



**STANDARD KEMAHIRAN PEKERJAAN KEBANGSAAN
(NATIONAL OCCUPATIONAL SKILL STANDARD)**

Q869-002-4:2016

PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE

MAMACARE POST NATAL

TAHAP 4



JPK

**JABATAN PEMBANGUNAN KEMAHIRAN
KEMENTERIAN SUMBER MANUSIA, MALAYSIA**

STANDARD PRACTICE

NATIONAL OCCUPATIONAL SKILLS STANDARD (NOSS)

PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE

TAHAP 4

1. PENGENALAN

Penjagaan ibu selepas bersalin melalui amalan perubatan tradisional Melayu adalah diterima secara umum dalam kalangan masyarakat Malaysia dan semakin mendapat permintaan yang tinggi. Program Latihan Kapasiti MamaCare adalah satu inisiatif untuk memperkasakan ekonomi wanita dengan menyediakan perkhidmatan penjagaan ibu selepas bersalin melalui kaedah amalan perubatan tradisional Melayu.

Ia telah dilaksanakan sejak tahun 2012 bawah Strategi Lautan Biru Kebangsaan (NBOS) iaitu *1Malaysia Women's Initiative for Self-Empowerment (1MWISE)* dengan kerjasama antara Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN), Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), dan Gabungan Pertubuhan Pengamal Perubatan Tradisional Melayu Malaysia (GAPERA). Melalui inisiatif ini ia dapat meningkatkan kesejahteraan wanita, keluarga dan masyarakat.

Bagi memperkukuhkan inisiatif ini, satu program latihan yang standard, komprehensif dan diiktiraf diwujudkan melalui National Occupational Skills Standard (NOSS). NOSS yang dibangunkan ialah Penjagaan Ibu selepas Bersalin MamaCare. Pengisian NOSS ini akan melahirkan pengamal yang berketrampilan dengan kemahiran urutan dan senaman ibu selepas bersalin, pemakanan sihat ketika berpantang, penyusuan susu ibu, penjagaan bayi, penyediaan herba, khidmat nasihat keluarga, keibubapaan anak kecil, bimbingan dan bantuan serta pengurusan domestik.

Bagi memastikan perkhidmatan MamaCare yang telah dilaksanakan oleh LPPKN berupaya memberi khidmat secara professional dan terbaik di negara ini serta peringkat antarabangsa, maka pembangunan standard kemahiran pekerjaan nasional untuk MamaCare dibangunkan.

Pembangunan NOSS adalah berdasarkan Akta Perubatan Tradisional dan Komplementari (PT&K) yang dikuatkuasakan sejak 1 Ogos 2016, semua pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari (PT&K) yang ingin mengamal dalam bidang amalan yang diiktiraf hendaklah berdaftar dengan Majlis Perubatan Tradisional dan Komplementari (PT&K) di Malaysia.

Dokumen NOSS ini akan digunakan untuk melaksanakan latihan Penjagaan Ibu Selepas Bersalin MamaCare serta keperluan latihan seperti penyediaan *Writing Instruction Manual* (WIM). Ini bagi memastikan pengamal yang mengikuti NOSS ini akan mempunyai ketrampilan yang tinggi dalam melaksanakan kaedah urutan selepas bersalin secara tradisional melayu.

2. STRUKTUR PEKERJAAN

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL (Q)
SUB SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN (869)
AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN (Kod Aktiviti 86909)
LEVEL	
LEVEL 5	PENGURUS MAMACARE
LEVEL 4	PENGAMAL MAMACARE
LEVEL 3	NIL
LEVEL 2	NIL
LEVEL 1	NIL

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL (Q)
SUB SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN (869)
AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN (Kod Aktiviti 86909)
LEVEL	
LEVEL 5	PENGURUSAN PERKHIDMATAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE
LEVEL 4	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE
LEVEL 3	NIL
LEVEL 2	NIL
LEVEL 1	NIL

SECTOR	PERUBATAN DAN FARMASEUTIKAL
SUB SECTOR	KESIHATAN DAN PERKHIDMATAN PENJAGAAN DIRI
AREA	
LEVEL	
LEVEL 5	NIL
LEVEL 4	NIL
LEVEL 3	URUT TERAPI (MP-082-3:2011)
LEVEL 2	NIL
LEVEL 1	NIL

3. DEFINASI TAHAP KOMPETENSI

NOSS dibangunkan untuk pelbagai keperluan pekerjaan. Calon yang akan mendapat sijil perlu melalui latihan dan penilaian berdasarkan tahap kompetensi. Berikut adalah panduan tahap NOSS yang telah digariskan dan disediakan oleh Jabatan Pembangunan Kemahiran, Kementerian Sumber Manusia, Malaysia.

**Diploma Kemahiran Malaysia Tahap 4
(Tahap Eksekutif):**

Calon kompeten dalam melaksanakan pelbagai aktiviti kerja teknikal yang kompleks atau kerja profesional yang dilakukan dalam pelbagai konteks yang luas dan terperinci serta bertanggungjawab dan berautonomi. Bertanggungjawab untuk kerja-kerja yang diberikan dan melaksanakan peruntukan sumber yang disediakan.

4. DIPLOMA KEMAHIRAN MALAYSIA (DKM 4)

Sebagai prasyarat untuk mengikuti kemahiran tahap empat (4), calon pengamal perlu mempunyai **SKM Tahap 3 Urutan Terapi (MP-082-3:2011)**. Calon juga perlu berkemahiran membaca, menulis dan sihat tubuh badan.

Calon yang lulus Tahap 4, jika ingin mengamalkan perkhidmatan penjagaan ibu selepas bersalin MamaCare dengan menggunakan jenama MamaCare, calon perlu mematuhi syarat-syarat yang ditetapkan oleh LPPKN serta diwajibkan untuk mengambil unit kompetensi elektif Pengurusan Kerja-kerja Umum dalam DKM 4.

Penilaian akan dilakukan berdasarkan:

NOSS ini menggariskan tugas dan peranan pengamal MamaCare dalam industri dan dibangunkan serta didokumentasikan berdasarkan garis panduan pemegang taruh. Untuk memenuhi kriteria dan keperluan industri, penilaian standard yang tinggi telah ditetapkan dalam membangunkan kompetensi ini. Ini dapat dicapai dengan rangka latihan yang terperinci dan sistematik dalam pelaksanaan perkhidmatan MamaCare. Penilaian akan berdasarkan kepada:

- a) Penilaian akhir kompetensi yang melibatkan dokumentasi berterusan oleh fasilitator atau tenaga pengajar.
- b) Penilaian selepas latihan akan dilaksanakan secara praktikal yang melibatkan demonstrasi dan penggunaan bahan.
- c) Tugas yang telah digariskan dalam NOSS mesti dilaksanakan sepanjang penilaian dalam latihan.
- d) Persekitaran pembelajaran dan kemudahan sepanjang latihan mesti memenuhi keperluan amalan perubatan tradisional Melayu.
- e) Penilaian dan pembangunan tugas yang diberikan perlu dipersembahkan berdasarkan kemahiran yang diperolehi.
- f) Semua bahan latihan yang digunakan perlu diperakui bersesuaian dengan amalan perubatan tradisional Melayu

5. DEFINISI PEKERJAAN

Penjagaan ibu selepas bersalin MamaCare tahap 4 mesti mempunyai kekompetenan seperti berikut:

- Pengurusan selepas bersalin;
- Penyediaan pemakanan sihat.
- Pengendalian bayi baharu lahir.
- Pemulihan ibu selepas bersalin
- Senaman ibu selepas bersalin
- Pengurusan kerja-kerja umum.

6. LOKASI PERKHIDMATAN

Secara umumnya, perkhidmatan MamaCare merangkumi tiga (3) kategori perkhidmatan iaitu;

- Perkhidmatan lawatan ke rumah

Perkhidmatan lawatan ke rumah adalah dilakukan secara berjadual (harian, mingguan dan bulanan). Pengamal MamaCare akan tinggal bersama dengan pelanggan atau berulang alik mengikut keperluan. Perkhidmatan yang diberikan merangkumi urutan, penjagaan ibu dan bayi, pemakanan sihat, senaman kesihatan dan pengurusan domestik.

Ini memerlukan pengamal MamaCare mempunyai kemahiran yang tinggi dalam melaksanakan tugas ini.

- Perkhidmatan bergerak

Perkhidmatan bergerak merupakan perkhidmatan urutan kesejahteraan yang ditawarkan di tempat-tempat sementara seperti di pusat membeli belah, promosi, ekspo, pameran dan sebagainya. Ini bertujuan untuk mempromosi perkhidmatan MamaCare.

- Perkhidmatan setempat/premis

Perkhidmatan setempat/premis merupakan perkhidmatan dalam bentuk spa atau pusat penjagaan ibu selepas bersalin. Perkhidmatan ini lebih tertumpu kepada urutan kesejahteraan dan rawatan kecantikan untuk ibu selepas bersalin.

- Perkhidmatan-perkhidmatan lain

Selain daripada itu, pengamal MamaCare akan menguruskan perkhidmatan secara online dengan membuat tempahan dan promosi.

Semua perkhidmatan ini memerlukan kemahiran dan latihan yang tinggi dalam menyediakan perkhidmatan terbaik.

7. PROSPEK PEKERJAAN

Perkhidmatan MamaCare ini mempunyai prospek yang tinggi dalam menyampaikan perkhidmatan dalam dan luar Negara. Ini kerana kemahiran yang diperoleh diiktiraf dengan standard kemahiran dalam dan luar Negara. Ketika ini ramai pengamal penjagaan ibu selepas bersalin tidak diberi latihan yang standard dan komprehensif. Justeru, pembangunan NOSS ini mampu menaikkan taraf kemahiran dengan lebih baik dan membuka ruang untuk perkhidmatan ini berkembang dengan meluas.

Berdasarkan budget 2017, YAB Perdana Menteri menyatakan bagi menghasilkan tenaga tempatan yang memenuhi industri, kapasiti pendidikan berasaskan TVET diperkasakan. Ini secara tidak langsung dapat menggalakkan masyarakat khususnya golongan wanita untuk meningkatkan kemahiran penjagaan ibu selepas bersalin. Penjagaan ibu selepas bersalin mampu melonjakkan amalan perubatan tradisional Melayu ke satu tahap yang lebih tinggi dan mempunyai nilai komersial. Ini akan membuka peluang dan ruang kepada isi rumah khususnya wanita yang berpendapatan rendah dan sederhana untuk meningkatkan pendapatan mereka selaras dengan hasrat kerajaan untuk melahirkan rakyat yang berpendapatan tinggi. Bidang ini mampu dikembangkan untuk menjadi satu bidang keusahawanan yang berdaya maju.

Bidang lain yang berkaitan dengan peluang pekerjaan ini adalah:

- Urutan kesejahteraan
- Urutan ibu selepas bersalin
- Pengurusan pemakanan sihat
- Perkhidmatan spa kecantikan
- Pusat jagaan ibu selepas bersalin

- Penjagaan kesihatan
- Penyediaan herba
- Pengurusan kerja-kerja umum
- Penjagaan bayi
- Pengurusan taska

8. LATIHAN, PENGIKTIRAFAN DAN KELAYAKAN

Calon boleh mendapatkan latihan kompetensi di pelbagai institut latihan di mana mereka boleh menjalankan latihan beserta latihan dalam perkhidmatan (OJT) dalam bidang berkaitan.

Syarat minimum untuk melayakkan mereka mengikuti kursus ini telah dinyatakan. Namun, calon juga perlu mempunyai kemahiran menulis, membaca dan mempunyai minat serta komitmen yang tinggi. Pengamal perlu berjaya melengkapkan latihan ini berdasarkan kepada penilaian yang telah ditetapkan oleh Jabatan Pembangunan Kemahiran.

9. SUMBER MAKLUMAT TAMBAHAN

- a) Lembaga Penduduk Dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN)
No. 12b, Bangunan Lppkn,
Jalan Raja Laut, 50350 Kuala Lumpur
Tel : 03-26137555
Faks : 03-26937250
Emel : penduduk@lppkn.gov.my

- b) Jabatan Kebajikan Masyarakat
Aras 6, 9-18
No 55, Persiaran
Perdana, Presint 4,
62100 Putrajaya
Tel : 03 - 8000 8000
Faks : 03 - 8323 2045

- c) Bahagian Perubatan Tradisional dan Komplementari
Kementerian Kesihatan Malaysia
Blok E, Tingkat 1, Jalan Cenderasari
50590 Kuala Lumpur
Tel : 03-22798129
Faks : 03-26911259

- d) Institut Sosial Malaysia
Lot PT 13856,
Km 6 Lebuhraya Kuala Lumpur-Seremban,
Sungai Besi,
57100 Kuala Lumpur.
Tel. : 03-79853371
Fax. : 03-79853380

- e) Gabungan Pertubuhan Pengamal Perubatan Tradisional
Malaysia (GAPERA)
C-0-2, Setiawangsa Business Suites, Jalan Setiawangsa
2, 54200 Setiawangsa, Kuala Lumpur.
Tel : 03-42669477/018-2836787
Fax. : 03-42517677
Email : adzhar.latif@yahoo.com

10. PENGESAHAN

10.1 Dokumen standard ini telah disemak oleh panel pakar iaitu:

Panel Pembangun

10.2 Dokumen standard ini telah diedarkan kepada pihak industry yang berkaitan untuk pengesahan dan maklumbalas. Senarai pihak yang telah menerima deraf ini adalah seperti berikut:

- a) Bahagian Perubatan Tradisional dan Komplementari, Kementerian Kesihatan Malaysia
- b) Bahagian Kejururawatan, Kementerian Kesihatan Malaysia
- c) Bahagian Pemakanan, Kementerian Kesihatan Malaysia
- d) Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM)
- e) Institut Sosial Malaysia (ISM)

- f) Jabatan Pembangunan Wanita (JPW)
- g) Gabungan Pertubuhan Pengamal Perubatan Tradisional Melayu Malaysia (GAPERA)
- h) Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN)

10.3 Dokumen standard ini telah disemak oleh Jawatankuasa Teknikal Penilaian Standard (JKTPS), JPK dan disahkan oleh ahli Jawatankuasa Penasihat Pembangunan Kemahiran pada 23 November 2016. Senarai ahli jawatankuasa yang telah bersetuju mengesahkan standard ini adalah seperti berikut:

- a) Dr. Dyanan Puvanandran
Bahagian Perubatan Tradisional dan Komplementari, Kementerian Kesihatan Malaysia
- b) Tn. Hj Ramli Shabudin
Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN)
- c) Encik Norhissam Mustafa
Gabungan Pertubuhan Pengamal Perubatan Tradisional Melayu Malaysia (GAPERA)
- d) Puan Rohaiza Binti Ahmad
MamaCare Negeri Selangor

11 ENDORSEMEN

Jabatan Pembangunan Kemahiran (JPK), Kementerian Sumber Manusia telah bersetuju dan mengesahkan standard ini pada

12. COMMITTEE MEMBERS FOR NOSS DEVELOPEMENT

PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE (TAHAP 4)

PANEL		
1.	En. Fauwaz Hasbullah	Ketua Unit Pembangunan Produk, LPPKN
2.	Pn. Rozbizah Abd. Aziz	Penolong Pengarah Kanan, JKM
3.	Pn. Siti Mariam Bt. Sageh	Pegawai Perunding Latihan, ISM
4.	Pn. Rashadiba Bt. Ibrahim @Rahman	Pegawai Sains Pemakanan, Bahagian Pemakanan, KKM
5.	Dr. Noor Laila Sehat	Pegawai Kesihatan Keluarga, KKM
6.	Matron Scholastica Lee Mui Yung	Pen. Pengarah Kanan Kejururawatan, Bahagian Kejururawatan, KKM
7.	En. Mohd Adzhar Abd. Latif	Yang Dipertua GAPERA
8.	Pn. Sharifah Noor Noordin	Ahli Gabungan, GAPERA
9.	Pn. Katherine Low Sow moi	Pegawai Psikologi, LPPKN
FACILITATOR		
10.	En. Razalee Che Ros –Jabatan Pembangunan Kemahiran	
CO-FACILITATOR		
11.		

COMPETENCY PROFILE CHART (CPC)

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL- Q		
SUB SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN -869		
JOB AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN- 86909		
NOSS TITLE	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE		
JOB LEVEL	FOUR (4)	JOB AREA CODE	Q869-002-4:2016



COMPETENCY PROFILE (CP)

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL- Q
SUB SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN -869
JOB AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN- 86909
NOSS TITLE	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE
LEVEL	TAHAP 4

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
1. PENGURUTAN SELEPAS BERSALIN	Q869-002-4:2016-C01	<p>Pengurutan selepas bersalin adalah satu proses sentuhan dan tekanan menggunakan jari jemari, tapak tangan dan siku mengikut teknik yang spesifik kepada ibu selepas bersalin berpandu kepada ilmu dan amalan urutan tradisional Melayu yang diwarisi turun-temurun.</p> <p>Seseorang yang kompeten dalam pengurutan selepas bersalin berupaya melakukan urutan kesejahteraan, urutan terapi</p>	1. Lakukan Urutan Kesejahteraan	<p>1.1. Borang maklumat pelanggan yang terkini dan lengkap diperolehi.</p> <p>1.2. Persetujuan bertulis daripada pelanggan diperolehi.</p> <p>1.3. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan.</p> <p>1.4. Kit urutan disusun atur di tempat kerja.</p> <p>1.5. Aksesori dan pakaian telah dibuka dan disimpan di tempat yang disediakan.</p> <p>1.6. Pelanggan sedia dibaringkan mengikut kondisi dan keselesaan pelanggan dengan pakaian urutan.</p> <p>1.7. Teknik urutan berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu digunakan.</p> <p>1.8. Kondisi pelanggan sebelum, semasa</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
		<p>kelahiran normal, urutan terapi kelahiran secara pembedahan, urutan rengat dan urutan kelancaran pengaliran susu berpandukan kepada ilmu dan amalan perubatan tradisional Melayu yang diwarisi turun-temurun.</p> <p>Hasilan daripada unit kompetensi ini adalah untuk mengembalikan tahap kesihatan dan kesegaran fizikal serta kestabilan emosi. Di samping mendapatkan tubuh badan yang sihat dan cantik.</p>	2. Lakukan Urutan Terapi Kelahiran Normal	<p>dan selepas urutan dipantau, direkod dan disimpan mengikut garis panduan amalan baik.</p> <p>1.9. Pantang larang, petua, pemakanan, perancang keluarga, keibubapaan, dan keselamatan sebelum, semasa dan selepas berurut telah disampaikan.</p> <p>2.1. Borang maklumat pelanggan yang terkini dan lengkap diperoleh.</p> <p>2.2. Persetujuan bertulis dari pelanggan diperoleh.</p> <p>2.3. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan.</p> <p>2.4. Kit urutan disusun atur di tempat kerja.</p> <p>2.5. Aksesori dan pakaian telah dibuka dan disimpan di tempat yang disediakan.</p> <p>2.6. Pelanggan sedia dibaringkan mengikut kondisi dan keselesaan pelanggan dengan pakaian urutan.</p> <p>2.7. Teknik urutan berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu digunakan.</p> <p>2.8. Kondisi pelanggan sebelum, semasa dan selepas urutan dipantau, direkod dan disimpan mengikut garis panduan amalan baik.</p> <p>2.9. Pantang larang, petua, pemakanan, perancang keluarga, keibubapaan, dan keselamatan sebelum, semasa dan selepas berurut telah disampaikan.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
			3. Lakukan Urutan Terapi Kelahiran Secara Pembedahan	3.1. Borang maklumat pelanggan yang terkini dan lengkap diperoleh. 3.2. Persetujuan bertulis daripada pelanggan diperoleh. 3.3. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan. 3.4. Kit urutan disusun atur di tempat kerja. 3.5. Aksesori dan pakaian telah dibuka dan disimpan di tempat yang disediakan. 3.6. Pelanggan sedia dibaringkan mengikut kondisi dan keselesaan pelanggan dengan pakaian urutan. 3.7. Teknik urutan berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu digunakan. 3.8. Kondisi pelanggan sebelum, semasa dan selepas urutan dipantau, direkod dan disimpan mengikut garis panduan amalan baik. 3.9. Pantang larang, petua, pemakanan, perancang keluarga, keibubapaan, dan keselamatan sebelum, semasa dan selepas berurut telah disampaikan.

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
			4. Lakukan Urutan Rengat	4.1. Borang maklumat pelanggan yang terkini dan lengkap diperoleh. 4.2. Persetujuan bertulis daripada pelanggan diperoleh. 4.3. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan. 4.4. Kit urutan disusun atur di tempat kerja. 4.5. Aksesori dan pakaian telah dibuka dan disimpan di tempat yang disediakan. 4.6. Pelanggan sedia dibaringkan mengikut kondisi dan keselesaan pelanggan dengan pakaian urutan. 4.7. Teknik urutan tradisional dan tuaman tungku panas digunakan. 4.8. Kondisi pelanggan sebelum, semasa dan selepas urutan dipantau, direkod dan disimpan mengikut garis panduan amalan baik. 4.9. Pantang larang, petua, pemakanan, perancang keluarga, keibubapaan, dan keselamatan sebelum, semasa dan selepas berurut telah disampaikan.

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
			5. Lakukan Urutan Kelancaran Pengaliran Susu	5.1. Borang maklumat pelanggan yang terkini dan lengkap diperoleh. 5.2. Persetujuan bertulis daripada pelanggan diperoleh. 5.3. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan. 5.4. Kit urutan disusun atur di tempat kerja. 5.5. Aksesori dan pakaian telah dibuka dan disimpan di tempat yang disediakan. 5.6. Pelanggan sedia dibaringkan mengikut kondisi pelanggan dengan pakaian urutan. 5.7. Teknik urutan melancarkan pengaliran susu badan dan tuaman dilakukan. 5.8. Kondisi pelanggan sebelum, semasa dan selepas urutan dipantau, direkod dan disimpan mengikut garis panduan amalan baik. 5.9. Pantang larang, petua, pemakanan, perancang keluarga, keibubapaan, dan keselamatan sebelum, semasa dan selepas berurut telah disampaikan.

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
2. PENYEDIAAN PEMAKANAN SIHAT	Q869-002-4:2016-C02	<p>Penyediaan pemakanan sihat adalah satu proses bagi menyediakan makanan dan minuman sihat harian kepada ibu selepas bersalin serta ahli keluarganya berdasarkan Garis Panduan Pemakanan Ibu Selepas Bersalin dan Ibu Menyusu, KKM 2016 serta Garis Panduan Pemakanan Dewasa, KKM 2012 dan yang terkini.</p> <p>Seseorang yang kompeten dalam Penyediaan Pemakanan Sihat berupaya merancang menu ibu selepas bersalin, merancang menu keluarga, menyediakan bahan mentah, memasak mengikut menu dan teknik serta merekod penyediaan makanan sihat.</p> <p>Hasilan daripada unit kompetensi ini adalah untuk memastikan ibu selepas bersalin dan keluarganya dapat menikmati hidangan makanan bersih, selamat,</p>	<p>1. Rancang Menu Ibu Selepas Bersalin</p> <p>2. Rancang Menu Keluarga</p>	<p>1.1 Rekod kesihatan dan pemakanan ibu selepas bersalin berdasarkan temu bual dan kad kesihatan diperoleh.</p> <p>1.2 Jenis makanan kesukaan ibu selepas bersalin diperoleh daripada temu bual dan disenaraikan berdasarkan status kesihatan ibu.</p> <p>1.3 Jadual menu harian secara mingguan atau bulanan ibu selepas bersalin disediakan berdasarkan status kesihatan ibu.</p> <p>2.1. Rekod kesihatan dan pemakanan ahli keluarga berdasarkan temu bual dan kad kesihatan ahli keluarga diperoleh.</p> <p>2.2. Jenis makanan kesukaan ahli keluarga diperoleh daripada temu bual dan disenaraikan berdasarkan status kesihatan ahli keluarga.</p> <p>2.3Jadual menu harian secara mingguan atau bulanan ahli keluarga disediakan berdasarkan status kesihatan ahli keluarga.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
		dan menepati keperluan nutrien harian.	<p>3. Sediakan Bahan Mentah</p> <p>4. Masak Mengikut Menu dan Teknik</p> <p>5. Rekod Proses Penyediaan Pemakanan Sihat</p>	<p>3.1 Senarai bahan mentah berdasarkan menu diperoleh.</p> <p>3.2 Bahan mentah berdasarkan menu diperoleh.</p> <p>3.3 Bahan mentah untuk dimasak mengikut menu harian telah dibersihkan dan dipotong.</p> <p>3.4 Bahan-bahan untuk penyediaan minuman mengikut menu harian disediakan.</p> <p>4.1. Peralatan memasak mengikut menu disediakan.</p> <p>4.2. Kebersihan diri, peralatan dan tempat memasak diamalkan.</p> <p>4.3. Makanan dimasak mengikut menu dan teknik.</p> <p>4.4. Minuman mengikut menu disediakan.</p> <p>4.5. Makanan yang telah dimasak dihidangkan.</p> <p>4.6. Peralatan dan tempat memasak dibersihkan.</p> <p>5.1. Senarai semak proses penyediaan makanan sihat disediakan.</p> <p>5.2. Semua proses penyediaan makanan sihat dibuat mengikut turutan dan senarai semak ditandakan.</p> <p>5.3. Menu, senarai bahan mentah dan senarai semak disimpan.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
3. PENGENDALIAN BAYI BAHARU LAHIR	Q869-002-4:2016-C03	<p>Pengendalian bayi baharu lahir ialah proses untuk membantu bayi dan ibu yang baharu bersalin menyesuaikan diri di alam baharu berdasarkan manual penjagaan postnatal bagi kegunaan Pengamal Tradisional Postnatal, KKM 2015 , manual penjagaan prenatal, KKM 2013, carta pertumbuhan dan perkembangan bayi dan kanak-kanak, KKM 2007, modul latihan penyusuan susu ibu, kurikulum asuhan dan didikan kanak-kanak PERMATA serta yang terkini.</p> <p>Seseorang yang kompeten dalam pengurusan bayi baharu lahir berupaya mendandan bayi, membantu penyusuan bayi, menidurkan bayi, membantu menguruskan uri dan merekod proses pengurusan bayi baharu lahir.</p>	1. Dandan Bayi	<p>1.1. Kondisi kesihatan bayi dikenalpasti.</p> <p>1.2. Jadual mandikan bayi disediakan.</p> <p>1.3. Peralatan dan kelengkapan mandian serta pakaian bayi disediakan.</p> <p>1.4. Persekitaran yang kondusif (terang, cukup pencahayaan dan pengudaraan yang baik).</p> <p>1.5. Air mandi mengikut suhu selamat diperiksa dengan menggunakan siku pemandi.</p> <p>1.6. Bayi telah dibersihkan, ditanggalkan pakaian dan dibalutkan dengan kain.</p> <p>1.7. Bayi dimandikan mengikut teknik mandian berpandukan garis panduan Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM).</p> <p>1.8. Bayi diurut mengikut teknik urutan, pusat dibersihkan serta dituam.</p> <p>1.9. Bayi dibarut, dipakaikan pakaian dan dibedung.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
		Hasilan daripada unit kompetensi ini adalah bagi memastikan pertumbuhan, perkembangan, kesihatan dan keselamatan bayi yang optimum serta mencegah jangkitan. Selain itu, ia juga merupakan sokongan sosial kepada ahli keluarga.	<p>2. Bantu Penyusuan Bayi</p> <p>3. Tidurkan Bayi</p> <p>4. Urus Uri</p>	<p>2.1. Proses pemerhatian menggunakan senarai semak pemerhatian penyusuan yang ditetapkan dalam garis panduan KKM.</p> <p>2.2. Bantuan dan nasihat diberi kepada ibu tentang penyusuan efektif berdasarkan pemerhatian yang dijalankan.</p> <p>2.3. Teknik perahan dan simpanan susu ditunjuk cara kepada ibu.</p> <p>2.4. Bayi disendawakan mengikut teknik yang ditetapkan dalam garis panduan KKM.</p> <p>3.1. Persekitaran yang senyap, bersih dan cukup pengcahayaan serta pengudaraan yang baik disediakan.</p> <p>3.2. Bayi dipastikan selesa seperti lampin ditukarkan dan pakaian dipakaikan.</p> <p>3.3. Bayi dalam posisi mengiring dipastikan.</p> <p>3.4. Bayi ditidurkan.</p> <p>4.1. Uri dibersihkan menggunakan ramuan tradisional (asam jawa/limau, garam dan lain-lain).</p> <p>4.2. Uri diletakkan garam, asam jawa atau asam keping atau limau atau kesemuanya dan dibungkus menggunakan kain putih sebelum ditanam.</p> <p>4.3. Uri ditanam di tempat yang selamat daripada gangguan haiwan.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
			5.Rekod Proses Pengurusan Bayi Baharu Lahir	<p>5.1. Senarai semak proses dandanan bayi, bantu penyusuan bayi baharu lahir, tidurkan bayi dan bantu uruskan uri tembuni disediakan.</p> <p>5.2. Semua proses pengurusan bayi baharu lahir dilakukan mengikut turutan pada senarai semak dan ditandakan.</p> <p>5.3. Senarai semak proses pengurusan bayi baharu lahir disimpan.</p>
4. PEMULIHAN IBU SELEPAS BERSALIN	Q869-002-4:2016-C04	<p>Pemulihan ibu selepas bersalin adalah satu proses penjagaan ibu secara tradisional untuk mengembalikan kesihatan ibu selepas bersalin yang mengalami pelbagai perubahan fizikal dan tahap kesihatan. Penjagaan ibu ini adalah berpandukan kepada ilmu dan amalan perubatan tradisional Melayu yang diwarisi turun-temurun.</p> <p>Seseorang yang kompeten dalam pemulihan ibu selepas bersalin berupaya melakukan berdiang atau bersalai, memandikan ibu, bertungku, bertangas,</p>	<p>1. Lakukan Berdiang atau Bersalai</p> <p>2. Lakukan Mandian Herba</p>	<p>1.1. Herba, bahan bakar, peralatan dan tempat berdiang disediakan.</p> <p>1.2. Herba dibakar di tempat yang spesifik berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu.</p> <p>1.3. Pakaian ibu untuk berdiang atau bersalai ditukarkan.</p> <p>1.4. Ibu didudukkan/dibaringkan di tempat berdiang atau bersalai.</p> <p>1.5. Badan ibu dilapkan sehingga kering.</p> <p>2.1. Bahan rebusan dan tempat mandian disediakan.</p> <p>2.2. Herba direbus mengikut sukatan yang spesifik berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu.</p> <p>2.3. Ibu siap berpakaian mandi dimandikan dengan air herba.</p> <p>2.4. Badan ibu dilapkan sehingga kering</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
		<p>berbengkung atau berbarut berparam, berpilis, sediakan minuman herba dan menguruskan komplikasi bentan.</p> <p>Hasilan daripada unit kompetensi ini adalah untuk mengembalikan tahap kesihatan dan kesegaran fizikal serta kestabilan emosi ibu selepas bersalin ke tahap normal.</p>	<p>3. Lakukan Bertungku</p> <p>4. Lakukan Bertangas</p> <p>5. Pakai Bengkung Atau Barut</p>	<p>3.1. Bahan dan tempat bertungku disediakan.</p> <p>3.2. Tungku dibakar dalam tempoh yang disyorkan dan dibalut bersama herba spesifik dan kain berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu.</p> <p>3.3. Ibu dibaring dan ditungkukan mengikut teknik bertungku.</p> <p>4.1. Bahan-bahan dan tempat bertangas disediakan.</p> <p>4.2. Herba disediakan mengikut kaedah bertangas berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu.</p> <p>4.3. Ibu ditukarkan dengan persalinan bertangas.</p> <p>4.4. Ibu didudukkan di tempat tangas dan badan diselimum dengan kain tangas selama 15 minit.</p> <p>4.5. Badan ibu dilap sehingga kering dan persalinan ditukar.</p> <p>5.1. Bengkung atau barut disediakan.</p> <p>5.2. Herba dibancuh dan bengkung atau barut dibentangkan berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu.</p> <p>5.3. Ibu dibaringkan di atas bengkung.</p> <p>5.4. Herba disapukan pada keseluruhan perut.</p> <p>5.5. Diikatkan bengkung pada ibu dengan kemas mengikut teknik.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
			<p>6. Lakukan Berparam dan Berpilis</p> <p>7. Sediakan Minuman Herba.</p> <p>8. Urus Komplikasi Bentan</p>	<p>6.1. Bahan-bahan herba berparam dan berpilis disediakan.</p> <p>6.2. Herba param dan pilis dibancuh berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu.</p> <p>6.3. Ibu diposisikan untuk diparam dan dipilis.</p> <p>6.4. Param dilumurkan diseluruh badan dan pilis disapukan pada dahi.</p> <p>7.1. Jenis minuman herba dikenalpasti.</p> <p>7.2. Minuman herba dibancuh berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu.</p> <p>7.3. Minuman herba dihidangkan kepada ibu.</p> <p>8.1. Borang maklumat pelanggan yang terkini dan lengkap diperoleh</p> <p>8.2. Persetujuan bertulis dari pelanggan diperoleh.</p> <p>8.3. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan.</p> <p>8.4. Bahan dan kit urutan disusunatur di tempat kerja</p> <p>8.5. Aksesori atau pakaian telah dibuka dan disimpan di tempat yang disediakan dan pelanggan sedia dibaringkan mengikut kondisi pelanggan dengan pakaian urutan.</p> <p>8.1. Teknik urutan bentan digunakan dan dituam menggunakan tungku panas</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
				<p>pada bahagian badan yang spesifik berpandukan amalan perubatan tradisional Melayu.</p> <p>8.2. Minuman herba dibancuh dan dihidangkan kepada ibu.</p> <p>8.3. Maklumbalas pelanggan terhadap perkhidmatan urutan diperoleh berpandukan borang maklumbalas pelanggan.</p> <p>8.6. Memantau, merekod dan menyimpan maklumat sebelum, semasa dan selepas urutan dilakukan mengikut garis panduan amalan baik.</p> <p>8.7. Pantang larang, petua, pemakanan, perancang keluarga, keibubapaan, dan keselamatan sebelum, semasa dan selepas berurut telah disampaikan.</p>
5. SENAMAN IBU SELEPAS BERSALIN	Q869-002-4:2016-C05	Senaman Ibu Selepas Bersalin adalah satu proses pergerakan tubuh badan yang dilakukan secara berulang-kali secara terancang dan berstruktur mengikut Manual Senaman Antenatal dan Postnatal, KKM Tahun 2014 dan yang terkini serta mengikut amalan perubatan tradisional Melayu.	1.Tunjuk Cara Latihan Pernafasan	<p>1.1 Rekod kesihatan pelanggan diperoleh.</p> <p>1.2 Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan.</p> <p>1.3 Pelanggan bersedia dengan pakaian yang longgar.</p> <p>1.4 Persekitaran yang kondusif seperti tempat senaman, pencahayaan, pengudaraan disediakan.</p> <p>1.5 Peralatan senaman seperti bantal kecil, bantal dan tikar senaman disediakan.</p> <p>1.6 Latihan senaman dimulakan dengan posisi pelanggan berbaring dengan</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
		<p>Seseorang yang kompeten dalam Senaman Ibu Selepas Bersalin berupaya menunjuk cara latihan pernafasan, tunjuk cara latihan anggota atas, tunjuk cara latihan gerakan pergelangan kaki dan lutut, tunjuk cara latihan otot abdomen, tunjuk cara latihan otot belakang, tunjuk cara latihan otot lantai pelvis (kemutan) dan rekod proses latihan senaman Ibu Selepas Bersalin</p> <p>Hasil daripada unit kompetensi ini adalah untuk mengembalikan kecergasan, melancarkan aliran darah, memperbaiki keanjalan otot-otot dan mencegah masalah berkaitan otot dalam kalangan ibu selepas bersalin.</p>	<p>2.Tunjuk Cara Latihan Anggota Atas</p> <p>3.Tunjuk Cara Latihan Gerakan Pergelangan Kaki dan Lutut</p>	<p>meletakkan kedua-dua tangan di sisi tulang rusuk berpandukan Manual Senaman Antenatal dan Posnatal di klinik kesihatan.</p> <p>2.1. Rekod kesihatan pelanggan diperoleh. 2.2. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan. 2.3. Pelanggan bersedia dengan pakaian yang longgar. 2.4. Persekitaran yang kondusif seperti tempat senaman, pencahayaan, pengudaraan disediakan. 2.5. Peralatan senaman seperti bantal dan tikar senaman disediakan. 2.6. Latihan senaman dimulakan dengan latihan gerakan anggota atas berpandukan Manual Senaman Antenatal dan Posnatal di klinik kesihatan.</p> <p>3.1. Rekod kesihatan pelanggan diperoleh. 3.2. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan. 3.3. Pelanggan bersedia dengan pakaian yang longgar. 3.4. Persekitaran yang kondusif seperti tempat senaman, pencahayaan, pengudaraan disediakan. 3.5. Peralatan senaman seperti bantal dan tikar senaman disediakan.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
			4. Tunjuk Cara Latihan Otot Abdomen	<p>3.6. Latihan senaman dimulakan dengan latihan gerakan pergelangan kaki dan lutut berpandukan Manual Senaman Antenatal dan Posnatal di klinik kesihatan</p> <p>4.1. Rekod kesihatan pelanggan diperoleh.</p> <p>4.2. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan.</p> <p>4.3. Pelanggan bersedia dengan pakaian yang longgar.</p> <p>4.4. Persekitaran yang kondusif seperti tempat senaman, pencahayaan, pengudaraan disediakan.</p> <p>4.5. Peralatan senaman seperti bantal dan tikar senaman disediakan.</p> <p>4.6. Latihan senaman dimulakan dengan latihan otot abdomen berpandukan Manual Senaman Antenatal dan Posnatal di klinik kesihatan.</p>
			5. Tunjuk Cara Latihan Otot Belakang	<p>5.1. Rekod kesihatan pelanggan diperoleh.</p> <p>5.2. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan.</p> <p>5.3. Pelanggan bersedia dengan pakaian yang longgar.</p> <p>5.4. Persekitaran yang kondusif seperti tempat senaman, pencahayaan, pengudaraan disediakan.</p> <p>5.5. Peralatan senaman seperti bantal dan tikar senaman disediakan.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
			6. Tunjuk Cara Latihan Otot Lantai Pelvis (Kemutan).	<p>5.6. Latihan senaman dimulakan dengan latihan otot belakang berpandukan Manual Senaman Antenatal dan Posnatal di klinik kesihatan.</p> <p>6.1. Rekod kesihatan pelanggan diperoleh.</p> <p>6.2. Pemerhatian dan pemeriksaan kondisi badan pelanggan dilakukan.</p> <p>6.3. Pelanggan bersedia dengan pakaian yang longgar.</p> <p>6.4. Persekitaran yang kondusif seperti tempat senaman, pencahayaan, pengudaraan disediakan.</p> <p>6.5. Peralatan senaman seperti bantal dan tikar senaman disediakan.</p> <p>6.6. Latihan senaman dimulakan dengan latihan otot lantai pelvis (kemutan) berpandukan Manual Senaman Antenatal dan Posnatal di klinik kesihatan</p>
			7. Rekod Proses Latihan Senaman Ibu Selepas Bersalin	<p>7.1. Senarai semak proses latihan senaman ibu selepas bersalin disediakan.</p> <p>7.2. Senarai semak proses senaman latihan Ibu Selepas Bersalin ditandakan.</p> <p>7.3. Senarai semak proses latihan Ibu Selepas Bersalin disimpan</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
6.PENYELARASAN KERJA-KERJA UMUM	Q869- 002- 4:2016- E01	<p>Penyelarasan kerja-kerja umum adalah satu proses untuk membantu menguruskan hal ehwal berkaitan kediaman ibu selepas bersalin.</p> <p>Seseorang yang kompeten dalam kerja-kerja berupaya melakukan kebersihan kawasan rumah, urus pakaian kotor, urus keperluan ahli keluarga dan tetamu dan urus penjagaan haiwan peliharaan</p> <p>Hasil daripada unit kompetensi ini adalah untuk memastikan ahli keluarga, tetamu dan haiwan peliharaan terurus manakala keadaan rumah dan kawasan bersih, teratur serta selesa.</p>	<p>1. Urus Kebersihan Kawasan Rumah</p> <p>2. Urus Pakaian Kotor</p> <p>3. Urus Keperluan Ahli Keluarga dan Tetamu</p>	<p>1.1. Peralatan dan perkakasan membersihkan rumah telah dikenalpasti mengikut keperluan pelanggan.</p> <p>1.2. Kawasan luar dan dalam rumah untuk dibersihkan dikenalpasti.</p> <p>1.3. Kerja-kerja pembersihan dilakukan berpandukan Manual Pembersihan.</p> <p>1.4. Maklumbalas pelanggan diperoleh terhadap kerja-kerja pembersihan.</p> <p>2.1. Pakaian kotor dikumpulkan dan diasing mengikut kategori atau jenis untuk dicuci.</p> <p>2.2. Pakaian dicuci berpandukan Manual Cucian Pakaian.</p> <p>2.3. Pakaian dikeringkan dan dilipat/ digosok berpandukan kehendak pelanggan.</p> <p>2.4. Pakaian disimpan di tempat yang ditentukan.</p> <p>3.1. Senarai keperluan ahli keluarga dan tetamu dikenalpasti.</p> <p>3.2. Dapatkan keperluan ahli keluarga dan tetamu dari tuan rumah.</p> <p>3.3. Keperluan diserahkan mengikut kehendak ahli keluarga dan tetamu.</p> <p>3.4. Maklumbalas daripada tuan rumah, ahli keluarga dan tetamu dikenalpasti.</p>

CU Title	CU Code	CU Descriptor	CU Work Activities	Performance Criteria
			4. Urus Penjagaan Haiwan Peliharaan	4.1. Jenis dan kategori haiwan peliharaan dikenalpasti. 4.2. Haiwan peliharaan dan tempat dibersihkan. 4.3. Makanan telah diberikan kepada haiwan peliharaan berpandukan diet dan nutrisi.

CURRICULUM of COMPETENCY UNIT (CoCU)

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL- Q						
SUB SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN -869						
JOB AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN- 86909						
NOSS TITLE	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE						
COMPETENCY UNIT TITLE	PENGURUTAN SELEPAS BERSALIN						
LEARNING OUTCOME	<p>Calon yang terampil dalam Unit Kompetensi ini dapat mengembalikan tahap kesihatan dan kesegaran fizikal serta kestabilan emosi. Di samping mendapatkan tubuh badan yang sihat dan cantik. Setelah selesai Unit Kompetensi ini, calon mesti boleh:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lakukan urutan kesejahteraan 2. Lakukan urutan terapi kelahiran normal 3. Lakukan urutan terapi kelahiran secara pembedahan 4. Lakukan urutan rengat 5. Lakukan urutan kelancaran pengaliran susu 						
PRE-REQUISITE	MEMPUNYAI SIJIL KEMAHIRAN MALAYSIA URUT TERAPI TAHAP 3 (MP-082-3:2011) (if applicable)						
COMPETENCY UNIT ID	Q869-002-4:2016-C01	LEVEL	4	TRAINING DURATION	265	SKILL CREDIT	26.5

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
1. Lakukan Urutan Kesejahteraan	<p>1.1. Maklumat pelanggan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan <p>1.2. Anatomi dan fisiologi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan • Analisa status anggota badan • Kontraindikasi urutan 	<p>1.1 Dapatkan maklumat pelanggan</p> <p>1.2. Dapatkan kebenaran bertulis pelanggan</p> <p>1.3. Nilai kondisi pelanggan</p> <p>1.4. Sediakan peralatan</p> <p>1.5. Sediakan pelanggan</p> <p>1.6. Lakukan urutan</p> <p>1.7. Nilai perkhidmatan urutan</p> <p>1.8. Beri khidmat nasihat</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan amalan baik <ul style="list-style-type: none"> - Pengawasan jangkitan - Pemerhatian urutan <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul (Pengurusan sisa klinikal) 	T-20 jam A-32jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<p>i. Maklumat pelanggan disenaraikan dan dikembalikan dengan lengkap.</p> <p>ii. Borang kebenaran telah ditandatangani.</p> <p>iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan.</p> <p>iv. Peralatan lengkap dan berfungsi.</p> <p>v. Pelanggan dalam persalinan urutan dan dalam keadaan bersedia untuk diurut.</p> <p>vi. Penyampaian teknik urutan yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vii. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>viii. Khidmat nasihat berkaitan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<p>1.3 Peralatan urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> • jenis-jenis • fungsi • Penggunaan <p>1.4 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>1.5 Urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah dan teknik • Garis panduan amalan perubatan tradisional dan komplementari untuk posnatal Melayu. 					<p>perkhidmatan telah disampaikan dengan melengkapkan senarai semak</p> <p>ix. Amalan keselamatan telah ditunjukkan</p> <p>x. Kod etika ditunjukkan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	1.6 Khidmat nasihat kekeluargaan <ul style="list-style-type: none"> • Perancang keluarga • Keibubapaan • Pemakanan • Penyusuan susu ibu • Petua dan pantang larang 					
2. Lakukan Urutan Terapi Kelahiran Normal	2.1. Maklumat pelanggan <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Interaksi berkesan 2.2 Anatomi dan fisiologi <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan 	2.1 Dapatkan maklumat pelanggan 2.2. Dapatkan kebenaran bertulis pelanggan 2.3. Nilai kondisi pelanggan	<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal - kerahsiaan - berhemah <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> •Garis panduan amalan baik - Pengawalan jangkitan - Pemerhatian urutan 	T-24 jam A-40 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	i. Maklumat pelanggan disenaraikan dan dikembalikan dengan lengkap. ii. Borang kebenaran telah ditandatangani. iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan. iv. Peralatan lengkap dan berfungsi. v. Pelanggan dalam persalinan urutan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<ul style="list-style-type: none"> Analisa status anggota badan Kontraindikasi urutan <p>2.3 Peralatan urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> jenis-jenis fungsi Penggunaan <p>2.4 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>2.5 Urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> Kaedah dan teknik Garis panduan amalan perubatan tradisional dan komplementari untuk posnatal Melayu. 	<p>2.4. Sediakan peralatan</p> <p>2.5. Sediakan pelanggan</p> <p>2.6. Lakukan urutan</p> <p>2.7. Nilai perkhidmatan urutan</p> <p>2.8. Beri khidmat nasihat</p>	<p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Persekitaran yang kondusif Sisa dibuang di tempat yang betul (Pengurusan sisa klinikal) 			<p>dan dalam keadaan bersedia untuk diurut.</p> <p>vi. Penyampaian teknik urutan yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vii. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>iii. Khidmat nasihat berkaitan perkhidmatan telah disampaikan dengan melengkapkan senarai semak.</p> <p>ix. Amalan keselamatan telah ditunjukkan.</p> <p>x. Kod etika ditunjukkan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	2.6 Khidmat nasihat kekeluargaan <ul style="list-style-type: none"> • Perancang keluarga • Keibubapaan • Pemakanan • Penyusuan susu ibu • Petua dan pantang larang 					
3. Lakukan Urutan Terapi Kelahiran Secara Pembedahan	3.1. Maklumat pelanggan <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan 3.2 Anatomi dan fisiologi	3.1 Dapatkan maklumat pelanggan 3.2. Dapatkan kebenaran bertulis pelanggan 3.3. Nilai kondisi pelanggan	<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal - kerahsiaan - berhemah <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> •Garis panduan amalan baik - Pengawasan jangkitan - Pemerhatian urutan 	T-24 jam A-45 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	i. Maklumat pelanggan disenaraikan dan dikembalikan dengan lengkap ii. Borang kebenaran telah ditandatangani iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan iv. Peralatan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan • Analisa status anggota badan • Kontraindikasi urutan <p>3.3 Peralatan urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> • jenis-jenis • fungsi • Penggunaan <p>3.4 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>3.5 Urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah dan teknik • Garis panduan amalan perubatan tradisional dan komplementari untuk posnatal Melayu. 	<p>3.4. Sediakan peralatan</p> <p>3.5. Sediakan pelanggan</p> <p>3.6. Lakukan urutan</p> <p>3.7. Nilai perkhidmatan urutan</p> <p>3.8. Beri khidmat nasihat</p>	<p><u>Environment:</u></p> <p>i. Persekitaran yang kondusif</p> <p>ii. Sisa dibuang di tempat yang betul (Pengurusan sisa klinikal)</p>			<p>lengkap dan berfungsi.</p> <p>v. Pelanggan dalam persalinan urutan dan dalam keadaan bersedia untuk diurut.</p> <p>vi. Penyampaian teknik urutan yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vii. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>viii. Khidmat nasihat berkaitan perkhidmatan telah disampaikan dengan melengkapkan senarai semak</p> <p>ix. Amalan keselamatan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	3.6 Khidmat nasihat kekeluargaan <ul style="list-style-type: none"> • Perancang keluarga • Keibubapaan • Pemakanan • Penyusuan susu ibu • Petua dan pantang larang 					telah ditunjukkan x. Kod etika ditunjukkan.
4. Lakukan Urutan Rengat	4.1. Maklumat pelanggan <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan 4.2 Anatomi dan fisiologi <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan 	4.1 Dapatkan maklumat pelanggan 4.2. Dapatkan kebenaran bertulis pelanggan 4.3. Nilai kondisi pelanggan	<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> •Garis panduan amalan baik <ul style="list-style-type: none"> - Pengawasan jangkitan - Pemerhatian urutan <u>Environment:</u> <ul style="list-style-type: none"> i. Persekitaran yang 	T-12 jam A-28 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	i. Maklumat pelanggan disenaraikan dan dikembalikan dengan lengkap ii. Borang kebenaran telah ditandatangani iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan iv. Peralatan lengkap dan berfungsi. v. Pelanggan dalam persalinan urutan dan dalam keadaan bersedia

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<ul style="list-style-type: none"> Analisa status anggota badan Kontraindikasi urutan <p>4.3 Peralatan urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> jenis-jenis fungsi Penggunaan <p>4.4 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>4.5 Urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> Kaedah dan teknik Garis panduan amalan perubatan tradisional dan komplementari untuk posnatal Melayu. 	<p>4.4. Sediakan peralatan</p> <p>4.5. Sediakan pelanggan</p> <p>4.6. Lakukan urutan</p> <p>4.7. Nilai perkhidmatan urutan</p> <p>4.8. Beri khidmat nasihat</p>	<p>kondusif</p> <p>ii. Sisa dibuang di tempat yang betul (Pengurusan sisa klinikal)</p>			<p>vi. Penyampaian teknik urutan yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vii. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>iii. Khidmat nasihat berkaitan perkhidmatan telah disampaikan dengan melengkapkan senarai semak</p> <p>ix. Amalan keselamatan telah ditunjukkan</p> <p>x. Kod etika ditunjukkan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	4.6 Khidmat nasihat kekeluargaan <ul style="list-style-type: none"> • Perancang keluarga • Keibubapaan • Pemakanan • Penyusuan susu ibu • Petua dan pantang larang 					
5. Lakukan Urutan Kelancaran Pengaliran Susu	5.1. Maklumat pelanggan <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan 5.2 Anatomi dan fisiologi <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan • Analisa 	5.1 Dapatkan maklumat pelanggan 5.2. Dapatkan kebenaran bertulis pelanggan 5.3. Nilai kondisi pelanggan	<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal - kerahsiaan - berhemah <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> •Garis panduan amalan baik - Pengawasan jangkitan - Pemerhatian urutan <u>Environment:</u>	T-12 jam A-28 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	i. Maklumat pelanggan disenaraikan dan dikembalikan dengan lengkap. ii. Borang kebenaran telah ditandatangani. iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan. iv. Peralatan lengkap dan berfungsi. v. Pelanggan dalam persalinan urutan dan dalam keadaan bersedia

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<p>status anggota badan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontraindikasi urutan <p>5.3 Peralatan urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> • jenis-jenis • fungsi • Penggunaan <p>5.4 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>5.5 Urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah dan teknik • Garis panduan amalan perubatan tradisional dan komplementari untuk posnatal Melayu. 	<p>5.4. Sediakan peralatan</p> <p>5.5. Sediakan pelanggan</p> <p>5.6. Lakukan urutan</p> <p>5.7. Nilai perkhidmatan urutan</p> <p>5.8. Beri khidmat nasihat</p>	<p>i. Persekitaran yang kondusif</p> <p>ii. Sisa dibuang di tempat yang betul</p>			<p>vi. Penyampaian teknik urutan yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vii. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>iii. Khidmat nasihat berkaitan perkhidmatan telah disampaikan dengan melengkapkan senarai semak.</p> <p>ix. Amalan keselamatan telah ditunjukkan.</p> <p>x. Kod etika ditunjukkan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	5.6 Khidmat nasihat kekeluargaan <ul style="list-style-type: none"> • Perancang keluarga • Keibubapaan • Pemakanan • Penyusuan susu ibu • Petua dan pantang larang 					

Employability Skills

Core Abilities	Social Skills
4.08 Develop and negotiate staffing plans 4.09 Prepare project/work plans 4.10 Utilize science and technology to achieve goals 5.03 Allocate and record usage of financial and physical resources 5.04 Delegate responsibilities and/or authority 5.05 Coordinate contract and tender activities 6.08 Identify and analyse effect of technology on the environment	1. Communication skills 2. Conceptual skills 3. Interpersonal skills 4. Learning skills 5. Leadership skills 6. Multitasking and prioritizing 7. Self-discipline 8. Teamwork

Tools, Equipment and Materials (TEM)

ITEMS	RATIO (TEM : Trainees)
1. Borang maklumat pelanggan	1:1
2. Alat tulis	1:1
3. Komputer dan aksesori	1:5
4. Bahan alami (garam ,kapur, madu)	Mengikut keperluan
5. Persalinan	1:2
6. Peti simpanan	1:5
7. Model payu dara	1:2
8. Minyakurut / losyenurut	Mengikut keperluan
9. Peralatan (tilam dan alas ,tikar, bantal)	1:2
10. Almari	1:5

REFERENCES

1. Sharifah Umi Kelesom Syed Mohamed Zin (2009), *Urutan Tradisional Melayu*, Utusan Publication & Distributors Sdn. Bhd..
2. Bonny Danuatmaja, Mila Meiliasari (), *40 Hari Selepas Melahirkan*, Synergy Media.

CURRICULUM of COMPETENCY UNIT (CoCU)

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL- Q						
SUB	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN -869						
JOB AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN- 86909						
NOSS TITLE	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE						
COMPETENCY UNIT TITLE	PENYEDIAAN PEMAKANAN SIHAT						
LEARNING OUTCOME	<p>Calon yang terampil dalam Unit Kompetensi ini dapat memastikan ibu selepas bersalin dan keluarganya dapat menikmati hidangan makanan bersih, selamat, dan menepati keperluan nutrien harian. Setelah selesai unit kompetensi ini, calon mesti boleh;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rancang menu ibu selepas bersalin 2. Rancang menu keluarga 3. Sediakan bahan mentah 4. Masak mengikut menu dan teknik 5. Rekod proses penyediaan pemakanan sihat 						
PRE-REQUISITE (if applicable)	NIL						
COMPETENCY UNIT ID	Q869-002-4:2016-C02	Level	4	Training Duration	146	Credit Hours	14.6

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
1. Rancang menu ibu selepas bersalin	<p>1.1 Maklumat pelanggan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan <p>1.2 Jenis dan keperluan nutrisi makanan dan minuman</p> <p>1.3 Pantang larang pemakanan ibu lepas bersalin.</p> <p>1.4 Jadual menu harian ibu selepas bersalin:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sarapan • Minum pagi • Makan tengahari • Minum petang • Makan malam • Minum malam 	<p>1.1 Kenalpasti status kesihatan dan pemakanan ibu selepas bersalin.</p> <p>1.2 Kenalpasti jenis makanan kesukaan ibu selepas bersalin.</p> <p>1.3 Hasilkan jadual menu ibu selepas bersalin.</p>		T- 9 jam A- 10 jam	Tunjuk cara Syarahan Pemerhatian	<p>i. Status kesihatan dan pemakanan ibu selepas bersalin dihuraikan.</p> <p>ii. Jadual menu ibu selepas bersalin dihasil dan diserahkan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> -Tidak berkenaan- 			
2 Rancang menu keluarga	2.1 Maklumat pelanggan <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan 2.2 Jenis dan keperluan nutrisi makanan dan minuman 2.3 Jadual menu harian ahli keluarga: <ul style="list-style-type: none"> • Sarapan • Minum pagi • Makan tengahari • Minum petang 	2.4 Kenalpasti status kesihatan dan pemakanan ahli keluarga. 2.5 Kenalpasti jenis makanan dan minuman kesukaan ahli keluarga. 2.6 Hasilkan jadual menu ahli keluarga.	<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> -Tidak berkenaan- 	T-9 jam A- 50 jam	Tunjuk cara Syarahan Pemerhatian	i. Status kesihatan dan pemakanan ahli keluarga dihuraikan ii. Jadual menu ahli keluarga dihasil dan diserahkan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<ul style="list-style-type: none"> • Makan malam • Minum malam 					
3 Sediakan bahan mentah	<p>3.1 Pemilihan bahan mentah berdasar menu yang hendak disediakan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis sayuran • Jenis rempah ratus • Jenis lauk • Buah-buahan • Bijirin dan serat <p>3.2 Kaedah membersihkan bahan mentah</p> <p>3.3 Teknik memotong bahan mentah</p> <p>3.4 Penyediaan air minuman:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sumber air – bersih • Buah segar 	<p>3.1 Senaraikan bahan mentah yang diperlukan berdasarkan menu yang telah disediakan.</p> <p>3.2 Kenalpasti bahan mentah sedia ada di rumah</p> <p>3.3 Sediakan bahan mentah untuk dimasak mengikut menu harian.</p>		T -7 jam A-20 jam	Tunjuk cara Syarahan Pemerhatian	<p>i Bahan mentah disenarai dan diserahkan.</p> <p>ii Cara penyediaan bahan mentah untuk dimasak ditunjukkan.</p>
			<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
			<u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan kawalan infeksi • Garis panduan pengedali makanan • Penggunaan Peralatan 			
4. Masak mengikut menu dan teknik	4.1 Peralatan memasak: <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Fungsi • Penggunaan 4.2 Teknik/ kaedah memasak seperti: <ul style="list-style-type: none"> • Kukus • Rebus • Bakar • Goreng • Salai • Celur • Sangai 	4.1 Sediakan peralatan memasak mengikut menu. 4.2 Kenalpasti kebersihan diri, peralatan dan tempat memasak. 4.3 Masak mengikut menu dan teknik memasak 4.4 Hidang makanan 4.5 Kemas dan bersihkan		T –7 jam A - 30 jam	<ul style="list-style-type: none"> •Tunjuk cara •Syarahan •Pemerhatian amali 	i. Cara memasak menu berdasarkan teknik/ kaedah ditunjukkan ii. Kebersihan diri, peralatan dan tempat memasak diaplikasikan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	4.3 Jenis minuman 4.4 Hidangan makanan: <ul style="list-style-type: none"> • Teknik menghidang 4.5 Kebersihan diri, peralatan dan dapur <ul style="list-style-type: none"> • Pengendalian makanan dan minuman • Imunisasi • Keselamatan 	peralatan serta dapur				
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Kemas • Menjaga Kebersihan <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Keselamatan • kebersihan 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
5. Rekod proses penyediaan pemakanan sihat	5.1 Penyediaan senarai semak 5.2 Penyimpanan rekod	5.1 Sediakan Senarai semak proses penyediaan makanan sihat 5.2 Tandakan senarai semak semua proses penyediaan makanan sihat dibuat mengikut turutan 5.3 Simpan menu, senarai bahan mentah dan senarai semak		T- 1 jam A- 3 jam	<ul style="list-style-type: none"> •Tunjuk cara •Syarahan •Pemerhatian 	i. Senarai semak proses penyediaan makanan sihat disediakan dan diserahkan
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Teliti • Jujur • Tanggungjawab <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Penyimpanan rekod • Keselamatan rekod 			

Employability Skills

Core Abilities	Social Skills
4.08 Develop and negotiate staffing plans 4.09 Prepare project/work plans 4.10 Utilize science and technology to achieve goals 5.03 Allocate and record usage of financial and physical resources 5.04 Delegate responsibilities and/or authority 5.05 Coordinate contract and tender activities 6.08 Identify and analyse effect of technology on the environment	1. Communication skills 2. Conceptual skills 3. Interpersonal skills 4. Learning skills 5. Leadership skills 6. Multitasking and prioritizing 7. Self-discipline 8. Teamwork

Tools, Equipment and Materials (TEM)

ITEMS	RATIO (TEM : Trainees)
1. Gambar Piramid Makanan	1:1
2. Jadual menu	1:1
3. Peralatan penyediaan minuman*	1:5
4. Peralatan Memasak*	1:5
5. Dapur Elektrik atau gas	1:5
6. Sinki	1:5
7. Peralatan menghidang	1:5
8. Bahan mentah yang bersesuaian (ikan,sayur dll)	Mengikut keperluan
9. Peti sejuk	1:25
10. Borang maklumat pelanggan	1:1
11. Alat tulis	1:1

12. Komputer dan aksesori	1:5
13. Apron	1:1
14. Herba dan bahan alami	Mengikut keperluan
15. Almari	1:5
16. Setup tempat masak	1:25

References

REFERENCES	
1.	40 Hari Selepas Melahirkan, Masalah Dan Penyelesaiannya, Bonny Danuatmoja, Mila Maliasari Dan Noraida Haji Ilias, Synergy Media
2.	Menurut Tradisional Melayu, Warisan Opah Umi, Hajjah Sharifah Umi Kelesom Syed Mohamed Zin, Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd. 2009
3.	Rawatan Ibu Selepas Melahirkan, Mellyna Huliana, A. Md Keb. Syakina Mohd Noor, Synergy Media
4.	Garis Panduan Pemakanan Ibu Selepas Bersalin dan Ibu Menyusu, KKM 2016
5.	Garis Panduan Pemakanan Dewasa, KKM 2012.

CURRICULUM of COMPETENCY UNIT (CoCU)

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL- Q						
SUB	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN -869						
JOB AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN- 86909						
NOSS TITLE	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE						
COMPETENCY UNIT TITLE	PENGENDALIAN BAYI BARU LAHIR						
LEARNING OUTCOME	<p>Calon yang terampil dalam Unit Kompetensi ini dapat memastikan pertumbuhan, perkembangan, kesihatan dan keselamatan bayi yang optimum serta mencegah jangkitan. Selain itu ia juga merupakan sokongan sosial kepada ahli keluarga. setelah selesai Unit Kompetensi ini, calon mesti boleh;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dandan bayi 2. Bantu penyusuan bayi 3. Tidurkan bayi 4. Urus uri 5. Rekod proses pengurusan bayi baharu lahir 						
PRE-REQUISITE (if applicable)	NIL						
COMPETENCY UNIT ID	Q869-002-4:2016-C03	Level	4	Training Duration	165	Credit Hours	16.5

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
1. Dandan Bayi	1.1 Status kesihatan bayi <ul style="list-style-type: none"> • Suhu badan • Kulit • Keaktifan 1.2 Peralatan mandian bayi	1.1 Pastikan bayi mempunyai kondisi kesihatan yang baik untuk dimandikan. 1.2 Tetapkan jadual mandikan bayi		T-10 jam A-25 jam	Tunjuk cara Syarahan Pemerhatian	i. Jadual mandian bayi disediakan. ii. Kondisi kesihatan bayi diuraikan iii. Kelengkapan dan peralatan untuk mandi serta pakaian disediakan iv. Air mandian disediakan mengikut suhu v. Teknik mandian bayi didemonstrasikan
	1.3 Tatacara memandikan bayi 1.4 Teknik mengurut bayi 1.5 Tatacara penjagaan tali pusat 1.6 Tatacara menuam bayi 1.7 Tatacara memakaikan pakaian bayi	1.3 Sediakan kelengkapan dan peralatan untuk mandi serta pakaian. 1.4 Sediakan air mandi 1.5 Sediakan bayi untuk mandi 1.6 Mandikan bayi 1.7 Bersih tali pusat , urut dan tuam bayi 1.8 Pakaikan bayi pakaian				

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran selamat yang bebas dari risiko lemas dan jatuh. • Peralatan bebas toksik • Pemantauan suhu air mandian 			
2. Bantu penyusuan bayi	2.1 Analisa status kesihatan bayi dan ibu. 2.2 Penyusuan susu ibu. <ul style="list-style-type: none"> • Kebaikann dan khasiat susu ibu dan risiko khasiat • Risiko tidak menyusukan 	2.1 Dapatkan maklumat kesihatan 2.2 Perhatikan ibu, bayi dan proses penyusuan 2.3 Bantu dan nasihat ibu untuk menyusu bayi dengan efektif		T-25 jam A-40 jam	Syarahan Tunjuk cara Pemerhatian	i. Proses penyusuan susu ibu berdasarkan borang pemerhatian diisi dan dihuraikan ii. Cara posisi ibu dan bayi ditunjukkan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<p>bayi dengan susu ibu</p> <p>2.3 Tanda-tanda bayi lapar atau bayi ingin menyusu</p> <p>2.4 Cara penyusuan susu ibu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi ibu • Posisi bayi • Pelekapan bayi <p>2.5 Pemerahan susu ibu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dengan tangan • Dengan pam <p>2.6 Pengurusan susu perahan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Penyimpanan • Penyediaan susu perahan • Pemberian susu perahan <p>2.7 Isu lazim dalam penyusuan susu ibu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurang susu • Puting susu 	<p>sekiranya hasil pemerhatian tidak memuaskan</p> <p>2.4 Tunjuk cara perahan dan simpanan susu</p> <p>2.5 Sendawakan bayi</p> <p>2.6 Sediakan susu formula (jika perlu)</p> <p>2.7 Rekodkan masa penyusuan dan kuantiti (susu perahan dan formula)</p>				<p>iii. Cara penyusuan susu ibu ditunjukkan</p> <p>iv. Cara pemerahan susu ibu dengan tangan ditunjukkan</p> <p>v. Kaedah penyimpanan susu perahan dihuraikan</p> <p>vi. Kaedah pemberian susu perahan</p> <p>vii. Cara sendawakan bayi ditunjukkan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	luka/ merekah <ul style="list-style-type: none"> • Payudara bengkak • Radang payudara/ <i>mastitis</i> 2.8 Pemerhatian proses penyusuan 2.9 Cara sendawakan bayi 2.10 Pengendalian dan pemberian susu formula 2.11 Pengrekodan penyusuan					
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar • Penyayang <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Kebersihan • Keselamatan bayi 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
3. Tidurkan bayi	<p>3.1 Status kesihatan bayi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Suhu badan • Keaktifan <p>3.2 Persekitaran dan tempat tidur kondusif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pencahayaan • Pengudaraan • Keselamatan <p>3.3 Tatacara menyelesaikan bayi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membersihkan bayi • Tukar pakaian bayi <p>3.4 Tatacara posisikan bayi untuk tidur</p> <p>3.5 Tatacara menidurkan bayi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dodoi • Tepuk 	<p>3.1 Sediakan persekitaran dan tempat tidur yang kondusif</p> <p>3.2 Selesaikan bayi untuk tidur.</p> <p>3.3 .Tidurkan bayi</p>		T-10 jam A-15 jam	Syarahan Tunjuk cara Pemerhatian	<p>i. Kondisi kesihatan bayi dijelaskan</p> <p>ii. Persekitaran dan tempat tidur yang kondusif dihuraikan</p> <p>iii. Cara menyelesaikan bayi ditunjukkan</p> <p>iv. Cara memposisikan bayi ditunjukkan</p> <p>v. Cara menidurkan bayi ditunjukkan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar • Penyayang <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ayunan tidak dibenarkan • Peralatan tidur bayi yang selamat • Posisi tidur bayi 			
4. Urus uri	4.1 Tatacara mencuci uri <ul style="list-style-type: none"> • Pantang larang • Petua • Doa • Adab dan tertib 4.2 Persediaan Menanam uri <ul style="list-style-type: none"> • Kelengkapan dan peralatan • Pantang larang • Petua • Doa • Adab dan tertib 	4.1 Cuci uri. 4.2 Sediakan uri untuk ditanam 4.3 Tanam uri		T- 10 jam A-15 jam	<ul style="list-style-type: none"> •Syarahan •Tunjuk cara •Pemerhatian 	i. Cara mencuci uri, persediaan menanam uri dan menanam uri dihuraikan.

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	4.3 Tatacara menanam uri <ul style="list-style-type: none"> • Pantang larang • Petua • Doa 					
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Kawalan infeksi • Amalan cuci tangan 			
5. Rekod proses pengurusan bayi baharu lahir	5.1 Penyediaan senarai semak 5.2 Penyimpanan rekod	5.1 Sediakan senarai semak proses pengurusan bayi 5.2 Tandakan senarai semak 5.3 Simpan senarai semak proses pengurusan bayi baru lahir.		T- 5 jam A-10 jam	<ul style="list-style-type: none"> •Syarahan i •Tunjuk cara •Pemerhatian 	Senarai semak proses dandanan bayi, bantu penyusuan bayi baru lahir, tidurkan bayi dan bantu uruskan uri disediakan dan diserahkan
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Teliti • Jujur • Tanggungja 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
			wab <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Penyimpanan rekod • Keselamatan rekod 			

Employability Skills

Core Abilities	Social Skills
4.08 Develop and negotiate staffing plans 4.09 Prepare project/work plans 4.10 Utilize science and technology to achieve goals 5.03 Allocate and record usage of financial and physical resources 5.04 Delegate responsibilities and/or authority 5.05 Coordinate contract and tender activities 6.08 Identify and analyse effect of technology on the environment	1. Communication skills 2. Conceptual skills 3. Interpersonal skills 4. Learning skills 5. Leadership skills 6. Multitasking and prioritizing 7. Self-discipline 8. Teamwork

Tools, Equipment and Materials (TEM)

ITEMS	RATIO (TEM : Trainees)
1. Buku rekod kesihatan bayi	1:1
2. Senarai semak	1:1
3. Jadual mandikan bayi	1:1
4. Jangka suhu	1:1
5. Cerek elektrik	1:5
6. Set susu formula	1:5
7. Set tidur bayi	1:5
8. Peralatan menulis	1:1
9. Peralatan Mandian Bayi	1:5
10. Model Payu Dara	1:5
11. Anak Patung untuk Penyusuan	1:5

12. Bekas menyimpan susu ibu perahan	1:5
13. Mangkuk perahan susu ibu	1:5
14. Sinki	1:5
15. Pakaian Bayi	1:5
16. Lampin bayi	1:5
17. Peralatan menanam uri	1:5
18. Set tuaman bayi	1:5
19. Buku panduan doa,petua dan pantang larang	1:1
20. Set cucian uri	1:5

References

REFERENCES	
1.	40 Hari Selepas Melahirkan, Masalah Dan Penyelesaiannya, Bonny Danuatmoja, Mila Maliasari Dan Noraida Haji Ilias, Synergy Media
2.	Menurut Tradisional Melayu, Warisan Opah Umi, Hajjah Sharifah Umi Kelesom Syed Mohamed Zin, Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd. 2009
3.	Rawatan Ibu Selepas Melahirkan, Mellyna Huliana, A. Md Keb. Syakina Mohd Noor, Synergy Media
4.	Pengamal Tradisional Postnatal, KKM 2015,
5.	Manual Penjagaan Perinatal, KKM 2013,
6.	Carta Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Dan Kanak-Kanak, KKM 2007,
7.	Modul Latihan Penyusuan Susu Ibu,
8.	Kurikulum Asuhan Dan Didikan Kanak-Kanak PERMATA.

CURRICULUM of COMPETENCY UNIT (CoCU)

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL- Q						
SUB SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN -869						
JOB AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN- 86909						
NOSS TITLE	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE						
COMPETENCY UNIT TITLE	PEMULIHAN IBU SELEPAS BERSALIN						
LEARNING OUTCOME	<p>Calon yang terampil dalam Unit Kompetensi ini dapat mengembalikan tahap kesihatan dan kesegaran fizikal serta kestabilan emosi ibu selepas bersalin. Setelah selesai Unit Kompetensi ini, calon mesti boleh;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lakukan berdiang atau bersalai 2. Lakukan mandian herba 3. Lakukan bertungku 4. Lakukan bertangas 5. Pakaikan bengkung atau barut 6. Lakukan berparam dan berpilis 7. Sediakan minuman herba 8. Urus komplikasi bentan 						
PRE-REQUISITE (if applicable)	NIL						
COMPETENCY UNIT ID	Q869-002-4:2016-C04	LEVEL	4	TRAINING DURATION	190	SKILL CREDIT	19

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
1. Lakukan berdiang atau bersalai	<p>1.1. Bahan, peralatan dan tempat berdiang atau bersalai</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik • Penggunaan • Peraturan dan undang-undang <p>1.2 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>1.3 Berdiang atau bersalai</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah • Tempoh 	<p>1.1 Sediakan herba,bahan bakar,peralatan dan tempat berdiang/ bersalai</p> <p>1.2 Bakar herba</p> <p>1.3 Sediakan ibu untuk berdiang/ bersalai</p> <p>1.4 Dudukkan/ baringkan ibu di tempat berdiang/ bersalai</p> <p>1.5 Keringkan badan ibu</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan danperaturan keselamatan <ul style="list-style-type: none"> - Renjatan elektrik - Elakkan kebakaran • Pemerhatian kebersihan <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 	T: 9 jam A: 21jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<p>i. Kemukakan bahan-bahan</p> <p>ii. Peralatan lengkap dan berfungsi.</p> <p>iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan</p> <p>iv. Pelanggan dalam persalinan berdiang dan dalam keadaan bersedia untuk berdiang.</p> <p>v. Penyampaian teknik berdiang yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vi. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>vii. Amalan keselamatan telah ditunjukkan</p> <p>iii. Kod etika ditunjukkan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<ul style="list-style-type: none"> • Suhu • Teknik • Indikasi/ kontraindikasi 					
2. Lakukan mandian herba	<p>2.1 Bahan, peralatan dan tempat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik • Penggunaan • Peraturan dan undang-undang <p>2.2 Mandian herba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah/teknik • Indikasi dan kontraindikasi <p>2.3 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan</p>	<p>2.1 Sediakan bahan-bahan rebusan dan tempat mandian</p> <p>2.2 Rebus herba</p> <p>2.3 Sediakan ibu untuk mandi</p> <p>2.4 Mandikan ibu</p> <p>2.5 Keringkan badan ibu</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan dan peraturan keselamatan <ul style="list-style-type: none"> - Elakkan lantai licin - Renjatan elektrik • Pemerhatian kebersihan <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 	T: 9 jam A: 19 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<p>i. Kemukakan bahan-bahan.</p> <p>ii. Peralatan lengkap dan berfungsi.</p> <p>iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan</p> <p>iv. Pelanggan dalam persalinan mandian dan dalam keadaan bersedia untuk mandi.</p> <p>v. Penyampaian teknik mandian yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vi. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>vii. Amalan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	Tradisional dan Komplementari					keselamatan telah ditunjukkan iii. Kod etika ditunjukkan.
3. Lakukan bertungku	<p>1.1 Bahan, peralatan dan tempat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik • Penggunaan • Peraturan dan undang-undang <p>1.2 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>1.3 Bertungku</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah • Teknik • Tempoh 	<p>3.1 Sediakan bahan-bahan dan tempat bertungku</p> <p>3.2 Bakar tungku</p> <p>3.3 Balut dengan herba</p> <p>3.4 Sediakan ibu untuk bertungku</p> <p>3.5 Tungkukan ibu</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan dan peraturan keselamatan <ul style="list-style-type: none"> -Renjatan elektrik - Elakkan kebakaran • Pemerhatian kebersihan <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang 	T: 11 jam A: 25 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<p>i. Kemukakan bahan-bahan</p> <p>ii. Peralatan lengkap dan berfungsi.</p> <p>iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan</p> <p>iv. Pelanggan dalam keadaan bersedia untuk bertungku.</p> <p>v. Penyampaian teknik bertungku yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vi. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>vii. Amalan keselamatan telah ditunjukkan</p> <p>iii. Kod etika ditunjukkan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<ul style="list-style-type: none"> • Suhu • Indikasi/ kontraindikasi 		di tempat yang betul.			
4. Lakukan bertangas	<p>4.1 Bahan, peralatan dan tempat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik • Penggunaan • Peraturan dan undang-undang <p>4.2 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p>	<p>4.1 Sediakan bahan-bahan dan tempat bertangas</p> <p>4.2 Pilih kaedah bertangas</p> <p>4.3 Sediakan ibu untuk bertangas</p> <p>4.4 Tangaskan ibu</p> <p>4.5 Keringkan ibu</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan dan peraturan keselamatan <ul style="list-style-type: none"> - Elakkan kebakaran • Pemerhatian kebersihan <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 	T: 6 jam A: 14 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<ol style="list-style-type: none"> Kemukakan bahan-bahan Peralatan lengkap dan berfungsi. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan Kaedah bertangas termasuk tangas kering, tangas basah dan tangas wangi ditentukan. Pelanggan dalam persalinan bertangas dan dalam keadaan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	4.3 Bertangas <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah • Teknik • Tempoh • Suhu • Indikasi/ kontraindikasi 					bersedia untuk bertangas. vi. Penyampaian teknik bertangas yang spesifik berdasarkan kondisi ibu. vii. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan. viii. Amalan keselamatan telah ditunjukkan ix. Kod etika ditunjukkan.

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
5. Pakaikan bengkung atau barut	<p>5.1 Bahan, peralatan dan tempat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik • Penggunaan • Peraturan dan undang-undang <p>5.2 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>5.3 Bengkung/barut</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah • Teknik • Tempoh • Indikasi/kontraindikasi 	<p>5.1 Sediakan bengkung/barut dan herba</p> <p>5.2. Sediakan ibu untuk dibengkung</p> <p>5.3. Sapukan herba pada perut ibu</p> <p>5.4. Bengkungkan ibu</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan amalan baik <ul style="list-style-type: none"> - Pengawalan jangkitan - Pemerhatian bengkung/barut <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 	T: 5 jam A: 11 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<p>i. Kemukakan bahan-bahan</p> <p>ii. Peralatan lengkap dan bersih.</p> <p>iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan</p> <p>iv. Pelanggan dalam keadaan bersedia untuk berbengkung/b arut.</p> <p>v. Penyampaian teknik berbengkung/b arut yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vi. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>vii. Amalan keselamatan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
						telah ditunjukkan viii. Kod etika ditunjukkan.
6. Lakukan berparam dan berpilis	<p>6.1 Bahan, peralatan dan tempat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik • Penggunaan • Peraturan dan undang-undang <p>6.2 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p>	<p>6.1 Sediakan bahan-bahan herba berparam dan berpilis</p> <p>6.2 Bancuh herba param dan pilis</p> <p>6.3 Sediakan ibu untuk berparam dan berpilis</p> <p>6.4 Param dan piliskan ibu</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan amalan baik <ul style="list-style-type: none"> - Pengawalan jangkitan - Pemerhatian berparam dan berpilis <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 	T: 6 jam A: 14 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<p>i. Kemukakan bahan-bahan</p> <p>ii. Peralatan lengkap dan bersih.</p> <p>iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan</p> <p>iv. Pelanggan dalam keadaan bersedia untuk berparam/berpilis.</p> <p>v. Penyampaian teknik berparam/berpilis yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>vi. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>vii. Amalan keselamatan telah ditunjukkan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	6.3 Berparam dan berpilis <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah • Teknik • Tempoh • Indikasi/ kontraindikasi 					iii. Kod etika ditunjukkan.
7. Sediakan minuman herba	7.1 Bahan dan peralatan <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik • Penggunaan • Peraturan dan undang-undang 7.2 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari	7.1 Kenalpasti jenis minuman herba 7.2 Bancuh minuman herba 7.3 Hidangkan minuman herba kepada ibu	<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan amalan baik <ul style="list-style-type: none"> - Kebersihan - Pemerhatian penyediaan <u>Environment:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 	T: 8 jam A: 16 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	i. Bahan-bahan minuman herba dikenalpasti mengikut kesesuaian kondisi ibu dan bayi ii. Kemukakan bahan-bahan iii. Peralatan lengkap dan berfungsi. iv. Kemukakan penyediaan herba minuman yang spesifik . Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan. vi. Amalan keselamatan telah

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	7.3 Minuman herba <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah dan penggunaan • Tempoh • Sukatan dan kekerapan • Indikasi/ Kontraindikasi 					ditunjukkan vii. Kod etika ditunjukkan.
8. Urus komplikasi bentan	8.1 Maklumat pelanggan <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan 8.2 Anatomi dan fisiologi tubuh <ul style="list-style-type: none"> •Pengenalan •Analisa kondisi tubuh badan 	8.1 Dapatkan maklumat pelanggan 8.2 Dapatkan kebenaran bertulis pelanggan 8.3 Nilai kondisi pelanggan 8.4 Sediakan bahan dan peralatan 8.5 Sediakan pelanggan	<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Kod etika pengamal <ul style="list-style-type: none"> - kerahsiaan - berhemah - prihatin <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Garis panduan amalan baik <ul style="list-style-type: none"> - Pengawalan jangkitan - Kebersihan - Pemerhatian pelaksanaan urutan dan penggunaan herba 	T: 9 jam A: 21 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	i. Maklumat pelanggan disenaraikan dan dikembalikan dengan lengkap ii. Borang kebenaran telah ditandatangani iii. Catatan kondisi pelanggan disemak dan dikemukakan iv. Peralatan lengkap dan berfungsi. v. Pelanggan dalam persalinan urutan dan dalam keadaan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<p>8.3 Bahan dan peralatan bentan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik <p>8.6 Kod etika dan kod amalan untuk pengamal-pengamal Perubatan Tradisional dan Komplementari</p> <p>8.7 Urutan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah dan teknik • Garis panduan amalan perubatan tradisional dan komplementari untuk posnatal Melayu. 	<p>8.6 Lakukan urutan bentan</p> <p>8.7 Bancuh minuman herba</p> <p>8.8 Hidangkan minuman herba kepada ibu</p> <p>8.9 Nilai perkhidmatan urutan</p> <p>8.10 Beri khidmat nasihat</p>	<p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 			<p>bersedia untuk diurut.</p> <p>vi. Penyampaian teknik urutan yang spesifik berdasarkan kondisi ibu.</p> <p>iii. Kemukakan penyediaan herba minuman yang spesifik</p> <p>ix. Borang maklumbalas yang lengkap diisi dikemukakan.</p> <p>x. Khidmat nasihat berkaitan perkhidmatan telah disampaikan dengan melengkapkan senarai semak</p> <p>xi. Amalan keselamatan telah ditunjukkan</p> <p>xii. Kod etika ditunjukkan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	<p>8.8 Herba minuman</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaedah • Tempoh • Sukatan dan kekerapan • Indikasi/ Kontraindikasi <p>8.7 Khidmat nasihat kekeluargaan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perancang keluarga • Keibubapaan • Pemakanan • Penyusuan ibu • Petua dan pantang larang 					

Employability Skills

Core Abilities	Social Skills
4.08 Develop and negotiate staffing plans 4.09 Prepare project/work plans 4.10 Utilize science and technology to achieve goals 5.03 Allocate and record usage of financial and physical resources 5.04 Delegate responsibilities and/or authority 5.05 Coordinate contract and tender activities 6.08 Identify and analyse effect of technology on the environment	1. Communication skills 2. Conceptual skills 3. Interpersonal skills 4. Learning skills 5. Leadership skills 6. Multitasking and prioritizing 7. Self-discipline 8. Teamwork

Tools, Equipment and Materials (TEM)

ITEMS	RATIO (TEM : Trainees)
1. Borang maklumat pelanggan	1:1
2. Alat tulis	1:1
3. Herba	Mengikut keperluan
4. Bahan alami (garam ,kapur, madu)	Mengikut keperluan
5. Persalinan	1:1
6. Set bertungku (tungku, daun herba, kain)	1:5
7. Set bengkung	1:5
8. Set Peralatan berdiang (tradisional dan moden)	1:5
9. Set Peralatan bertangas (kerusi tangas, kain sarung, periuk tanah,herba dan batu sungai)	1:5
10. Set berparam dan berpilis (mangkuk, sudu, piring)	1:5
11. Minyakurut / losyenurut	Mengikut keperluan
12. Peralatan (perkakas dapur, periuk tanah, cerek, cawan, tilam dan alas ,tikar, perkakasan mandian, bantal, tuala)	1:5

REFERENCES

1. Elizabeth Fenwick (2002), *Penjagaan Ibu dan Anak*, Penerbitan Pelangi.
2. Bonny Danuatmaja, Mila Meiliasari (), *40 Hari Selepas Melahirkan*. Synergy Media.

CURRICULUM of COMPETENCY UNIT (CoCU)

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL- Q						
SUB	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN -869						
JOB AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN- 86909						
NOSS TITLE	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE						
COMPETENCY UNIT TITLE	SENAMAN IBU SELEPAS BERSALIN						
LEARNING OUTCOME	<p>Calon yang terampil dalam Unit Kompetensi ini dapat mengembalikan kecergasan, melancarkan aliran darah, memperbaiki keanjalan otot-otot dan mencegah masalah berkaitan otot dalam kalangan ibu selepas bersalin. Setelah selesai Unit Kompetensi ini, calon mesti boleh:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tunjuk cara latihan pernafasan. 2. Tunjuk cara latihan anggota atas 3. Tunjuk cara latihan gerakan pergelangan kaki dan lutut 4. Tunjuk cara latihan otot abdomen 5. Tunjuk cara latihan otot belakang 6. Tunjuk cara latihan otot lantai pelvis (kemutan) 7. Rekod proses latihan senaman ibu selepas bersalin 						
PRE-REQUISITE (if applicable)	NIL						
COMPETENCY UNIT ID	Q869-002-4:2016-C05	Level	4	Training Duration	116	Credit Hours	11.6

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
1. Tunjuk cara latihan pernafasan	<p>1.1 Maklumat pelanggan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan <p>1.2 Anatomi dan fisiologi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan kepada sistem otot dan tulang • Analisa status anggota badan • Kontraindikasi senaman <p>1.3 Tanda dan gejala masalah kesihatan</p> <p>1.4 Peralatan senaman</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Penggunaan <p>1.5 Pakaian senaman</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Fungsi 	<p>1.1 Dapatkan rekod kesihatan pelanggan</p> <p>1.2 Periksa kondisi badan pelanggan.</p> <p>1.3 Sediakan pelanggan dengan pakaian yang longgar.</p> <p>1.4 Sediakan peralatan dan persekitaran yang kondusif</p> <p>1.5 Mulakan latihan senaman</p> <p>1.6 Nilai keberkesanan senaman</p> <p>1.7 Beri khidmat nasihat</p>		T-5 jam A-12jam	Tunjuk cara Syarahan Pemerhatian	<p>i. Rekod kesihatan dan kondisi badan pelanggan dijelaskan</p> <p>ii. Penyediaan pelanggan, peralatan dan persekitaran yang kondusif diuraikan</p> <p>iii. Cara latihan pernafasan tulang rusuk ditunjukkan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	1.6 Persekitaran yang kondusif 1.7 Kaedah/teknik latihan pernafasan <ul style="list-style-type: none"> • Tradisional • Moden 					
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ikut prosedur ditetapkan untuk elak kecederaan. • Pastikan kebersihan dan keselamatan tempat senaman. 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
2. Tunjuk cara latihan anggota atas	2.1 Maklumat pelanggan <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan 2.2 Anatomi dan fisiologi <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan kepada sistem otot dan tulan • Analisa status anggota atas • Kontraindikasi senaman 2.3 Tanda dan gejala masalah kesihatan	2.1 Dapatkan rekod kesihatan pelanggan 2.2 Periksa kondisi badan pelanggan. 2.3 Sediakan pelanggan dengan pakaian yang longgar 2.4 Sediakan peralatan dan persekitaran yang kondusif 2.5 Mulakan latihan senaman 2.6 Nilai keberkesanan senaman 2.7 Beri khidmat nasihat		T- 4 jam A-11 jam	Tunjuk cara Syarahan Pemerhatian	i. Rekod kesihatan dan kondisi badan pelanggan dijelaskan ii. Penyediaan pelanggan, peralatan dan persekitaran yang kondusif dihuraikan iii. Cara latihan gerakan pergelangan kaki ditunjukkan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	2.6 Persekitaran yang kondusif 2.7 Kaedah/teknik latihan anggota atas <ul style="list-style-type: none"> • Tradisional • Moden 					
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ikut prosedur ditetapkan untuk elak kecederaan. • Pastikan kebersihan dan keselamatan tempat senaman. 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
3. Tunjuk cara latihan gerakan pergelangan kaki dan lutut	<p>3.1 Maklumat pelanggan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan <p>3.2 Anatomi dan fisiologi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan kepada sistem gerakan pergelangan kaki dan lutut • Analisa status gerakan pergelangan kaki dan lutut • Kontraindikasi senaman <p>3.3 Tanda dan gejala masalah kesihatan</p> <p>3.4 Peralatan senaman</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Penggunaan 	<p>3.1 Dapatkan rekod kesihatan pelanggan</p> <p>3.2 Periksa kondisi badan pelanggan</p> <p>3.3 Sediakan pelanggan dengan pakaian yang longgar.</p> <p>3.4 Sediakan peralatan dan persekitaran yang kondusif</p> <p>3.5 Mulakan latihan senaman</p> <p>3.6 Nilai keberkesanan senaman</p> <p>3.7 Beri khidmat nasihat</p>		<p>T-5 jam</p> <p>A-13 jam</p>		<p>i. Rekod kesihatan dan kondisi badan pelanggan dijelaskan</p> <p>ii. Penyediaan pelanggan, peralatan dan persekitaran yang kondusif dihuraikan</p> <p>iii. Cara latihan kontraksi otot perut dan otot belakang secara ringan ditunjukkan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	3.5 Pakaian senaman <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Fungsi 3.6 Persekitaran yang kondusif 3.7 Kaedah/teknik latihan gerakan pergelangan kaki dan lutut <ul style="list-style-type: none"> • Tradisional • Moden 					
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ikut prosedur ditetapkan untuk elak kecederaan. • Pastikan kebersihan dan 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
			keselamatan tempat senaman.			
4. Tunjuk cara latihan otot abdomen	<p>4.1 Maklumat pelanggan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan <p>4.2 Anatomi dan fisiologi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan kepada sistem gerakan otot abdomen • Analisa status gerakan otot abdomen • Kontraindikasi senaman <p>4.3 Tanda dan gejala masalah kesihatan</p> <p>4.4 Peralatan senaman</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Penggunaan 	<p>4.1 Dapatkan rekod kesihatan pelanggan</p> <p>4.2 Periksa kondisi badan pelanggan.</p> <p>4.3 Sediakan pelanggan dengan pakaian yang longgar.</p> <p>4.4 Sediakan peralatan dan persekitaran yang kondusif</p> <p>4.5 Mulakan latihan senaman</p> <p>4.6 Nilai keberkesanan senaman</p> <p>4.7 Beri khidmat</p>		T-5 jam A-11 jam	<ul style="list-style-type: none"> • Tunjuk cara • Syarahan • Pemerhatian 	<p>i. Rekod kesihatan dan kondisi badan pelanggan dijelaskan</p> <p>ii. Penyediaan pelanggan, peralatan dan persekitaran yang kondusif dihuraikan</p> <p>iii. Cara latihan otot perut dan otot dada ditunjukkan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	4.5 Pakaian senaman <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Fungsi 4.6 Persekitaran yang kondusif 4.7 Kaedah/teknik latihan I otot abdomen <ul style="list-style-type: none"> • Tradisional • Moden 	nasihat				
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ikut prosedur ditetapkan untuk elak kecederaan. • Pastikan kebersihan dan keselamatan tempat senaman. 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
5. Tunjuk cara latihan otot belakang	5.1 Maklumat pelanggan <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan 5.2 Anatomi dan fisiologi <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan kepada sistem gerakan otot belakang • Analisa status gerakan otot belakang • Kontraindikasi senaman 5.3 Tanda dan gejala masalah kesihatan 5.4 Peralatan senaman <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Penggunaan 5.5 Pakaian senaman <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Fungsi 	5.1 Dapatkan rekod kesihatan pelanggan 5.2 Periksa kondisi badan pelanggan. 5.3 Sediakan pelanggan dengan pakaian yang longgar. 5.4 Sediakan peralatan dan persekitaran yang kondusif 5.5 Mulakan latihan senaman 5.6 Nilai keberkesanan senaman 5.7 Beri khidmat nasihat		T-5 jam A-13 jam	Tunjuk cara Syarahan Pemerhatian	i. Rekod kesihatan dan kondisi badan pelanggan dijelaskan ii. Penyediaan pelanggan, peralatan dan persekitaran yang kondusif dihuraikan iii. Cara latihan untuk pengembalian rahim kepada kedudukan dan tempat asalnya ditunjukkan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	5.6 Persekitaran yang kondusif 5.7 Kaedah/teknik latihan I otot belakang <ul style="list-style-type: none"> • Tradisional • Moden 					
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Peka • Penyabar <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ikut prosedur ditetapkan untuk elak kecederaan. • Pastikan kebersihan dan keselamatan tempat senaman. 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
6. Tunjuk cara latihan otot lantai pelvis (kemutan)	<p>6.1 Maklumat pelanggan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sumber maklumat • Tatacara pengisian borang • Kaedah mendapatkan maklumat pelanggan <p>6.2 Anatomi dan fisiologi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan kepada sistem otot lantai pelvis (kemutan) • Analisa status gerakan otot lantai pelvis (kemutan)Kont rai ndikasi senaman <p>6.3 Tanda dan gejala masalah kesihatan</p> <p>6.4 Peralatan senaman</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Penggunaan 	<p>6.1 Dapatkan rekod kesihatan pelanggan</p> <p>6.2 Periksa kondisi badan pelanggan.</p> <p>6.3 Sediakan pelanggan dengan pakaian yang longgar.</p> <p>6.4 Sediakan peralatan dan persekitaran yang kondusif</p> <p>6.5 Mulakan latihan senaman</p> <p>6.6 Nilai keberkesanan senaman</p> <p>6.7 Beri khidmat nasihat</p>		T-5 jam A-11 jam	Tunjuk cara Syarahan Pemerhatian	<p>i. Rekod kesihatan dan kondisi badan pelanggan dijelaskan</p> <p>ii. Penyediaan pelanggan, peralatan dan persekitaran yang kondusif diuraikan</p> <p>iii. Cara latihan untuk pengembalian rahim kepada kedudukan dan tempat asalnya ditunjukkan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
	6.5 Pakaian senaman <ul style="list-style-type: none"> • Jenis • Fungsi 6.6 Persekitaran yang kondusif 6.7 Kaedah/teknik latihan otot lantai pelvis (kemutan) <ul style="list-style-type: none"> • Tradisional • Moden 					
			<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Teliti • Jujur • Tanggungjawab <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Penyimpanan rekod • Keselamatan rekod 			

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
7 Rekod proses latihan senaman Ibu Selepas Bersalin		<p>7.1 Sediakan senarai semak proses latihan senaman ibu selepas bersalin.</p> <p>7.2 Tandakan Senarai semak proses senaman latihan Ibu Selepas Bersalin</p> <p>7.3 Simpan Senarai semak proses latihan Ibu Selepas Bersalin</p>		T-5 jam A-11 jam		i. Senarai semak proses latihan senaman Ibu Selepas Bersalin disediakan dan diserahkan

Employability Skills

Core Abilities	Social Skills
4.08 Develop and negotiate staffing plans 4.09 Prepare project/work plans 4.10 Utilize science and technology to achieve goals 5.03 Allocate and record usage of financial and physical resources 5.04 Delegate responsibilities and/or authority 5.05 Coordinate contract and tender activities 6.08 Identify and analyse effect of technology on the environment	1. Communication skills 2. Conceptual skills 3. Interpersonal skills 4. Multitasking and prioritizing 5. Self-discipline 6. Teamwork 7. Self-discipline 8. Teamwork

Tools, Equipment and Materials (TEM)

ITEMS	RATIO (TEM : Trainees)
1. Alat tulis 2. Bantal besar 3. Bantal kecil 4. Tilam 5. Tikar 6. Borang maklumat pelanggan 7. Senarai semak 8. Komputer dan aksesori	1:1 1:1 1:1 1:1 1:1 1:1 1:1 1:5

9. Persalinan	1:1
10. Peti simpanan	1:5
11. Model anatomi manusia	1:25
12. Almari	1:5
13. Tuala	1:1

References

REFERENCES	
1.	40 Hari Selepas Melahirkan, Masalah Dan Penyelesaiannya, Bonny Danuatmoja, Mila Maliasari Dan Noraida Haji Ilias, Synergy Media
2.	Menurut Tradisional Melayu, Warisan Opah Umi, Hajjah Sharifah Umi Kelesom Syed Mohamed Zin, Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd. 2009
3.	Rawatan Ibu Selepas Melahirkan, Mellyna Huliana, A. Md Keb. Syakina Mohd Noor, Synergy Media
4.	Manual Senaman Antenatal dan Postnatal, KKM Tahun 2014,

CURRICULUM of COMPETENCY UNIT (CoCU)

SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN DAN KERJA SOSIAL- Q						
SUB SECTOR	AKTIVITI KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN -869						
JOB AREA	PERKHIDMATAN KESIHATAN KEMANUSIAAN LAIN- 86909						
NOSS TITLE	PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE						
COMPETENCY UNIT TITLE	PENGURUSAN KERJA-KERJA UMUM						
LEARNING OUTCOME	<p>Calon yang terampil dalam Unit Kompetensi ini dapat memastikan ahli keluarga, tetamu dan binatang peliharaan terurus manakala keadaan rumah dan kawasan bersih, teratur serta selesa.. Setelah selesai Unit Kompetensi ini, calon mesti boleh;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Urus kebersihan kawasan rumah 2. Urus pakaian kotor 3. Urus keperluan ahli keluarga dan tetamu 4. Urus penjagaan haiwan peliharaan 						
PRE-REQUISITE (if applicable)	NIL						
COMPETENCY UNIT ID	Q869-002-4:2016-E01	LEVEL	4	TRAINING DURATION	100	SKILL CREDIT	10.0

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
1. Urus kebersihan kawasan rumah	1.1 Peralatan dan perkakasan <ul style="list-style-type: none"> • Jenis-jenis • Fungsi • Teknik • Penggunaan 1.2 Pengurusan kediaman <ul style="list-style-type: none"> • Kebersihan • Susun atur • Keselamatan 	1.1 Sediakan peralatan dan perkakasan membersihkan rumah 1.2 Kenalpasti kawasan luar dan dalam rumah untuk dibersihkan 1.3 Lakukan pembersihan rumah 1.4 Nilai kerja-kerja kebersihan	<u>Attitude:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Bersih, cekap dan berhemah <u>Safety:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Alat keselamatan diri (PPE) • Langkah-langkah keselamatan diambil. <u>Environment:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 	T- 9 Jam A- 2Jam	Kuliah Demonstrasi Amali	i. Peralatan lengkap dan berfungsi ii. Demonstrasi penggunaan peralatan. iii. Keseluruhan tempat tidak kotor dan susun atur yang kemas diperlihatkan iv. Amalan keselamatan telah dipraktikkan

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
2. Urus pakaian kotor	<p>2.1. Cucian</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis pakaian • Kaedah • Bahan cucian • Peralatan <p>2.2. Pengeringan pakaian</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis pakaian • Kaedah • Peralatan <p>2.3. Menggosok pakaian</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis pakaian • Kaedah • Peralatan <p>2.4. Penyimpanan pakaian</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis pakaian • Kaedah • Peralatan 	<p>2.1 Kumpulkan pakaian kotor</p> <p>2.2 Asingkan mengikut kategori</p> <p>2.3 Lakukan cucian pakaian</p> <p>2.4 Keringkan pakaian yang telah dicuci</p> <p>2.5 Lipat/gosok pakaian</p> <p>2.6 Simpan pakaian</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bersih, cekap dan berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Alat keselamatan diri (PPE) • Langkah-langkah keselamatan diambil. <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif • Sisa dibuang di tempat yang betul 	T -7 jam A- 17 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<p>i. Peralatan lengkap dan berfungsi</p> <p>ii. Demonstrasi proses mencuci pakaian dan kegunaan peralatan.</p> <p>iii. Kemukakan pakaian yang telah dibersihkan.</p> <p>iv. Amalan keselamatan telah dipraktikkan</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
3. Urus keperluan ahli keluarga dan tetamu	<p>3.1 Keperluan ahli keluarga dan tetamu</p> <p>3.2 Kunjungan tetamu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adab • Hospitaliti 	<p>3.1. Dapatkan senarai keperluan ahli keluarga dan tetamu yang diperlukan.</p> <p>3.2. Dapatkan keperluan ahli keluarga dan tetamu</p> <p>3.3 Serah barang keperluan</p> <p>3.4 Dapatkan maklumbalas</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Amanah, cekap dan berhemah <p><u>Safety:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Langkah-langkah keselamatan diambil. <p><u>Environment:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kondusif 	T: 5 Jam A: 11 jam	Kuliah Amali Demonstrasi	<p>i. Kemukakan senarai bahan-bahan yang diperlukan</p> <p>ii. Kemukakan dan semak bahan-bahan yang telah dibeli.</p> <p>iii. Persembahkan hidangan, penyediaan pakaian dan penjagaan ahli keluarga.</p> <p>iv. Demonstrasi meraikan tetamu</p>
4. Urus penjagaan haiwan peliharaan	<p>4.1 Haiwan peliharaan</p> <ul style="list-style-type: none"> • jenis • tempat • makanan • kebersihan (grooming) • keselamatan 	<p>4.1. Kenalpasti jenis dan kategori haiwan peliharaan</p> <p>4.2 Bersihkan haiwan dan tempat peliharaan</p> <p>4.3 Beri haiwan makan</p>	<p><u>Attitude:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Penyabar, cekap dan berhemah <p><u>Safety</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Langkah-langkah keselamatan diambil 	T: 9 jam A: 21 jam	Kuliah Demonstrasi Amali	<p>i. Konsep difahami dan dijelaskan.</p>

Work Activities	Related Knowledge	Related Skills	Attitude / Safety / Environmental	Training Hours	Delivery Mode	Assessment Criteria
			<u>Environment:</u> • Persekitaran yang kondusif			

Core Abilities	Social Skills
4.08 Develop and negotiate staffing plans 4.09 Prepare project/work plans 4.10 Utilize science and technology to achieve goals 5.03 Allocate and record usage of financial and physical resources 5.04 Delegate responsibilities and/or authority 5.05 Coordinate contract and tender activities 6.08 Identify and analyse effect of technology on the environment	1. Communication skills 2. Conceptual skills 3. Interpersonal skills 4. Learning skills 5. Leadership skills 6. Multitasking and prioritizing 7. Self-discipline 8. Teamwork

Tools, Equipment and Materials (TEM)

ITEMS	RATIO (TEM : Trainees)
1. Senarai semak	1:1
2. Jadual Kerja	1:1
3. set kelengkapan pembersihan luar	1:5
4. set kelengkapan pembersihan dalaman	1:5
5. set berkebun (baja,cangkul,gunting)	1:5
6. mesin basuh	1:25
7. Pengering pakaian	1:25
8. Ampaian	1:5

ITEMS	RATIO (TEM : Trainees)
9. Sampel pakaian mengikut kategori dan jenis	1:5
10. Seterika	1:5
11. Pengering rambut	1:5
12. set pencucian pakaian (sabun,berus)	1:5
13. senarai semak pembelian	1:1
14. Personal protective equipment (PPE)	1:1
15. Tangga	1:5
16. Penyedut hampagas	1:5
17. Set pinggan mangkuk	1:5
18. Haiwan peliharaan	Mengikut keperluan
19. Makanan haiwan	Mengikut keperluan
20. Set mandian haiwan	1:5

REFERENCES

1. Jabatan Pembangunan Kemahiran,(2014) Standard Kemahiran Pekerjaan Kebangsaan (National Occupational Skill Standard) for *Domestik Worker Operations Level 2*.
2. Jabatan Pembangunan Wanita, Modul *Home Manager*.

TRAINING HOURS SUMMARY

NOSS CODE : Q869-002-4:2016

NOSS TITLE : PENJAGAAN IBU SELEPAS BERSALIN MAMACARE

NO CU	TAJUK CU	NO AKTIVITI	AKTIVITI	TEORI	AMALI	JUMLAH JAM	JAM KREDIT
C01	PENGURUTAN SELEPAS BERSALIN	1	LAKUKAN URUTAN KESEJAHTERAAN	20	32	52	27
		2	LAKUKAN URUTAN TERAPI KELAHIRAN NORMAL	24	40	64	
		3	LAKUKAN URUTAN TERAPI KELAHIRAN SECARA PEMBEDAHAN	24	45	69	
		4	LAKUKAN URUTAN RENGAT	12	28	40	
		5	LAKUKAN URUTAN KELANCARAN PENGALIRAN SUSU	12	28	40	
		JUMLAH JAM			92	173	
C02	PENYEDIAAN PEMAKANAN SIHAT	1	RANCANG MENU IBU SELEPAS BERSALIN	9	10	19	15
		2	RANCANG MENU KELUARGA	9	50	59	
		3	SEDIAKAN BAHAN MENTAH	7	20	27	
		4	MASAK MENGIKUT MENU DAN TEKNIK	7	30	37	
		5	REKOD PROSES PENYEDIAAN PEMAKANAN SIHAT	1	3	4	
		JUMLAH JAM			33	113	
C03	PENGENDALIAN BAYI BAHARU LAHIR	1	DANDAN BAYI	10	25	35	17
		2	BANTU PENYUSUAN BAYI	25	40	65	
		3	TIDURKAN BAYI	10	15	25	
		4	URUS URI	10	15	25	
		5	REKOD PROSES PENGURUSAN BAYI BARU LAHIR	5	10	15	
		JUMLAH JAM			60	105	

C04	PEMULIHAN IBU SELEPAS BERSALIN	1	LAKUKAN BERDIANG/BERSALAI	9	21	30	20
		2	LAKUKAN MANDIAN HERBA	9	19	28	
		3	LAKUKAN BERTUNGKU	11	25	36	
		4	LAKUKAN BERTANGAS	6	14	20	
		5	PAKAI BENGKUNG/BARUT	5	11	16	
		6	LAKUKAN BERPARAM DAN BERPILIS	6	14	20	
		7	SEDIAKAN MINUMAN HERBA	8	16	24	
		8	URUSKAN KOMPLIKASI BENTAN	9	21	30	
		JUMLAH JAM			63	141	
C05	SENAMAN IBU SELEPAS BERSALIN	1	TUNJUK CARA LATIHAN PERNAFASAN	5	12	17	12
		2	TUNJUK CARA LATIHAN ANGGOTA ATAS	4	11	15	
		3	TUNJUK CARA LATIHAN GERAKAN PERGELANGAN KAKI DAN LUTUT	5	13	18	
		4	TUNJUK CARA LATIHAN OTOT ABDOMEN	5	11	16	
		5	TUNJUK CARA LATIHAN OTOT BELAKANG	5	13	18	
		6	TUNJUK CARA LATIHAN OTOT LANTAI PELVIS (KEMUTAN)	5	11	16	
		7	REKOD PROSES LATIHAN SENAMAN IBU SELEPAS BERSALIN	5	11	16	
		JUMLAH JAM			34	82	
E01	PENGURUSAN KERJA-KERJA UMUM	1	URUSKAN KEBERSIHAN KAWASAN RUMAH	9	21	30	10
		2	URUSKAN PAKAIAN KOTOR	7	17	24	
		3	URUSKAN KEPERLUAN AHLI KELUARGA DAN TETAMU	5	11	16	
		4	URUSKAN PENJAGAAN HAIWAN PELIHARAAN	9	21	30	
		JUMLAH JAM			30	70	
JUMLAH JAM KESELURUHAN						996	100