higiene dalam bahasa Yunani artinya sehat. Higiene perseorangan adalah tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang mencapai kesejahteraan fisik dan psikis. Pada umumnya klien mampu melakukan kebutuhan higiene pada dirinya dan bayinya, namun Bidan selalu membantu memenuhi kebutuhan personal higiene ibu dan bayinya. Selain dapat menjelaskan Prinsip –prinsip kebutuhan higiene pada ibu dan bayi juga mampu melakukannya. Untuk itu diperlukan pengalaman belajar praktikum agar memperoleh pengalaman belajar dalam mencapai kompetensi melakukan pemenuhan kebutuhan higiene pada ibu dan bayi. Pengalaman belajar dimulai mahasiswa melakukan praktikum di laboratorium, selanjutnya melakukan di tatanan nyata saat melaksanakan praktik klinik di Rumah sakit, Puskesmas, dan di Bidan Praktik Mandiri.

Setelah mengikuti perkuliahan keterampilan dasar kebidanan mahasiswa semester I D.III Kebidanan dapat menjelaskan prinsip –prinsip kebutuhan higiene pada ibu dan bayi pengkajian tanda-tanda vital maternal neonatal. Secara khusus, diharapkan mahasiswa dapat menjelaskan:

- 1.A anatomi Kulit
- 2.a anatomi mulut dan gigi,
- 3.k ebersihkan mata, hidung dan telinga,
- 4.p erawat gigi dan mulut,merawat kuku.
- 5.c ara mencuci rambut dan menyisir rambut,
- 6.c ara memandikan Ibu dan bayi,
- 7.t entang vulva higiene,
- 8.p ersiapan dan kerapian tempat tidur klien

Topik 1

Konsep Personal Higiene

Selamat belajar kepada mahasiswa Diploma Kebidanan, Semoga Allah SWT., Tuhan yang maha Esa meridhoi kita semua, serta Saudara sebagai mahasiswa tetap mempunyai motivasi tinggi dalam belajar. Amin...

Saudara pada Topik 1 yang dipelajari adalah tentang Konsep personal higiene yang meliputi anatomi kulit, anatomi mulut dan gigi, bagaimana cara membersihkan mata, hidung dan telinga, merawat gigi dan mulut pada klien sadar maupun yang khusus, memandikan klien di tempat tidur, perawatan vulva higiene serta merawat kuku.

Konsep personal higiene atau perawatan diri

a. Pengertian

Perawatan diri atau personal higiene adalah salah satu kemampuan dasar manusia dalam memenuhi kebutuhannya guna memepertahankan kehidupannya, kesehatan dan kesejahteraan sesuai dengan kondisi kesehatannya, klien dinyatakan terganggu keperawatan dirinya jika tidak dapat melakukan perawatan diri (Depkes 2000).

b. Tujuan dari personal hygiene

Tujuan dari personal hygiene adalah:

- 1) Menghilangkan minyak yang menumpuk , keringat , sel-sel kulit yang mati dan bakteri
- 2) Menghilangkan bau badan yang berlebihan
- 3) Memelihara integritas permukaan kulit
- 4) Menstimulasi sirkulasi / peredaran darah
- 5) Meningkatkan perasaan nyaman bagi klien
- 6) Memberikan kesempatan untuk mengkaji kondisi kulit klien.
- 7) Meningkatkan percaya diri seseorang
- 8) Menciptakan keindahan
- 9) Memelihara kebersihan diri
- 10) Meningkatkan derajat kesehatan seseorang

c. Dampak yang Timbul pada Masalah *Personal Hygiene*

Dampak yang sering timbul pada masalah *personal hygiene* (Tarwoto & Wartonah, 2004) meliputi:

1. Fisik

Gangguan kesehatan fisik yang diderita seseorang karena tidak terpelihara kebersihan perorangan adalah gangguan integritas kulit, gangguan membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik pada kuku.

2. Psikososial

Masalah psikososial yang berhubungan dengan *personal hygiene* adalah dengan gangguan pemenuhan kebutuhan personal higiene, maka yang berkaitan dengan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, kebutuhan harga diri, aktualisasi diri, dan interaksi sosial juga terjadi gangguan semisal ada gangguan pada kulit, maka akan menimbulkan individu merasa kurang nyaman, kurang percaya diri dalam hal menyintai dan dicintai, interaksi sosial maupun aktualisasi

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi *personal hygiene*

Individu melakukan *personal hygiene* dipengaruhi oleh sejumlah faktor antara lain:

1. Citra tubuh (*Body Image*)

Pencitraan terhadap diri memotivasi individu untuk melakukan bagaimana individu memelihara *hygiene* atau kebersihan diri. Jika klien merasa dirinya sebagai orang yang harus tampil bersih, sehat sebagai individu yang dihormati, maka individu akan melakukan perawatan yang menimbulkan kerapian dan kebersihan pada dirinya. Klien yang tampak berantakan atau tidak peduli dengan *hygiene* atau pemeriksaan lebih lanjut untuk melihat kemampuan klien berpartisipasi dalam *hygiene* harian (Potter & Perry, 2009). *Personal hygiene* yang baik akan mempengaruhi terhadap peningkatan citra tubuh individu (Stuart & Sudeen, 1999 dalam setiadi, 2005).

Penampilan umum klien dapat menggambarkan *personal hygiene* pada klien tersebut. Citra tubuh merupakan konsep subjektif seseorang tentang tubuhnya, termasuk penampilan, struktur atau fungsi fisik. Citra tubuh dapat berubah karena operasi, pembedahan, menderita penyakit, atau perubahan status fungsional. Maka Bidan harus berusaha ekstra untuk meningkatkan kenyamanan dan penampilan *hygiene* klien (Potter & Perry, 2009)

2. Praktik sosial

Kelompok sosial mempengaruhi bagaimana klien melakukan praktik *personal hygiene* apa saja yang dilakukan dan frekuensi perawatan pribadi. Selama masa kanak-kanak, kebiasaan keluarga mempengaruhi *hygiene*, misalnya frekuensi mandi, waktu mandi dan jenis *hygiene* mulut. Pada masa remaja, *hygiene* pribadi dipengaruhi oleh teman, seperti remaja wanita mulai memperhatikan pada penampilan pribadi dan mulai memakai riasan wajah. Pada masa dewasa, teman dan kelompok kerja membentuk penampilan pribadi. Sedangkan pada lansia beberapa praktik *hygiene* berubah karena kondisi hidupnya dan sumber yang tersedia serta kelemahan fisik (Potter & Perry, 2009).

3. Status sosial ekonomi

Status ekonomi akan mempengaruhi jenis dan sejauh mana praktik *hygiene* dilakukan. Bidan sensitif terhadap status ekonomi klien yang ada pengaruhnya terhadap kemampuan pemeliharaan *hygiene* klien tersebut. Jika klien mengalami masalah ekonomi, klien akan kesulitan menyediakan alat maupun bahan untuk *hygiene* dasar seperti pengharum, sabun cuci tangan atau pakaian, perlengkapan mandi dengan jumlah kurang memadai. Keluarga dan klien akan membelanjakan pendapatan untuk menyediakan fasilitas dan kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan untuk menunjang hidup dan kelangsungan hidup keluarga.

4. Pengetahuan dan motivasi kesehatan

Pengetahuan tentang *personal hygiene* sangat penting, karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan dan memotivasi individu untuk melakukan praktik *hygiene* (Notoatmodjo, 2001).

Kesulitan internal yang mempengaruhi akses praktik *hygiene* adalah ketiadaan motivasi karena kurangnya pengetahuan. Klien berperan penting dalam menentukan kesehatan dirinya karena perawatan diri merupakan hal yang paling dominan pada kesehatan masyarakat kita. Banyak keputusan pribadi yang dibuat tiap hari membentuk gaya hidup dan lingkungan sosial dan fisik (Potter & Perry, 2011).

5. Budaya

Kebudayaan dan nilai pribadi mempengaruhi kemampuan perawatan *personal hygiene*. Seseorang dari latar belakang kebudayaan yang berbeda, mengikuti praktik perawatan *personal hygiene* yang berbeda. Keyakinan yang didasari kultur sering menentukan definisi tentang kesehatan dan perawatan diri. Beberapa budaya tidak menganggap sebagai hal penting (Galanti, 2004 dalam Potter & Perry, 2009). Bidan tidak boleh menyatakan ketidaksetujuan jika klien memiliki praktik *hygiene* yang berbeda dari dirinya, tetapi disarankan sesuai dengan budaya yang ada mandi sehari dua kali.

6. Kebiasaan atau Pilihan Pribadi

Setiap klien memiliki keinginan individu dan pilihan tentang kapan untuk mandi, perawatan kuku dan melakukan perawatan rambut. Pemilihan perawatan didasarkan pada selera pribadi, kebutuhan dan dana. Pengetahuan tentang pilihan klien akan membantu perawatan yang terindividualisasi. Selain itu, bantu klien untuk membangun praktik *hygiene* baru sesuai kebutuhan. Contohnya, perawat harus mengajarkan perawatan *hygiene* kaki pada penderita diabetes.

7. Kondisi Fisik Seseorang

Klien dengan keterbatasan fisik karena menderita penyakit yang menimbulkan rasa nyeri, kelainan otot, mudah kelelahan biasanya tidak memiliki kemampuan untuk melakukan *hygiene*. Contohnya: pada klien dengan traksi atau gips, atau terpasang infus intravena,

penyakit dengan rasa nyeri penyakit kronis (jantung, kanker, neurologis, psikiatrik) sering melelahkan klien. Genggaman yang melemah akibat artritis, stroke, atau kelainan otot menghambat klien untuk menggunakan sikat gigi, handuk basah, atau sisir, maka perlu di bantu untuk melakukan aktivitas higiene (Potter & Perry, 2009).

Pada klien yang sedang sakit, biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan. Hal ini karena Bidan menganggap masalah kebersihan adalah masalah sepele, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum (dalam Tarwoto & Wartonah 2006).

e. Tipe personal hygiene

1) Kesehatan Gigi dan Mulut

Mulut beserta lidah dan gigi merupakan sebagian dari alat pencernaan makanan. Makanan sebelum masuk ke dalam perut, perlu dihaluskan, maka makanan tersebut dihaluskan oleh gigi dalam rongga mulut. Lidah berperan sebagai pencampur makanan, penempatan makanan agar dapat dikunyah dengan baik dan berperan sebagai indera perasa dan pengecap. Seperti halnya dengan bagian tubuh yang lain, maka mulut dan gigi juga perlu perawatan yang teratur dan seyogyanya sudah dilakukan sejak kecil. Gosok gigi merupakan upaya atau cara yang terbaik untuk perawatan gigi dan dilakukan paling sedikit dua kali dalam sehari yaitu pagi dan pada waktu akan tidur.

Gigi yang sehat adalah gigi yang rapi, bersih, bercahaya, gigi tidak berlubang dan didukung oleh gusi yang kencang dan berwarna merah muda. Pada kondisi normal, dari gigi dan mulut mengeluarkan bau yang tidak mengganggu interaksi sosial.

2) Kesehatan Rambut dan Kulit Rambut

Rambut berbentuk bulat panjang, makin ke ujung makin kecil dan ujungnya makin kecil. Pada bagian dalam berlubang dan berisi zat warna. Warna rambut setiap orang tidak sama tergantung zat warna yang ada didalamnya.

Rambut dapat tumbuh dari pembuluh darah yang ada disekitar rambut.

Rambut merupakan pelindung bagi kulit kepala dari sengatan matahari dan hawa dingin. Dalam kehidupan sehari-hari sering nampak pemakaian alat perlindungan lain seperti topi, kain kerudung dan masih banyak lagi yang lain. Penampilan akan lebih rapi dan menarik apabila rambut dalam keadaan bersih dan sehat. Sebaliknya rambut yang dalam keadaan kotor, kusam dan tidak terawat akan terkesan jorok dan penampilan tidak menarik.

Rambut adalah bagian tubuh yang paling banyak mengandung minyak. Karena itu kotoran, debu, asap mudah melekat, maka perawatan rambut dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti menyisir dan mencuci rambut. Rambut yang sehat yaitu tidak mudah rontok dan patah, tidak terlalu berminyak dan terlalu kering serta tidak berketombe maupun berketu.

Tujuan perawatan rambut dan kulit kepala bagi klien sebagai berikut:

- (1) Memenuhi Pola kebersihan diri klien normal

- (2) Agar Klien memiliki rambut dan kulit kepala bersih yang sehat
- (3) Agar Klien merasa nyaman dan meningkatkan harga diri
- (4) Membantu Klien dapat mandiri dalam kebersihan diri sendiri
- (5) Agar Klien berpartisipasi dalam praktik perawatan rambut

3) Kesehatan Kulit

Kulit terletak diseluruh permukaan luar tubuh. Secara garis besar kulit dibedakan menjadi 2 bagian yaitu bagian luar yang disebut kulit ari dan bagian dalam yang disebut kulit jangat. Kulit ari berlapis-lapis dan secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi 2 kelompok, yaitu lapisan luar yang disebut lapisan tanduk dan lapisan dalam yang disebut lapisan malpighi. Kulit jangat terletak disebelah bawah atau sebelah dalam dari kulit ari. Kulit merupakan pelindung bagi tubuh dan jaringan dibawahnya. Perlindungan kulit terhadap segala rangsangan dari luar, dan perlindungan tubuh dari bahaya kuman penyakit. Sebagai pelindung kulitpun sebagai pelindung cairan-cairan tubuh sehingga tubuh tidak kekeringan dari cairan. Melalui kulitlah rasa panas, dingin dan nyeri dapat dirasakan. Guna kulit yang lain sebagai alat pengeluaran sisa metabolisme berupa zat yang tidak terpakai melalui keringat yang keluar lewat pori-pori. Pada masa yang modern sekarang ini tersedia berbagai cara modern berbagai perawatan kulit. Namun cara paling utama dan efisien adalah pembersihan badan dengan cara mandi. Perawatan kulit dilakukan dengan cara mandi 2 kali sehari yaitu pagi dan sore, dengan air yang bersih. Kulit yang sehat yaitu kulit yang selalu bersih, halus, tidak ada bercak-bercak merah, tidak kaku tetapi lentur (fleksibel).

4) Kesehatan Telinga

Telinga dapat dibagi dalam tiga bagian yaitu bagian paling luar, bagian tengah, dan daun telinga. Telinga merupakan alat pendengaran, sehingga berbagai macam bunyi- bunyi suara dapat didengar. Disamping sebagai alat pendengaran telinga juga dapat berguna sebagai alat keseimbangan tubuh. Menjaga kesehatan telinga dapat dilakukan dengan pembersihan yang berguna untuk mencegah kerusakan dan infeksi telinga. Telinga yang sehat yaitu lubang telinga dan telinga bagian luar selalu bersih serta dapat mendengar dengan jelas.

5) Kesehatan Mata

Pembersihan mata biasanya dilakukan selama mandi untuk membersihkan kantung mata untuk mencegah sekresi dari pengeluaran ke dalam kantong lakrimal, guna mencegah penyebaran infeksi. Jika Tekanan langsung jangan digunakan diatas bola mata karena dapat meyebabkan cedera serius.

Klien yang tidak sadar memerlukan perawatan mata yang lebih sering. Sekresi bisa berkumpul sepanjang margin kelopak mata dan kantung sebelah dalam bila refleks berkedip tidak ada atau ketika mata tidak dapat menutup total. Maka perlu diberi tetes mata untuk mencegah cedera kornea.

6) Kesehatan Hidung

Klien biasanya mengangkat sekresi hidung secara lembut dengan membersihkan ke dalam dengan tisu lembut. Hal ini menjadi hygiene harian yang diperlukan. Jangan mengeluarkan kotoran dengan kasar karena mengakibatkan tekanan yang dapat mencenderai gendang telinga, mukosa hidung, dan bahkan struktur mata yang sensitif. Perdarahan hidung adalah tanda kunci dari pengeluaran yang kasar, iritasi mukosa, atau kekeringan.

7) Kesehatan Kuku

Kuku terdapat di ujung jari bagian yang melekat pada kulit yang terdiri dari sel-sel yang masih hidup. Bentuk kuku bermacam-macam tergantung dari kegunaannya ada yang pipih, bulat panjang, tebal dan tumpul. Guna kuku adalah sebagai pelindung jari, alatkecantikan, senjata, pengais dan pemegang. Bila untuk keindahan bagi wanita karena kuku harus relatif panjang, maka harus dirawat terutama dalam hal kebersihannya. Kuku jari tangan maupun kuku jari kaki harus selalu terjaga kebersihannya karena kuku yang kotor dapat menjadi sarang kuman penyakit dan menunjukkan kebersihan individu. Yang selanjutnya akan ditularkan kebagian tubuh yang lain.

f. Jenis personal hygiene

Berdasarkan waktu pelaksanaannya

Personal hygiene berdasarkan waktu pelaksanaannya dibagi menjadi empat yaitu:

a). Perawatan dini hari

Merupakan personal hygiene yang dilakukan pada waktu bangun tidur, untuk melakukan tindakan untuk tes yang terjadwal seperti dalam pengambilan bahan pemeriksaan (urine atau feses), memberikan pertolongan seperti menawarkan bedpan atau urinal jika pasien tidak mampu ambulasi, mempersiapkan pasien dalam melakukan sarapan atau makan pagi dengan melakukan tindakan personal hygiene, seperti mencuci muka, tangan, menjaga kebersihan mulut,

b). Perawatan pagi hari

merupakan personal hygiene yang dilakukan setelah melakukan sarapan atau makan pagi seperti melakukan pertolongan dalam pemenuhan kebutuhan eliminasi (BAB / BAK), mandi atau mencuci rambut, melakukan perawatan kulit, melakukan pijatan pada punggung, membersihkan mulut, kuku, rambut, serta merapikan tempat tidur pasien. Hal ini sering disebut sebagai perawatan pagi yang lengkap.

c). Perawatan siang hari

Merupakan personal hygiene yang dilakukan setelah melakukan berbagai tindakan pengobatan atau pemeriksaan dan setelah makan siang dimana pasien yang dirawat di rumah sakit seringkali menjalani banyak tes diagnostik yang melelahkan atau prosedur di pagi hari. Berbagai tindakan personal hygiene yang dapat dilakukan, antara lain mencuci

muka dan tangan, membersihkanmulut, merapikan tempat tidur, dan melakukan pemeliharaan kebersihan lingkungan kesehatan pasien.

d). Perawatan menjelang tidur

Merupakan personal hygiene yang dilakukan pada saat menjelang tidur agar pasien relaks sehingga dapat tidur atau istirahat dengan tenang. Berbagai kegiatan yang dapat dilakukan, antara lain pemenuhan kebutuhaneliminasi (BAB / BAK), mencuci tangan dan muka, membersihkan mulut, dan memijat daerah punggung.

A. Anatomi Kulit

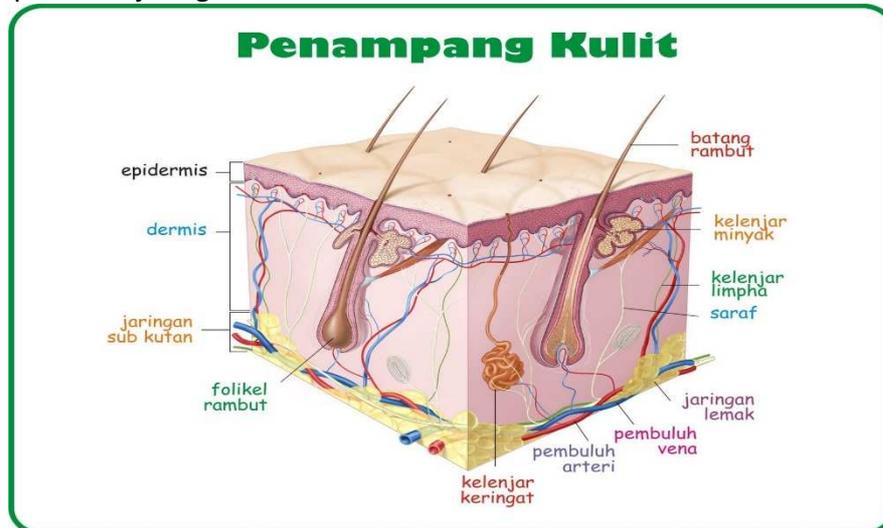
a. Penampang kulit

1. Epidermis/kulit ari

Lapisan epitel sisik berisi pori-pori/kelenjar keringat dan tangkai bulu

2. Dermis

Jaringan otot halus, saraf, kantong rambut, lemak, pembuluh nadi, pembuluh kapiler dan jaringan elastis berserabut.



Gambar Penampang Kulit

3. Rambut

- 1) Pertumbuhan bervariasi sesuai Ras dan usia
- 2) Warna: milamin dan kekuatan rambut sesuai keratin
- 3) Kebotakan sesuai genetik

4. Kuku mempunyai nilai kosmetik

- 1) Tumbuh terus menerus $\pm 0,1$ mm setiap hari
- 2) Warna kuku: transparan, warna kapiler dibawahnya merah muda

5. Kelenjar

- 1) Kelenjar sebacea : ada di seluruh permukaan kulit kecuali pada telapak tangan dan kaki
- 2) Memproduksi sebum, yang berfungsi untuk melembabkan kulit dan

mengurangi evaporasi air di kulit, bila berlebihan dapat timbul acne.

- 3) Kelenjar keringat:
 - a. Ecorine: memproduksi secret isotonik untuk mengatur suhu tubuh
 - b. Apocrine: ada bersama rambut di axila, kepala, perineum akan menimbulkan bau bila berinteraksi dengan bakteri.

b. Faktor yang mempengaruhi perawatan kulit adalah:

- 1) Self image
- 2) Faktor sosial budaya
 - a. Harapan dari masyarakat atau kelompok sosial
 - b. Tingkat pengetahuan
 - c. Kesukaan atau keinginan pribadi

c. Masalah umum pada kulit

- 1) Kulit Kering: karakteristik; mudah mengelupas, tekstur kasar terjadi pada tangan, lengan, kaki dan muka
- 2) Kontak dermatitis: dengan karakteristik pembekaan kulit, kasar, gatal, sakit dan bersisik, terjadi pada muka, leher, tangan, lengan bawah dan genetalia
- 3) Jerawat atau Acne karakteristik; bengkak, ada papulo pustular, kulit erupsi, tampak pada muka, leher, bahu dan punggung.
- 4) Luka lecet atau abrasi: karakteristik garukan atau gosokan pada epidermis, bisa berdarah, dan mengeluarkan cairan.
- 5) Hirsutism (pertumbuhan rambut yang berlebihan pada wanita) dengan karakteristik pertumbuhan rambut/ bulu yang berlebihan dari tubuh dan muka pada wanita.

d. Fungsi kulit

- 1) Melindungi jaringan dibawahnya dari trauma mekanik, thermal, kimia dan radiasi
- 2) Merasakan sensasi dari menerima sensor stimulus, merasakan perubahan suhu, nyeri, sinar dan tekanan.
- 3) Sebagai pengatur suhu yaitu mempertahankan keseimbangan panas di dalam maupun di luar tubuh
- 4) Ekskresi dan sekresi sehingga menjaga keseimbangan cairan tubuh
- 5) Sintesa vitamin yaitu pada kulit terjadi foto konversi vitamin D
- 6) Secara psikologi membentuk body image

B. Personal Higiene

Tindakan personal hygiene meliputi:

1. Perawatan Mata, Telinga dan Hidung

Kebersihan mata, telinga dan Hidung adalah merupakan kegiatan yang terus menerus dilakukan sepanjang hari karena merupakan cerminan dari kebersihan diri seseorang.

a). Perawatan Mata

Secara normal tidak ada perawatan khusus, karena selalu dibersihkan oleh cairan mata, dan ada kelopak mata serta bulu mata yang mencegah benda asing masuk ke mata. Pembersihan dilakukan pada sekresi kering yang terkumpul pada kantung sebelah dalam dan pada bulu mata.

- Pengertian adalah suatu tindakan yang dilakukan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan mata.
- Peralatan: washlap atau kapas dan air hangat
- Pelaksanaan:

Pembersihan mata dilakukan saat mandi dengan memakai washlap yang dilembabkan dengan air selanjutnya menyeka dari dalam ke luar kantung mata untuk mencegah sekresi dari pengeluaran ke dalam kantong lakrimalis. Bila sekresi kering, maka dengan menggunakan kapas lembab di kompreskan pada margin kelopak mata agar menjadi lunak, setelah itu baru sekresi diangkat dengan menyeka memakai washlap lembab.

Bagi klien yang reflek berkedip tidak ada atau tidak dapat menutup mata secara total, yaitu pada pasien yang tidak sadar atau kesadran meburun, menyebabkan sekresi terkumpul disepanjang margin kelopak mata dan kantung sebelah dalam, maka klien yang memerlukan perawatan mata lebih sering.

- Peningkatan kesehatan Penglihatan
Agar kesehatan penglihatan dengan melakukan upaya sebagai berikut:
 - a. Pada Klien berusia dibawah 40 th setiap 3-5 tahun melakukan pemeriksaan mata, sedang bagi klien yang berusia lebih dari 40 Th setiap 2 tahun.
 - b. Memahami adanya gejala umum gangguan pada mata seperti: nyeri, fotofobia, kabur, terasa panas, gatal, dan adanya lingkaran cahaya disekitar cahaya.
 - c. Klien menghindari pemakaian obat kimia pada cedera mata. Pembilasan mata dengan air suam-suam kuku selama 10 menit
 - d. Klien jangan mencoba mengeluarkan benda asing dari mata secara paksa, sebaiknya mencari penanganan medis dengan segera
 - e. Klien menggunakan pelindung mata mada kondisi terpapar zat kimia atau debu saat rekreasi, olah raga, maupun saat mengendarai sepeda motor.

b). Perawatan Telinga

Membersihkan telinga merupakan kegiatan rutin pada saat klien mandi di tempat tidur. Pembersihan dilakukan dengan menggunakan waslap lembab disekakan di belakang daun telinga selanjut dengan waslap lembab dirotasikan ke kanal telinga dengan lembut, bila ada serumen ketika mengeluarkan waslap maka menyebabkan lilin melonggar dan keluar. Pada anak-anak umumnya serumen keras dan hanya dapat dikeluarkan dengan cara: memberikan tetes telinga dengan tiga tetes gliserin saat tidur untuk melembutkan lilin, dan tiga tetes hidrogenperoksida dua kali sehari untuk melunakkan lilin (Phipps,dkk,1995) kemudian dirigasi dengan memasukkan air hangat (37⁰ C) ke kanal telinga bagian luar untuk

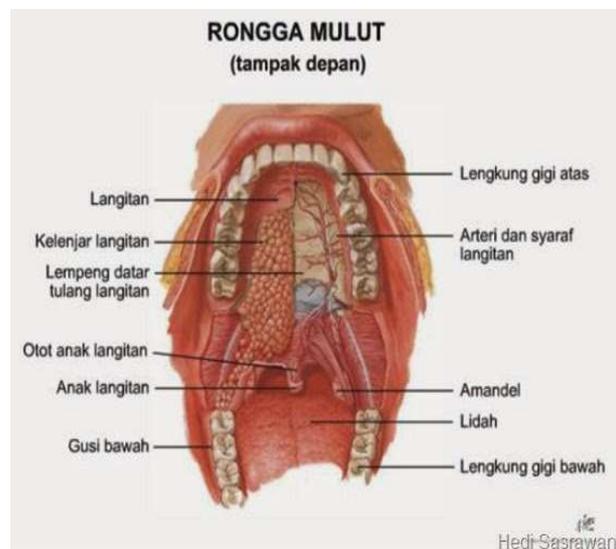
membersihkan lilin yang telah melunak. Adapun posisi klien : duduk atau berbaring dan telinga yang akan diirigasi menghadap keatas, bengkok diletakkan dibawah telinga untuk menampung air irigasi. Dengan menggunakan spuit irigasi air dialirkan pelan pelan-pada samping kanal agar tidak terjadi tekanan pada timpani. Setelah kanal bersih, Bidan mengeringkan telinga dan memeriksa kanal telinga apakah serum atau lilin sudah bersih.

c). Perawatan Hidung

Kebersihan hidung merupakan cerminan kesehatan dan kebersihan klien dan dilakukan sehari-hari. Mengeluarkan kotoran jangan kasar karena mengakibatkan tekanan yang dapat mencederai gendang telinga, mukosa hidung. Perdarahan hidung merupakan kunci adanya iritasi mukosa. Untuk membuang sekresi pada nasal dengan menggunakan waslap lembab.

2. Menyikat Gigi Pasien ketergantungan

Saudara sebelum saudara melakukan perawatan gigi dan mulut maka semestinya saudara mengerti tentang anatomi gigi dan mulut. Sehingga dalam pelaksanaan prosedur dapat dengan mudah bagaimana pelaksanaan disesuaikan dengan anatomi gigi dan mulut, sehingga tidak memberikan masalah baru bagi klien. Nah saudara dibawah ini adalah gambar anatomi gigi dan mulut perhatikan dan mengertikan bagian-bagiannya.



Gambar Anatomi Gigi dan Mulut

Gigi adalah bagian terkeras dari tubuh manusia yang komposisinya bahan organik dan airnya sedikit sekali, sebagian besar terdiri dari bahan anorganik sehingga tidak mudah rusak terletak dalam rongga mulut yang terlindung dan basah oleh air liur (Depkes, 2004). Gigi dibagi menjadi 2 macam :

✎ ■ Keterampilan Dasar Kebidanan ✎ ■

1. Gigi sulung, mulai tumbuh pada anak-anak umur 6-7 bulan. Lengkap pada umur 2 ½ tahun jumlahnya 20 buah disebut juga gigi susu, terdiri dari : 8 buah gigi seri (dens insisivus), 4 buah gigi taring (dens kaninus) dan 8 buah gigi geraham (molare)
2. Gigi tetap (gigi permaenan) tumbuh pada umur 6-18 tahun, jumlahnya 32 buah, terdiri dari : 8 buah gigi seri (dens insisivus), 4 buah gigi taring (dens kaninus), 18 buah gigi geraham (molare), dan 12 buah gigi geraham (premolare).

Komponen gigi:

1. Mahkota gigi (Mahkota klinis) yaitu bagian yang menonjol di atas gusi (gingival), sedangkan mahkota anatomis adalah bagian gigi yg dilapisi email
2. Leher gigi (serviks) yaitu tempat bertemunya mahkota anatomis dan akar gigi
3. Akar gigi yaitu bagian yang terpendam dalam alveolus pada tulang maksila atau mandibula

Fungsi Gigi

Berdasarkan fungsinya, kita mengenal 4 macam gigi manusia, yaitu:

1. Gigi seri (insivisus), berguna untuk memotong dan menggigit makanan
2. Gigi taring (caninus), berguna untuk merobek makanan
3. Gigi geraham depan (premolar), berfungsi untuk mengunyah makanan

Mulut merupakan jalan masuk sistem pencernaan. Mulut terdiri atas 2 bagian:

1. Bagian luar yang sempit atau vestibula yaitu ruang diantara gusi, gigi, bibir dan pipi
2. Bagian rongga mulut bagian dalam, yaitu rongga mulut yang dibatasi sisinya oleh tulang maksilaris, palatum, dan mandibularis, di sebelah belakang bersambungan dengan faring.

Fungsi Lidah

Lidah berfungsi untuk membantu gigi agar pengunyahan dapat lebih merata. Pada lidah terdapat banyak tonjolan dan sel-sel saraf sehingga lidah juga berfungsi sebagai indera perasa.

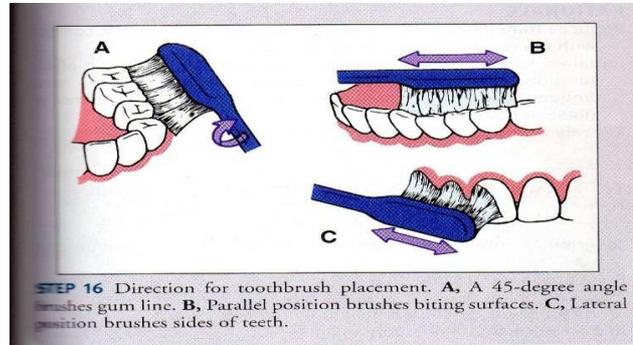
C. Oral Higiene

Oral hygiene adalah menyikat, irigasi perlu untuk pembersihan gigi yang benar. Menyikat gigi menghilangkan partikel makanan, melepaskan plak, dan merangsang gusi. Irigasi menghilangkan partikel makanan yang menyangkut dan pasta gigi yang berlebihan. Bila klien mengalami ketidakmampuan, Bidan harus membantu Klien melakukan keterampilan ini agar hygiene oral terjaga. Prosedur pelaksanaan adalah persiapan peralatan, persiapan klien, pelaksanaan dan menbereskan serta merapikan kembali klien dan lingkungan

Tujuan oral hygiene meliputi:

■ Keterampilan Dasar Kebidanan ■

1. Mempertahankan kebersihan rongga mulut, lidah dan gigi
2. Mencegah terjadinya infeksi
3. Memberikan kenyamanan pada klien
4. Meningkatkan kepercayaan diri klien

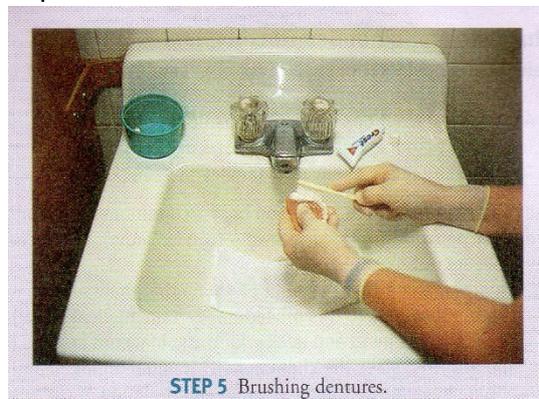


Gambar Arah Menggosok

Perawatan Gigi Tiruan

Perawatan Gigi tiruan adalah melakukan perawatan pada gigi palsu pada klien. Tujuan perawatan ini adalah:

1. Mempertahankan kebersihan rongga mulut, lidah dan gigi
2. Mencegah terjadinya infeksi
3. Memberikan kenyamanan pada klien
4. Meningkatkan kepercayaan diri klien
5. Gigi tiruan tetap terawat



Gambar Perawatan Gigi Tiruan

Perlu diperhatikan bahwa Semua klien pascaoperasi yang mendapat anestesi umum pada awalnya puasa, maka setelah pembedahan memerlukan perawatan mulut. Menyikat gigi seringkali merupakan kontra indikasi untuk klien ini. Klien-klien dengan gusi sensitif atau kecenderungan berdarah dapat menggunakan lidi kapas yang dibasahi dengan aqua, natrium Chlorid, dan elektrolit lain untuk perawatan mulut.

Penyuluhan Klien

Klien mungkin lemah dan tidak mampu untuk melakukan perawatannya sendiri. Mencegah kerusakan gigi dengan, mengurangi asupan karbohidrat diantara waktu makan, menyikat gigi dalam 30 menit setelah makan manis-manis, selalu membilas mulut dengan air, menyikat dan flossing sebelum tidur, dan menggunakan air mengandung fluor bila tersedia.

Pada Pediatri

Sikat gigi untuk anak-anak harus mempunyai panjang sekitar 21 cm dan halus.

Perawatan Mulut untuk Klien Tak Sadar

Klien tak sadar memberikan masalah khusus bagi perawat dalam hal perawatan mulut. Banyak klien tak sadar mengalami penurunan atau takadanya refleks gag. Sehingga sekret cenderung terakumulasi di dalam mulut, meningkatkan risiko aspirasi. Klien dengan penyakit kritis sering memerlukan jalan napas buatan dan/atau selang nasogastrik. Alat ini dapat menyebabkan iritasi pada struktur mukosal mulut yang sensitif. Klien tak sadar akan memerlukan perawatan mulut yang sering untuk menjaga agar mukosa mulut terhidrasi dengan baik dan utuh.

a. Pengertian

Adalah membersihkan mulut dan gigi, lidah dari kotoran dengan menggunakan kasa atau kapas yang dibasahi

b. Tujuan

1. Menjaga kebersihan bibir, lidah dan mukosa mulut
2. Mencegah terjadinya infeksi
3. Membersihkan dan membasahi mukosa mulut dan bibir

c. Yang perlu diwaspadai

Untuk memastikan sekret di dalam faring klien tidak teraspirasi, mungkin akan sangat membantu bila meminta perawat kedua untuk melakukan penghisapan. Kemoterapi, radiasi, dan intubasi selang nasogastrik dapat menyebabkan stomatitis. Klien harus mencuci mulut mereka sebelum dan sesudah makan dengan larutan yang mengandung 0,5 sampai 1 sendok teh garam dalam 1 gls air.

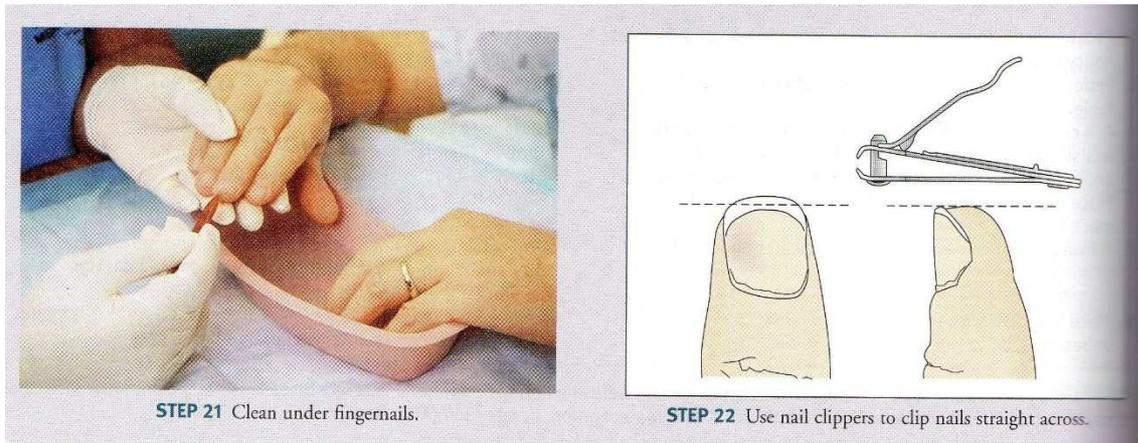
D. Perawatan Kaki dan Kuku

a. Pengertian Perawatan kuku dan kaki

Adalah rutin untuk mencegah infeksi, bau kaki, dan cedera pada jaringan lunak. Seringkali klien tidak menyadari masalah kaki atau kuku jari kaki sampai terjadi nyeri atau rasa taknyaman. Masalah umum pada kuku jari tangan, dan kuku jari kaki diakibatkan oleh perawatan berlebihan atau perawatan yang buruk seperti menggigit kuku atau menghiasnya dengan berlebih

b. Masalah pada kuku

1. Calus adalah penebalan kulit yang berbatas jelas pada epidermis, permukaan rata, terasa sakit dan berada pada permukaan telapak kaki maupun telapak tangan yang disebabkan gesekan lokal atau tekanan terus menerus.
2. Corn adalah penebalan dan pengerasan setempat pada kulit akibat gesekan dan tekanan sepatu berada pada ibu jari
3. Kutil adalah lesi pada telapak kaki, sakit dan sulit untuk berjalan.



Gambar Perawatan Kuku

Yang perlu diwaspadai

Klien dengan diabetes dapat mengalami neuropati perifer yang menyebabkan penurunan sensasi. Maka periksa suhu air dengan hati-hati. dalam menggunting kuku jangan sampai mengenai jaringan sehingga terjadi luka karena klien ini cenderung mengalami penyembuhan luka yang buruk, dan dapat menimbulkan infeksi serius.

Penyuluhan Klien

Ajari klien tentang keamanan penggunaan cara perawatan kaki dan kuku di rumah. Klien harus diperingatkan tentang pengguntingan daging tumbuh atau kalus karena risiko infeksinya besar. Kaus kaki dapat digunakan untuk mengabsorpsi keringat dan tidak boleh terlalu ketat dan menggunakan alas kaki. Yang bersih untuk menghindari infeksi. Sepatu jangan terlalu pas. dianjurkan untuk menyediakan ruang diantara ibu jari kaki dan bagian terluas dari sepatu bila seseorang sedang berdiri.

Pada Pediatri

Bayi dan anak-anak kecil memerlukan pemotongan kuku jari kaki dan kuku jari tangan dengan rutin karena anak mempunyai kebiasaan menggigit kuku. Adanya kuku yang tak dipotong dan kotoran terkumpul di bawah tepi kuku menandakan kebiasaan kebersihan yang buruk.

Setelah saudara belajar dengan seksama pada Topik 2, maka tentunya saudara ingin mengetahui tentang kemampuan pengetahuan saudara untuk itu teruskan dengan mencoba menjawab latihan soal dibawah ini.

Latihan

1. Jelaskan anatomi kulit
2. Jelaskan anatomi gigi dan mulut
3. Faktor apa yang mempengaruhi kebiasaan higiene pada individu
4. Apa tujuan personal higiene dan dampaknya
5. Apa yang perlu diperhatikan untuk higiene kuku pada anak

Petunjuk jawaban latihan/Rambu-rambu jawaban

1. Kulit terdiri dari dua lapisan : Epidermis/kulit ari; Lapisan epitel sisik berisi pori-pori/kelenjar keringat dan tangkai bulu dan Dermis Jaringan otot halus, saraf, kantong rambut, lemak, pembuluh nadi, pembuluh kapiler dan jaringan elastis berserabut.
2. Anatomi Gigi dan Mulut
Gigi dibagi menjadi 2 macam :
 - 1) Gigi sulung, mulai tumbuh pada anak-anak umur 6-7 bulan. Lengkap pada umur 2 ½ tahun jumlahnya 20 buah disebut juga gigi susu, terdiri dari : 8 buah gigi seri (dens insisivus), 4 buah gigi taring (dens kaninus) dan 8 buah gigi geraham (molare)
 - 2) Gigi tetap (gigi permaenan) tumbuh pada umur 6-18 tahun, jumlahnya 32 buah, terdiri
dari : 8 buah gigi seri (dens insisivus), buah gigi taring (dens kaninus), 18 buah gigi geraham (molare), dan 12 buah gigi geraham (premolare).
Komponen gigi: 1. Mahkota gigi (Mahkota klinis) yaitu bagian yang menonjol di atas gusi (gingival), dilapisi email 2. Leher gigi (serviks) yaitu tempat bertemunya mahkota anatomis dan akar gigi 3. Akar gigi yaitu bagian yang terpendam dalam alveolus pada tulang maksila atau mandibula.

Mulut merupakan jalan masuk sistem pencernaan, mulut terdiri atas 2 bagian :

 - a. Bagian luar yang sempit atau vestibula yaitu ruang diantara gusi, gigi, bibir dan pipi
 - b. Bagian rongga mulut bagian dalam, yaitu rongga mulut yang dibatasi sisinya oleh tulang maksilaris, palatum, dan mandibularis, di sebelah belakang bersambungan dengan faring.
3. Faktor yang mempengaruhi personal higiene citra diri, praktik sosial, status sosial ekonomi, pengetahuan tentang kesehatan, budaya, kebiasaan dan pilihan pribadi dan kondisi fisik klien.

4. Tujuan dari *personal hygiene* adalah (1) Menghilangkan minyak yang menumpuk , keringat , sel-sel kulit yang mati dan bakteri, (2)Menghilangkan bau badan yang berlebihan, (3) Memelihara integritas permukaan kulit, (4) Menstimulasi sirkulasi / peredaran darah (5) Meningkatkan perasaan nyaman bagi klien (6) Memberikan kesempatan untuk mengkaji kondisi kulit klien,(7) Meningkatkan percaya diri seseorang (8) Menciptakan keindahan,(9) Memelihara kebersihan diri, (10) Meningkatkan derajat kesehatan seseorang, sedangkan dampaknya adalah Fisik terjadi Gangguan kesehatan fisik: gangguan integritas kulit, gangguan membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik pada kuku. Juga pada Psikososial berdampak pada kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, kebutuhan harga diri, aktualisasi diri, dan interaksi sosial.
5. Bayi dan anak-anak kecil memerlukan pemotongan kuku jari tangan dengan rutin karena anak mempunyai kebiasaan menggigit kuku. Adanya kuku yang tak dipotong dan kotoran terkumpul di bawah tepi kuku menandakan kebiasaan kebersihan yang buruk.

Ringkasan

Higiene dalam bahasa Yunani artinya sehat. Higiene perseorangan adalah tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang mencapai kesejahteraan fisik dan psikis. Pada umumnya klien mampu melakukan kebutuhan higiene pada dirinya dan bayinya, namun Bidan selalu membantu memenuhi kebutuhan personal higiene ibu dan bayinya. Higiene perseorangan meliputi perawatan pada mata, hidung dan telinga, perawatan gigi pada klien sadar dan tidak sadar maupun khusus, yang dilakukan sebelum memandikan klien. Sedangkan untuk kebersihan rambut dilakukan bila keadaan tertentu seperti rambut kotor, klien akan operasi. Berbagai faktor yang mempengaruhi personal higiene adalah citra diri, praktik sosial, status sosial ekonomi, pengetahuan tentang kesehatan, budaya, kebiasaan dan pilihan pribadi dan kondisi fisik klien. Dampak personal higiene adalah Fisik terjadi Gangguan kesehatan fisik yang diderita seseorang karena tidak terpelihara kebersihan perorangan adalah gangguan integritas kulit, gangguan membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik pada kuku. Sedangkan pada Psikososial berdampak pada kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, kebutuhan harga diri, aktualisasi diri, dan interaksi sosial. Adapun tujuan dari *personal hygiene* adalah (1) Menghilangkan minyak yang menumpuk , keringat , sel-sel kulit yang mati dan bakteri, (2)Menghilangkan bau badan yang berlebihan, (3) Memelihara integritas permukaan kulit, (4) Menstimulasi sirkulasi / peredaran darah (5) Meningkatkan perasaan nyaman bagi klien

(6) Memberikan kesempatan untuk mengkaji kondisi kulit klien,(7) Meningkatkan percaya diri seseorang (8) Menciptakan keindahan,(9) Memelihara kebersihan diri, (10) Meningkatkan derajat kesehatan seseorang

Tes 1

Pilihlah satu jawaban yang benar

1. Salah satu kemampuan dasar manusia guna mempertahankan kehidupannya, kesehatan dan kesejahteraan sesuai kondisi kesehatannya adalah dengan;
 - a. Personal hygiene atau perawatan diri
 - b. Memberikan obat sesuai kebiasaan
 - c. Mengatur pola makan dan minum
 - d. Mempertahankan posisi tubuh dalam setiap gerakan

2. Mencuci muka, tangan dan menjaga kebersihan mulut adalah personal hygiene pada perawatan:
 - a. Pagi hari
 - b. Dini hari
 - c. Siang hari
 - d. Malam hari

3. Yang berfungsi untuk melembabkan kulit dan mengurangi evaporasi air di kulit adalah:
 - a. Ecorine
 - b. Apocrine
 - c. Sebum
 - d. Jaringan lemak

4. Dibawah ini persiapan peralatan untuk Perawatan gigi dan mulut pada klien tidak sadar, kecuali :
 - a. Sikat gigi dan pasta gigi
 - b. Tong spatel dilapisi kasa
 - c. Gelas air untuk kumur
 - d. Kateter

5. Membersihkan mata dari sekresi kering dilakukan dengan:
 - a. Washlap basah menyeka dari dalam ke luar kantung mata
 - b. Di kompres dengan kapas lembab baru diseka dengan washlap dari luar ke dalam kantung
 - c. Di kompres dengan washlap lembab baru dibersihkan dari kantung lakrimalis
 - d. Kompres dengan kapas lembab baru diseka dengan washlap dari dalam ke luar kantung

Topik 2

Mencuci Rambut dan Menyisir Rambut, Memandikan Ibu dan Bayi, Serta Melakukan Vulva Higiene

PENDAHULUAN

Bagaimana kabar Anda semua para mahasiswa D III Kebidanan. Semoga selalu sukses dan tetap bersemangat dalam belajar. Baik, pada Topik 2 yang dipelajari tentang: mencuci rambut dan menyisir rambut, memandikan Ibu dan bayi, serta melakukan vulva higiene.

Rambut berbentuk bulat panjang, makin ke ujung makin kecil dan ujungnya makin kecil. Pada bagian dalam berlubang dan berisi zat warna. Warna rambut setiap orang tidak sama tergantung zat warna yang ada didalamnya. Rambut dapat tumbuh dari pembuluh darah yang ada disekitar rambut. Rambut merupakan pelindung bagi kulit kepala dari sengatan matahari dan hawa dingin. Dalam kehidupan sehari-hari sering nampak pemakaian alat perlindungan lain seperti topi, kain kerudung dan masih banyak lagi yang lain. Penampilan akan lebih rapi dan menarik apabila rambut dalam keadaan bersih dan sehat. Sebaliknya rambut yang dalam keadaan kotor, kusam dan tidak terawat akan terkesan kotor dan penampilan tidak menarik.

Rambut adalah bagian tubuh yang paling banyak mengandung minyak. Karena itu kotoran, debu, asap mudah melekat, maka perawatan rambut dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti menyisir dan mencuci rambut. Rambut yang sehat yaitu tidak mudah rontok dan patah, tidak terlalu berminyak dan terlalu kering serta tidak berketombe maupun berketu.

Tujuan perawatan rambut dan kulit kepala bagi klien sebagai berikut:(1) Memenuhi Pola kebersihan diri klien normal, (2) Agar Klien memiliki rambut dan kulit kepala bersih yang sehat, (3) agar Klien merasa nyaman dan meningkatkan harga diri (4) Membantu Klien dapat mandiri dalam kebersihan diri sendiri(5) Agar Klien berpartisipasi dalam praktik perawatan rambut.

1. Mencuci dan Menyisir Rambut

Rambut merupakan bagian dari kulit yang dapat merubah penampilan seseorang dengan memotong, menyisir, mengkriting, meluruskan atau mengecat. Rambut diartikan sebagai "Mahkota" Untuk itu diperlukan kebersihan dan perawatan rambut secara teratur.

a. Pengertian

Higiene rambut adalah mempertahankan kebersihan dan kerapian rambut agar kondisi rambut tetap sehat.

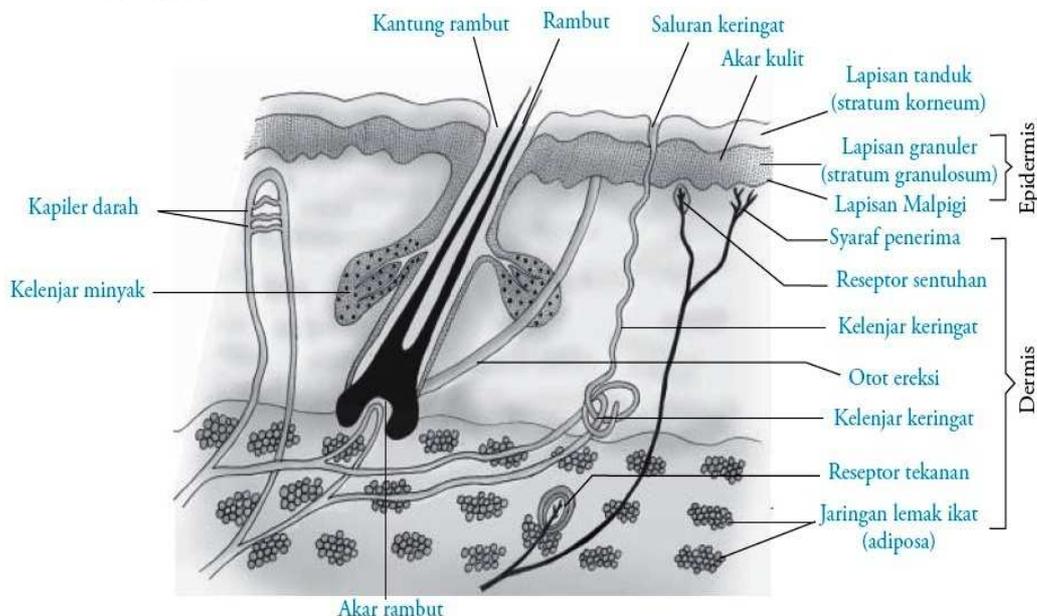
b. Tujuan

- 1) Memberikan kepercayaan diri pada klien dan memberikan rasa nyaman
- 2) Memelihara rambut agar tetap bersih, rapih dan sehat
- 3) Merangsang peredaran darah pada kulit kepala
- 4) Mengurangi pertumbuhan mikroorganisme pada rambut

- c. Jenis perawatan rambut
- 1) Menyisir rambut
 - 2) Memasang kap kutu
 - 3) Mencuci rambut

Rambut adalah sel epidermis yang berubah, tumbuh dari folikel rambut di dalam epidermis sebelah atas. Di bagian dasar terdapat akar rambut, kantung rambut, kapiler rambut serta kapiler darah, dan ditegakkan oleh otot ereksi. Warna rambut dipengaruhi pigmen di dalam epidermis yang disebut melanin, banyak sedikitnya melanin dipengaruhi ras/suku bangsa, hormon, dan sinar matahari.

- Fungsi rambut:
 1. Melindungi kulit: bulu hidung menyaring udara, bulu mata, dari benda asing
 2. Sebagai pengatur suhu, pendorong penguapan keringat
 3. Sebagai indera peraba yang sensitif
- Kehidupan rambut
Rambut tumbuh sepanjang hidup seseorang. Stiap helai rambut tumbuh sekitar 1000 hari dan bertahan selama 100 hari. pangkal rambut yang mati akan terlepas dari kulit kepala dan digantikan dengan tumbuhnya rambut baru dari akar yang sama
- Masalah pada rambut
 1. Rontok
 2. Ketombe
 3. kutu



Gambar Anatomi Rambut

- d. Menyisir rambut

Pengertian

Mengatur rambut dengan menggunakan sisir, dan dilakukan pada klien yang tidak mampu menyisir rambut sendiri

- 1) Memberikan kepercayaan diri pada klien dan memberikan rasa nyaman
- 2) Memelihara rambut agar tetap bersih, rapih
- 3) Merangsang kulit kepala
- 4) Mencegah kororan dan kutu pada rambut
- 5) Mengetahui kelainan pada kulit kepala

e. Indikasi

Dilakukan pada Ibu dan bayi

1. Selesai memandikan bayi
2. Ibu setelah melahirkan dan telah dimandikan
3. Sewaktu-waktu bila diperlukan untuk merapikan rambut

f. Cara menyisir rambut:

Memberi tahu klien, menyiapkan peralatan dan melakukan menyisir rambut untuk teknik cara menyisir rambut lanjutkan belajar pada Bab praktikum.

Mencuci rambut

a. Pengertian

Menghilangkan kotoran pada rambut dan kulit kepala, dengan menggunakan shampo/sabun kemudian dibilas dengan air bersih.

b. Tujuan

- 1) Rambut dan kulit kepala bersih
- 2) Menghilangkan bau dan memberikan rasa nyaman
- 3) Merangsang peredaran darah
- 4) Membasmi ketombe

c. Indikasi

- 1) Klien dengan rambut kotor dan kondisi kesehatan memungkinkan
- 2) Klien setelah dipasang kap kutu
- 3) Klien mau operasi dengan general anestesi

d. Hal yang diperhatikan saat mencuci rambut

- 1) Keadaan umum klien
- 2) Hindari kelelahan pada klien
- 3) Alat tenun dan lantai jangan sampai basah

e. Cara Mencuci rambut rambut:

Memberi tahu klien, menyiapkan peralatan dan melakukan mencuci rambut. Teknik/ cara mencuci rambut dilanjutkan pada Bab praktikum.

2. Memandikan Neonatus, Bayi dan Ibu

2.1 Memandikan Neonatus

Teknik memandikan neonatus adalah dengan teknik “sponge bath” yaitu membersihkan neonatus dengan membasuh seluruh bagian tubuh dari kepala sampai dengan ujung kaki tanpa dimasukkan dalam bak mandi. Sponge bath dilakukan pada neonatus sampai tali pusat mengering dan putus, dengan metode ini neonatus sudah mendapatkan perawatan kebersihan yang adekuat, disamping itu dengan menggunakan metode ini akan menjaga keadaan tali pusat agar tidak basah dan membantu proses pengeringan tali pusat. Pada saat Bidan memandikan neonatus, orang tua harus mendapatkan kesempatan atau berpartisipasi dalam mendemonstrasikan teknik sponge bath sebelum pulang ke rumah. Jika kesempatan untuk memandikan bersama orang tua hanya satu kali, Bidan dapat menggabungkan demonstrasi dan mendemonstrasikan kembali dengan diskusi pada saat memandikan yang pertama dengan orang tua, kemudian saat memandikan berikutnya jika diperlukan Bidan memberikan dukungan dan membantu seperlunya. Orang tua harus dijelaskan prinsip – prinsip memandikan yaitu diantaranya :

1. prosedur memandikan dimulai dari daerah yang paling bersih ke daerah yang paling kotor (genital dan daerah perineal dibersihkan paling akhir)
2. perawatan khusus dilakukan pada daerah lipatan kulit
3. teknik sponge bath harus diteruskan sampai tali pusat putus dan tidak ada tanda – tanda infeksi pada umbilikus
4. salah satu cara yang baik dalam teknik sponge bath adalah dimulai dengan membasuh muka dan kepala, menyabuni tubuh dan setelah itu menggunakan bak mandi bayi untuk membilasnya (prosedur sponge bath dan gambar terlampir).

Masalah yang mungkin muncul pada neonatus adalah:

1. Gangguan mempertahankan kebersihan diri dikarenakan : kurangnya pengetahuan orang tua tentang cara memandikan bayi baru lahir.
2. Hipotermia
3. Potensial infeksi dikarenakan kerusakan jaringan pada tali pusat.

2.2 Memandikan bayi

Adalah memandikan bayi dengan memasukkan bayi kedalam bak mandi.

Tujuan tindakan memandikan bayi baru lahir/ neonatus adalah :

1. Membersihkan kulit dari darah dan cairan amnion
2. Mempertahankan kebersihan diri sehari – hari
3. Untuk observasi keadaan kulit bayi
4. mengajarkan orang tua tentang cara memandikan bayi.
5. Sebagai stimulasi dini

Yang perlu diperhatikan pada memandikan bayi adalah:

1. Jaga jangan sampai bayi minum air, perhatikan adanya kelainan kulit .
2. Jaga jangan sampai bayi kedinginan dan Hipotermia

Cara Sponge bath/Tepid Sponge (mandi seka) maupun memandikan bayi adalah memberi tahu klien, menyiapkan peralatan dan melakukan Sponge bath /Tiped Sponge (mandi seka) dan memandikan bayi lanjutkan belajar saudara pada Bab praktikum pemenuhan kebutuhan kebersihan diri.

Yang perlu diwaspai

Bila klien mulai menggigil, hentikan prosedur. Menggigil menyebabkan kenaikan suhu tubuh.

Penyuluhan Klien dan keluarga

Ajarkan orang tua cara melakukan mandi kompres di rumah. Suhu di atas 39°C umumnya menandakan kebutuhan untuk kompres.

Pertimbangan Pediatri

Suhu anak dapat meningkat secara tiba-tiba karena mekanisme pengaturan suhunya belum matang. Seringkali satu-satunya tanda penting adalah kulit teraba hangat. Mungkin akan lebih mudah untuk merendamkan bayi atau anak kecil dalam bak mandi berisi air hangat ketimbang melakukan tepid sponging.

Membuka semua bagian tubuh secara bersamaan meningkatkan kehilangan panas.

2.3 Memandikan Ibu

a. Pengertian

Adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk membersihkan badan dari kotoran, keringat dan mikroorganisme agar tetap bersih dan sehat

b. Tujuan

1. Membersihkan kulit dari kotoran, keringat dan mikroorganisme agar tetap bersih dan sehat
2. Menghilangkan atau mengurangi bau badan dan memberikan rasa nyaman
3. Merangsang peredaran darah dan meningkatkan sirkulasi
4. Mencegah infeksi
5. Memperhatikan bagian tubuh yang tertekan
6. Meningkatkan *self image*
7. Sebagai *Ring Of Motion*

2.4 Memandikan klien dewasa di tempat tidur

a. Pengertian

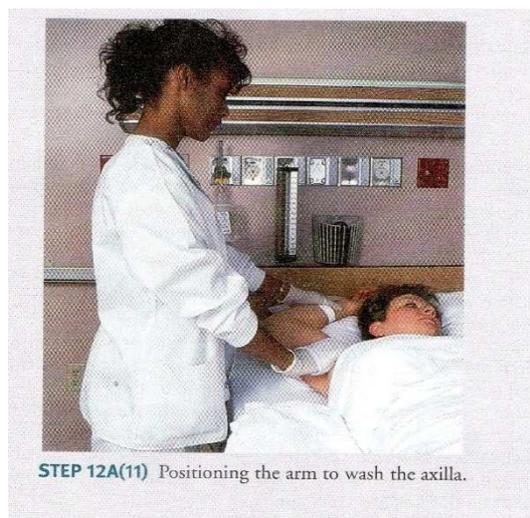
Adalah memandikan klien yang dilakukan diatas tempat tidur pada klien yang tidak dapat mandi sendiri

b. Indikasi

1. Pasien baru yang tidak dapat mandi sendiri, terutama jika sangat kotor dan keadaan umumnya memungkinkan.

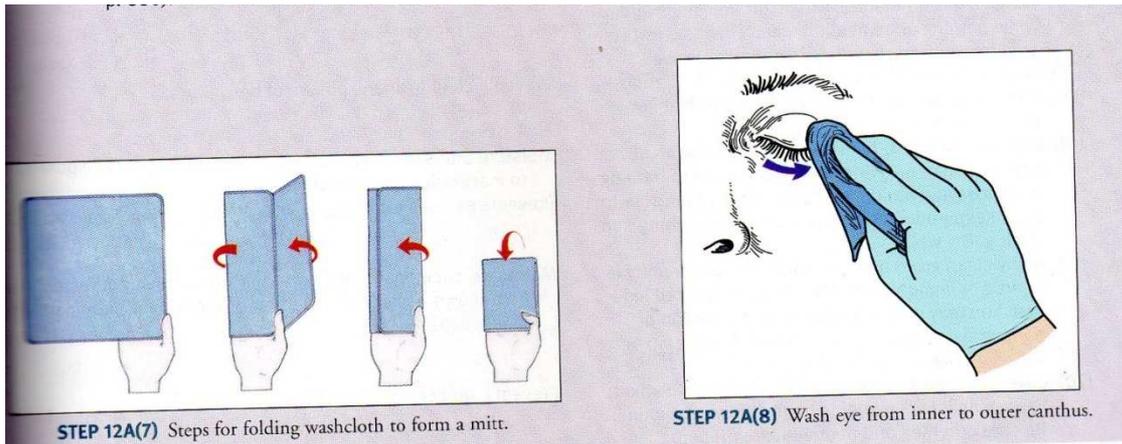
✂ ■ Keterampilan Dasar Kebidanan ✂ ■

2. Pada klien yang dirawat, sekurang-sekurangnya dua kali sehari, sesuai dengan kondisinya.
- c. Persiapan yang dilakukan adalah mulai dari persiapan alat dan bahan, klien dan lingkungan klien.
- d. Persiapan Pasien
Pasien diberi penjelasan dan dianjurkan untuk buang air kecil dulu (jika klien sadar) untuk meningkatkan kerjasama.
- e. Prosedur Pelaksanaan
Prosedur pelaksanaan dimulai dengan urutan:
 - a) Membasuh muka
 - b) Membasuh lengan
 - c) Membasuh dada dan perut
 - d) Membasuh punggung
 - e) Membasuh kaki
 - f) Membasuh daerah lipat paha dan genital



Gambar Memandikan Klien
Dewasa di Tempat Tidur

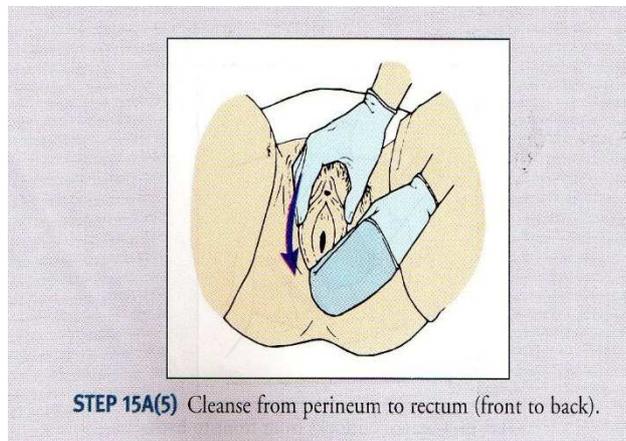
- f. Kontraindikasi
 1. Pasien dalam keadaan demam
 2. Pasien dengan penyakit tertentu, misalnya cacar
- g. Yang perlu diperhatikan:
 - a. Hindarkan tindakan yang memberikan rasa malu pada klien, dan tetap menjaga kesopanan
 - b. Perhatikan keadaan umum klien dan kelainan pada badannya(kelainan kulit)
 - c. Bila klien dapat mandi sendiri, Bidan membantu seperlunya



Gambar Cara melipat waslap dari handuk

3. Perawatan Perineal Wanita

Perawatan perineal pada wanita meliputi pembersihan genitalia eksternal. Prosedur biasanya dilakukan selama mandi. Kebanyakan wanita menyukai mencuci area perineal mereka sendiri bila mereka mampu secara fisik. Perawatan perineal mencegah dan mengontrol penyebaran infeksi, mencegah kerusakan kulit, meningkatkan kenyamanan, dan mempertahankan kebersihan. Untuk dapat melakukan prosedur vulva hygiene Saudara perlu melanjutkan belajar pada Bab praktikum tentang vulva hygiene.



Gambar Cara melipat waslap dari handuk

Hal yang perlu diperhatikan

Adanya sekresi yang berbau tak sedap dapat menandakan infeksi dan memerlukan perhatian. Wanita dengan inkontinensia urine atau feses atau mereka yang dalam pemulihan dari bedah rektal atau perineal, pembedahan yang mencakup saluran kemih bawah, atau melahirkan memerlukan perhatian khusus dalam perawatan perineal.

Penyuluhan Klien

Remaja putri harus belajar tentang higiene perineal dasar dan memahami mengapa higiene ini dapat menjadi pencetus terjadinya infeksi saluran kemih.

Pada Pediatri

Masalah umum diantara bayi-bayi adalah kemerahan pada daerah pemasangan popok, terjadi karena lingkungan lembab di bawah popok. Penganginan dan pendinginan merupakan cara yang paling efektif untuk meningkatkan penyembuhan. Ganti popok segera setelah basah. Lepaskan pakaian dan popok yang ketat.

Setelah saudara belajar dengan seksama pada Topik 2, Untuk memperdalam pemahaman Anda mengenal materi diatas, kerjakanlah latihan berikut!

Latihan

1. Rambut terdiri atas apa saja?
2. Jelaskan fungsi rambut!
3. Kapan dan apa yang diperhatikan dalam prosedur mencuci rambut?
4. Apa yang dilakukan pada prosedur memandikan bayi sebelum bayi di masukkan kedalam air bak mandi?
5. Bagaimana cara memandikan bayi apabila bayi mengalami demam

Petunjuk jawaban latihan soal/Rambu-rambu jawaban

1. Rambut adalah sel epidermis yang berubah, tumbuh dari folikel rambut di dalam epidermis sebelah atas. Di bagian dasar terdapat akar rambut, kantung rambut, kapiler rambut serta kapiler darah, dan ditegakkan oleh otot ereksi.
2. a. Melindungi kulit: bulu hidung menyaring udara, bulu mata, dari benda asing
b. Sebagai pengatur suhu, pendorong penguapan keringat
c. Sebagai indera peraba yang sensitif
3. Indikasi
 - a. Klien dengan rambut kotor dan kondisi kesehatan memungkinkan
 - b. Klien setelah dipasang kap kutu
 - c. Klien mau operasi dengan general anestesiHal yang diperhatikan saat mencuci rambut
 - a. Keadaan umum klien
 - b. Hindari kelelahan pada klien
 - c. Alat tenun dan rantai jangan sampai basah
4. Seka dengan waslap yang telah dicelupkan air hangat, peras: Mulai dari wajah, lipatan leher, lengan, dada, lipatan ketiak, paha, kaki. Ganti waslap kedua, celupkan air dalam waskom lalu bersihkan lipatan paha, area kelamin dan pantat. Ganti waslap yang

pertama, Sabuni bayi, dengan waslap yang ditetesi sabun, mulai dari atas ke bawah. karena, bayi sering memasukkan tangan ke mulut. Alat kelamin bayi disabun dengan menggunakan waslap ke dua.

5. Mandi seka atau tepid sponging dengan air hangat dilakukan pada klien demam

Ringkasan

Higiene dalam bahasa Yunani artinya sehat. Higiene perseorangan adalah tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang mencapai kesejahteraan fisik dan psikis. Pada Topik 2 membahas tentang Mencuci rambut dan menyisir rambut, Memandikan Ibu dan bayi, Melakukan vulva higiene. Rambut merupakan bagian dari kulit yang dapat merubah penampilan seseorang dengan memotong, menyisir, mengkriting, meluruskan atau mengecat. Rambut diartikan sebagai "Mahkota" Untuk itu diperlukan kebersihan dan perawatan rambut secara teratur. Rambut adalah sel epidermis yang berubah, tumbuh dari folikel rambut di dalam epidermis sebelah atas. Di bagian dasar terdapat akar rambut, kantung rambut, kapiler rambut serta kapiler darah, dan ditegakkan oleh otot ereksi. Warna rambut dipengaruhi pigmen di dalam epidermis yang disebut melanin, banyak sedikitnya melanin dipengaruhi: Ras/suku bangsa, Hormon dan Sinar matahari. Memandikan klien tidak dilakukan pada klien dalam keadaan demam atau menderita penyakit kulit menyeluruh seperti cacar. Selama melakukan prosedur memandikan yang perlu diperhatikan adalah hindarkan tindakan yang memberikan rasa malu pada klien, dan tetap menjaga kesopanan, Perhatikan keadaan umum klien dan kelainan pada badannya(kelainan kulit). Perawatan perineal pada wanita meliputi pembersihan genitalia eksternal. Prosedur biasanya dilakukan selama mandi. Kebanyakan wanita menyukai mencuci area perineal mereka sendiri bila mereka mampu secara fisik. Perawatan perineal mencegah dan mengontrol penyebaran infeksi, mencegah kerusakan kulit.

TES 2

Pilihlah satu jawaban yang paling benar!

1. Untuk mencegah alat tenun basah, maka pada prosedur mencuci rambut dibawah kepala di beri alas
 - a. Sprei kecil
 - b. Handuk dengan pengalas karet
 - c. Perlak kecil
 - d. Selimut dilipat kecil
2. Tujuan menyisir rambut adalah, kecuali.....
 - a. Memberikan rasa nyaman
 - b. Memelihara rambut agar tetap bersih, rapih
 - c. Merangsang peredaran darah pada tubuh

- d. Mencegah kororan dan kutu pada rambut
3. Seorang pasien harus dimandikan di atas tempat tidur bila dalam kondisi:
- a. Harus bed rest total
 - b. Persiapan untuk pembedahan
 - c. Memerlukan perawatan intensif
 - d. 6 jam sesudah melahirkan
4. Bila saudara akan memandikan pasien, maka hal pertama yang dilakukan adalah:
- a. Mencuci muka
 - b. Tanyakan biasa pakai sabun muka atau tidak
 - c. Siapkan alat
 - d. Komunikasi kepada pasien
5. Pada pelaksanaan oral hygiene orang tak sadar, TONG SPATEL digunakan untuk....
- a. Memegang deppeas
 - b. Membuka mulut
 - c. Irigasi
 - d. Menampung kotoran

Topik 3

Menyiapkan Tempat Tidur Klien

Selamat datang para mahasiswa, bagaimana kabar hari ini, semoga Anda selalu mempunyai motivasi tinggi dalam belajar. Saudara telah mempelajari personal hygiene dan selanjutnya pada Topik 3, mahasiswa mempelajari tentang lingkungan klien yaitu Hygiene & sanitasi lingkungan pada keterampilan menyiapkan tempat tidur merupakan prosedur pemenuhan kebutuhan diri dan lingkungan dengan memberikan tempat tidur yang sesuai keadaan klien, sehingga klien merasa nyaman. Lingkungan yang nyaman akan menunjang cepatnya kesembuhan pasien. Kamar pasien, tanpa melihat tempat tidurnya adalah rumah bagi pasien selama ia berada di rumah sakit. Tempat tidur yang rapi memberikan keamanan dan kenyamanan yang sangat berperan penting bagi kesejahteraan pasien. Dikatakan tempat tidur terbuka apabila tempat tidur dalam keadaan terbuka Tempat tidur tertutup adalah tempat tidur yang setelah dipasang seperangkat alat, sehingga semuanya dalam kondisi tertutup. Tempat tidur pasca operasi adalah tempat tidur yang dikhususkan bagi pasien pasca operasi. Adapaun cara pelaksanaan prosedur telah diuraikan secara rinci pada Bab praktikum.

Tujuan

Adapun tujuan dari menyiapkan tempat tidur adalah agar pasien merasa aman dan nyaman selama ia menjalani proses penyembuhan di RS dan juga untuk mempermudah Bidan dalam melakukan tindakan kebidanan.

Prinsip perawatan tempat tidur antara lain :

1. Tempat tidur pasien harus selalu bersih dan rapi
2. Linen diganti sesuai kebutuhan dan sewaktu-waktu jika kotor
3. Penggunaan linen bersih harus sesuai kebutuhan dan tidak boros.

Jenis persiapan tempat tidur

1. Unoccupied bed (tempat tidur yang belum ada klien di atasnya)
 - 1) Closed bed (tempat tidur tertutup)
 - 2) Open bed (tempat tidur terbuka)
 - 3) Aether bed (tempat tidur pasca operasi)
2. Occupied bed (mengganti tempat tidur dengan klien di atasnya)

1) Tempat Tidur Tertutup (Closed Bed)

Pengertian

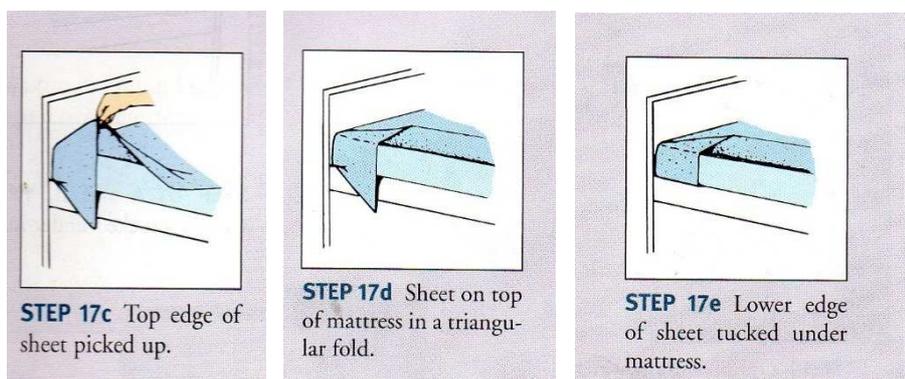
Merupakan tempat tidur yang sudah disiapkan dan masih tertutup dengan sprei penutup (over laken) di atasnya. Tempat tidur tertutup adalah tempat tidur yang setelah dipasang seperangkat alat seperti sprei, perlak, slimut dan sarung abantal kemudian ditutup secara keseluruhan dengan sprei besar sehingga semuanya dalam kondisi tertutup.

Tujuan:

1. Agar siap pakai sewaktu-waktu
2. Agar tampak selalu rapih.
3. Memberikan perasaan senang dan nyaman pada klien.

Prosedur Pelaksanaan:

Prosedur pelaksanaan dilakukan dengan menyiapkan peralatan secara berurutan, yang dipasang lebih dahulu diletakkan pada bagian atas.



Gambar Cara Memasukkan Sprei ke Bawah Kasur



Gambar Tempat Tidur Tertutup

2) Tempat Tidur Terbuka (Open Bed)

Pengertian

Merupakan tempat tidur yang sudah disiapkan tanpa spreng penutup (Over Laken). Dikatakan tempat tidur terbuka bila tempat tidur dalam keadaan terbuka atau tidak tertutup dengan spreng besar setelah terpasang spreng, perlak, selimut dan sarung bantal yang tidak ditutup secara keseluruhan oleh spreng besar (Dalam kondisi terbuka). Tujuannya agar dapat segera digunakan. Menyiapkan tempat tidur terbuka dilakukan jika 1) ada klien baru atau 2) pada tempat tidur klien yang dapat/ boleh turun dari tempat tidur. Persiapannya adalah hendaknya spreng dilipat untuk mempermudah saat memasang.

Prosedur Pelaksanaan

Seperti menyiapkan tempat tidur tertutup, tetapi tanpa dipasang over laken. Jika telah tersedia tempat tidur tertutup, maka angkat over laken kemudian lipat.

Perhatian

1. Alat tenun yang sobek tidak boleh dipakai
2. Memsang alat tenun harus tegang dan rata agar rapih dan nyaman dipakai

3) Tempat Tidur Klien Pascaoperasi (Aether Bed)

Pengertian

Merupakan tempat tidur yang disiapkan untuk klien pascaoperasi yang mendapat narkose (obat bius)

Tujuan

- Menghangatkan klien
- Mencegah penyulit/ komplikasi pascaoperasi.

Persiapan Alat

Pada tempat tidur terbuka, kemudian tambahkan persiapan alat sebagai berikut:

1. Tambahkan satu selimut tebal pada alat tenun untuk tempat tidur terbuka.
2. Dua buah buli-buli panas/ WWZ (Warm Water Zack), dengan suhu air 40°C-43°C.
3. Perlak dan handuk dalam satu gulungan dengan handuk dibagian dalam.
4. Termometer air (jika ada).

Prosedur Pelaksanaan

Tempat tidur pascaoperasi disiapkan pada ruang intensive care pada klien postoperasi.

Perhatian:

1. Alat tenun harus selalu bersih
2. Buli-buli panas jangan sampai bocor (periksa dulu sebelum dipakai) dan tutupnya jangan sampai lepas/kurang kencang
3. Buli-buli panas dapat dipakai kembali jika diperlukan, dan ganti airnya jika sudah dingin.

4) OCCUPIED BED (Mengganti Alat Tenun dengan Klien Diatasnya)

Pengertian

Adalah mengganti alat tenun kotor pada tempat tidur klien tanpa memindahkan klien dari tempat tidur.

Tujuan

- a. Memberikan perasaan senang pada klien
- b. Mencegah terjadinya dekubitus
- c. Memelihara kebersihan dan kerapian

Dilakukan Pada

Tempat tidur klien yang tirah baring total (sakit keras atau tidak sadar/koma).

Persiapan

Persiapannya meliputi persiapan alat, persiapan klien, agar klien dapat bekerjasama sehingga mempermudah pelaksanaan prosedur.

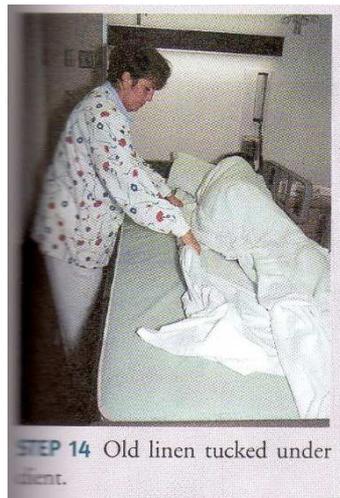
Prosedur Pelaksanaan

Prosedur dilakukan sama dengan cara mengganti dan memasang alat tenun pada tempat tidur, tetapi dilakukan sebagian-sebagian dari tempat tidur. Karena klien tetap berada diatas tempat tidur maka selama prosedur tetap memperhatikan keadaan umum klien dan jangan sampai melelahkan klien.

Yang perlu diperhatikan

Prosedur jangan sampai melelahkan klien, amati keadaan klien selama prosedur dilaksanakan dengan cara bergantian antara kedua sisi klien.

✂ ■ Keterampilan Dasar Kebidanan ✂ ■



Setelah saudara belajar dengan seksama pada Topik 2, maka tentunya saudara ingin mengetahui tentang kemampuan pengetahuan saudara untuk itu teruskan dengan menjawab latihan soal dibawah ini.

Latihan

1. Ada berapa macam cara menyiapkan tempat tidur klien?
2. Bagaimana prinsip perawatan tempat tidur?
3. Apa beda menyiapkan tempat tidur tertutup dan terbuka?
4. Sebutkan tujuan menyiapkan tempat tidur!
5. Pada klien yang telah selesai operasi dengan anastesi umum sebaiknya tempat tidur yang?

Rambu-rambu jawaban

1. Macam cara menyiapkan tempat tidur klien
 - a. Closed bed (tempat tidur tertutup)
 - b. Open bed (tempat tidur terbuka)
 - c. Aether bed (tempat tidur pasca operasi)
 - d. Occupied bed (mengganti tempat tidur dengan klien di atasnya)
2. Prinsip perawatan tempat tidur
 - a. Tempat tidur pasien harus selalu bersih dan rapi
 - b. Linen diganti sesuai kebutuhan dan sewaktu-waktu jika kotor
 - c. Penggunaan linen bersih harus sesuai kebutuhan dan tidak boros.
3. Beda menyiapkan tempat tidur tertutup dan terbuka yaitu pada persiapannya dan caranya yaitu alat ditambah over laken dan dipasang diatas sprei besar.
4. Tujuan menyiapkan tempat tidur
 - a. Agar siap pakai sewaktu-waktu
 - b. Agar tampak selalu rapih.
 - c. Memberikan perasaan senang dan nyaman pada klien.

5. Pada klien yang telah selesai operasi dengan anestesi umum sebaiknya tempat tidur yang disiapkan adalah Tempat tidur yang dapat memberikan kehangatan

Ringkasan

Menyiapkan tempat tidur merupakan prosedur pemenuhan kebutuhan diri dan lingkungan dengan memberikan tempat tidur yang sesuai dengan kebutuhan klien, sehingga klien merasa nyaman. Lingkungan yang nyaman akan menunjang cepatnya kesembuhan pasien. Tempat tidur adalah rumah bagi pasien selama ia berada di rumah sakit. Tempat tidur yang rapi memberikan keamanan dan kenyamanan yang sangat berperan penting bagi kesejahteraan pasien. Adapun jenis tempat tidur yang disiapkan sesuai dengan keadaan klien adalah tempat tidur terbuka, tempat tidur tertutup, tempat tidur untuk pasca operasi adalah tempat tidur yang dikhususkan bagi pasien pasca operasi. Selain itu walaupun klien dalam kondisi tidak dapat bangun dari tempat tidur alat tenun tempat tidur klien tetap bisa dijaga kebersihannya dengan menyiapkan tempat tidur tanpa harus memindahkan klien

Tes 3

Pilih satu jawaban yang paling benar

1. Over laken disiapkan pada menyiapkan tempat tidur:
 - a. Terbuka
 - b. Tertutup
 - c. Aether bed
 - d. Occupied bed
2. Buli-buli panas dipasang pada menyiapkan tempat tidur
 - a. Tertutup
 - b. Terbuka
 - c. Aether bed
 - d. Occupied bed
3. Occupied bed dilakukan bertujuan
 - a. Memberikan perasaan senang pada klien
 - b. Mencegah terjadinya dekubitus
 - c. Memelihara kebersihan dan kerapian
 - d. Memberikan kehangatan pada klien
4. Mengganti alat tenun pada klien di atasnya pada salah satu sisi adalah:
 - a. Lepaskan alat tenun bagian yang dekat Bidan dari bawah kasur
 - b. Gulung satu persatu sampai dibawah punggung klien

✍ ■ Keterampilan Dasar Kebidanan ✍ ■

- c. Gulung stik laken ketengah tempat tidur sejauh mungkin
 - d. Lepaskan pernak dan sarung bantal
5. Pada klien yang dapat tutun dari tempat tidur, prosedur menyiapkan tempat tidur jenis
- a. Closed bed
 - b. Open bed
 - c. Aether bed
 - d. Occupied bed

KUNCI JAWABAN TES

TES 1

1. A
2. B
3. C
4. A
5. D

TES 2

1. B
2. C
3. B
4. C
5. B

TES 3

1. B
2. C
3. A
4. A
5. B

DAFTAR PUSTAKA

- Anik Maryunani 2009 , Pengenalan alat/Instrumen kesehatan dan Kebidanan dalam praktik Kebidanan, CV Trans Info Medika
- Bayu Rosadi, Hurip Pratomo, 2010, Buku Materi Pokok Taksonomi Vertebrata, Jakarta UT
- Claire Banister , 2006, alih bahasa Fruriolina Arian; Pedoman Obat(Buku saku Bidan) Jakarta, EGC
- Eny Retno A, Tri Sunarsih, 2011, KDPK Teori dan Aplikasi, Yogyakarta, Nuka Medika
- Ganong W. F. 2005. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 17. Jakarta : EGC
- Guyton A. C, Hall J. E. 2008. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 11. Jakarta : EGC.
- Jane Coad, Melvyn Dunshall, 2006 : Anatomi dan Fisiologi untuk Bidan, Jakarta : EGC
- Moch. Anif 2004, Prinsip umum dan Dasar Farmakologi UGM Press
- Musrifatul Uliyah, A.Aziz A.H, et al, 2012. Buku ajar, Keterampilan Dasar Kebidanan 1 Pendekatan Kurikulum Berbasis Kompetensi, Surabaya, Health Books Publishing,
- , 2011, Buku Saku Prosedur Praktikum Keterampilan Dasar Praktik Klinik,[http://Kelapariwara .wordpress.com](http://Kelapariwara.wordpress.com) Surabaya, Health Books Publishing,
- 2009, Keterampilan Dasar Praktik Klinik, untuk Kebidanan, Jakarta, Salemba Medika
- ,2008, Praktikum Keterampilan Dasar Praktik Klinik, Aplikasi Dasar- dasar Praktik Kebidanan, Jakarta, Salemba Medika
- Potter & Perry, 2005,Buku ajar Fundamental keperawatan, Konsep,Proses, dan Praktik, edisi 4, Volume 1, Edisi bahasa Indonesia,Alih bahasa: Renata Kumala sari et all;Jakarta:EGC
- Potter & Perry, Fondamentals of Nursing 7 th Edition, Evolve, <http://Evolve.elsevier.com/Potter/Fundamentals/> diakses tgl 19 Nopember 2015
- Potter & Perry, 2005, Buku Saku Keterampilan dab Prosedur Dasar edisi 3 Jakarta:EGC

✍ ■ Keterampilan Dasar Kebidanan ✍ ■

Linda lane Liley et al., Pharmacology and the nursing process, sixth edition 2011, Evolve learning sistem, <http://evolve.elsevier.com/Lilley>

Kozier, Erb. 2009. Buku ajar praktik keperawatan klinis: ed 5. Jakarta: Penerbit EGC.