**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR**
**POSTPARTUM BLUES**

| NO | KOMPONEN KERJA | PENCAPAIAN | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Lab Tgl …… | | | Ujian Tgl …… | | | Klinik Tgl …… | | |
| | NILAI | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 |
| I | PERSIAPAN<br>1. Pasien<br>2. Suami atau kerabat pasien<br>3. Bidan | | | | | | | | | |
| II | **STRATEGI PELAKSANAAN**<br>1. Menganjurkan untuk istirahat banyak dan cukup pada saat bayi tidur<br>2. Menganjurkan untuk tidak melakukan pekerjaansendiri.<br>3. Meminta tolong kepada keluarga<br>4. Meluangkan waktu untuk refreshing<br>5. Membicarakan perasaan dan kegelisahan kepada anggota keluarga untuk memahami keadaan<br>6. Mencari pengalaman dari ibu-ibu yang sudah mempunyai anak<br>7. Bergabung pada komunitas atau group yang membahas masalah serupa<br>8. Bersikap terbuka pada pasangan dan keluarga<br>9. Berkonsultasi pada bidan, apabila terjadi keabnormalanpada diri sendiri | | | | | | | | | |