

## PENYULUHAN PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS DI RUANG BOUGENVILLE RUMAH SAKIT TENTARA TK IV BINJAI

Nurleli<sup>1\*</sup>, Sonya Febrianti Br. Ginting <sup>2</sup>, Mutiara Aprilia<sup>3</sup>

1Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

2Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

3Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

\*Email Korespondensi: [nurlelinurdin0@gmail.com](mailto:nurlelinurdin0@gmail.com), [sonyafbrginting@gmail.com](mailto:sonyafbrginting@gmail.com),  
[mutiaraaprilia362@gmail.com](mailto:mutiaraaprilia362@gmail.com),

### Abstrak

Program ASI eksklusif ini didukung oleh konferensi tingkat tinggi tentang kesejahteraan anak menyepakati bahwa semua keluarga harus mengetahui arti penting mendukung dalam tugas pemberian ASI saja selama enam bulan untuk perempuan pada kehidupan pertama bagi anak (Kemenkes RI, 2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pemberian ASI Eksklusif adalah usia ibu, pengetahuan, budaya dan dukungan keluarga (Nurahmawati, 2020). Demi mendukung keberhasilan program ASI Ekslusif oleh karena itu payudara perlu dipersiapkan dan dirawat mulai sejak masa kehamilan agar saat bayi lahir dapat berfungsi secara optimal. Perawatan payudara sering disebut breast care dilakukan untuk memelihara payudara dan memperbanyak dan memperlancar produksi ASI (Dewi, Harapan and Ponorogo, 2017). Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan penyuluhan perawatan payudara kepada ibu nifas yang ada di Ruang Bougenville RST TK IV Binjai dalam usaha untuk memperlancar ASI. Metode yang digunakan dalam Pengabdian tersebut adalah penyuluhan perawatan payudara sekaligus praktik langsung. Hasil penyuluhan dari kegiatan ini adalah ibu nifas yang ada di Ruang Bougenville RST TK IV Binjai sangat antusias dengan materi ini dan akan mengulang perawatan payudara sendiri demi mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Diharapkan dari kegiatan ini ibu nifas dapat memahami bagaimana merawat payudara sebagai upaya dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas.

**Kata Kunci :** Penyuluhan Perawatan payudara, Upaya Meningkatkan pengetahuan

### Abstract

#### Breast Care Counseling for Postpartum Women in the Bougenville Room at the Binjai Kindergarten Army Hospital

This exclusive breastfeeding program is supported by a high-level conference on child welfare which agreed that all families must know the importance of supporting the task of providing only breast milk for six months for women in their child's first life (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2013). Factors that influence the provision of exclusive breastfeeding are the mother's age, knowledge, culture and family support (Nurahmawati, 2020). In order to support the success of the exclusive breastfeeding program, the breasts need to be prepared and cared for starting from pregnancy so that when the baby is born it can function optimally. optimal. Breast care, often called breast care, is carried out to maintain the breasts and increase and facilitate breast milk production (Dewi, Harapan and Ponorogo, 2017). The aim of this activity is to provide breast care education to postpartum mothers in the Bougenville Room RST TK IV Binjai in an effort to facilitate breastfeeding. The method used in this service is breast care counseling as well as direct practice. The results of the counseling from this activity are that postpartum mothers in the Bougenville Room RST TK IV Binjai are very enthusiastic about this material and will repeat their own breast care to support the success of exclusive breastfeeding. It is hoped that from this activity, postpartum mothers can understand how to care for their breasts as an effort to increase the knowledge of postpartum mothers.

**Keywords:** Breast care education, efforts to increase knowledge

## 1. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Program peningkatan pemberian Air Susu Ibu (ASI) khususnya ASI merupakan program prioritas. Hal ini dikarenakan memberikan dampak luas terhadap status gizi dan kesehatan balita. Program ASI eksklusif ini didukung oleh konferensi tingkat tinggi tentang kesejahteraan anak menyepakati bahwa semua keluarga harus mengetahui arti penting mendukung dalam tugas pemberian ASI saja selama enam bulan untuk perempuan pada kehidupan pertama bagi anak (Kemenkes RI, 2013).. Salah satu edukasi kesehatan yang dilakukan bidan pada masa kehamilan, persalinan dan masa nifas adalah tentang perawatan payudara. Pemberian edukasi tentang perawatan payudara kepada ibu dan keluarga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan mempengaruhi keberhasilan dalam pemberian air susu ibu (ASI).

Perawatan payudara sering disebut breast care dilakukan untuk memelihara payudara dan memperbanyak dan memperlancar produksi ASI (Dewi, Harapan and Ponorogo, 2017). Perawatan payudara (Breast Care) adalah suatu cara merawat payudara yang dilakukan pada saat kehamilan atau masa nifas untuk produksi ASI, selain itu untuk kebersihan payudara dan bentuk putting susu yang masuk kedalam atau datar. Perawatan payudara dilakukan sehari dua kali saat mandi dan bila ada masalah dengan menyusui juga dilakukan dua kali sehari (Switaningtyas, Harianto and W, 2017).

### 1.2 Tujuan

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi bagi para ibu nifas di Ruang Bougenvile RST TK IV Binjai dalam meningkatkan pengetahuan dibidang kesehatan khususnya pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu nifas.

### 1.3 Luaran yang Diharapkan

Dengan adanya program pengabdian masyarakat oleh Akper Kesdam I/BB Binjai penyuluhan peningkatan pengetahuan bagi para ibu nifas mengenai perawatan payudara guna mengoptimalkan produksi ASI.Kegiatan ini memberikan ilmu pengetahuan tentangcara bagaimana merawat payudara dan menjadi manfaat bagi para ibu nifasdi Ruang Bougenvile RST TK IV Binjai

## 2. METODE PELAKSANAAN

### 2.1 Pemilihan Responden

Responden Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah para ibu nifas di Ruang Bougenvile RST TK IV Binjai yang dengan persetujuan lisan dari dokter Sp.OG dan bidan/perawat.

### 2.2 Alat dan Bahan

Alat bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- Laptop
- Video
- Kamera
- ExerciseBed
- Leaflet
- Poster
- LCD

### 2.3 Cara Pengumpulan Data

Data sekunder (Data kesehatan ibu nifas di RST Tk IV Binjai).

## 2.4 AnalisisData

Data yang diperoleh merupakan data kesehatan ibu nifas di RST Tk IV Binjai yang meliputi: Usia ibu, tekanan darah, suhu tubuh, pemeriksaan nadi, pernafasan. Data sekunder ini diolah dengan menggunakan data demografi sehingga didapat gambaran kesehatan ibu nifas diRuang Bougenvile RST TK IV Binjai.

## 3.Laporan Kegiatan

Laporan kegiatan ini terdiri dari ; a. Persiapan, b. Pelaksanaan, c. Penyuntingan laporan hasil pemeriksaan kondisi umum pada ibu nifas : umur, jenis kelamin, d. Pembahasan dan Pengolahan data hasil pemeriksaan, e. Tindak lanjut kegiatan berkala dan f.Luarandari kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

### 3.1. Persiapan

Persiapan dilakukan beberapa tahap :

#### 3.1.1 Koordinasi dengan kepala Rumah Sakit TK IV Binjai.

Koordinasi dengan Kepala Rumah Sakit telah berlangsung sejak berdirinya Akper Kesdam I/BB Binjai dengan ditandatanganinya surat perjanjian kerjasama dalam bentuk MoU serta penugasan pengelolaan dan praktek klinik untuk membentuk pengabdian kepada masyarakat (PKM) RST TK IV Binjai kepada institusi Perguruan Tinggi dalam hal ini Akper Kesdam I/BB Binjai. Dalam rangka memenuhi program kerja dalam surat perjanjian kerjasama yang telah disepakati tersebut serta untuk menjaga kualitas para ibu nifas maka untuk proses keberlanjutan dilaksanakan pembinaan keluarga siswa/ secara berkala dan teratur, yang dilaksanakan oleh Akper Kesdam I/BB Binjai.

#### 3.1.2 Koordinasi dengan pengurus

Tim Akper Kesdam I/BB Binjai dalam memenuhi program yang telah tertuang dalam MoU, berkoordinasi dengan Kepala RST dan untuk membahas bentuk atau model pelaksanaan pada para ibu nifas. Berdasarkan hasil pembicaraan dan persiapan dengan Kepala RST dan Kepala Ruangan/ Bidan Ruangan Bougenvile, maka disepakati untuk diadakan kegiatan sosialisasi untuk menciptakan suasana nyaman, waktu yang dapat disepakati bersama untuk pelaksanaan adalah hari Rabu, 27 September 2023 pukul 10.00 WIB s/d selesai.

#### 3.1.3. Persiapan tim

Persiapan tim dilaksanakan dalam aspek akademik dan logistik. Untuk aspek logistik, masing-masing anggota mendapatkan penugasan persiapan. Sedangkan untuk aspek akademik terdiri dari satu kelompok penyuluhan yang bertanggung jawab menyusun dan menyampaikan materi penyuluhan dan leaflet yang berisisosialisasi tentang perawatan payudara pada ibu nifas untuk menciptakan suasana nyaman.

## 3.2 Pelaksanaan

### 3.2.1 Penyuluhan

Penyuluhan dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 27 September 2023 Ruang Bougenvile RST TK IV. Acara dimulai pada pukul 10.00 WIB.

### 3.2.2 Pengumpulan data sekunder hasil pemeriksaan kondisi umum Ibu Nifas

Data tentang kondisi ibu nifas Ruang Bougenvile RST Binjai diambil berdasarkan pengumpulan data tentang perawatan payudara pada ibu nifas dengan metode observasi terhadap objek sasaran penyuluhan kepada ibu nifas bulan September 2023.

### 3.3 Tindak Lanjut Kegiatan

Sesuai dengan rencana, pada hari Rabu, 27 September 2023 tim melakukan evaluasi hasil serta tanggapan atau respon ibu nifas beserta keluarga tentang materi penyuluhan perawatan payudara yang sudah diberikan oleh tim penyuluh (Dosen dan Mahasiswi) untuk mengetahui adanya perkembangan pengetahuan dan pengaruh penyuluhan yang telah diberikan.

Berkenaan dengan topik pada tulisan pengabdian Masyarakat ini, maka melalui kegiatan ini dilakukan penyuluhan edukasi pada masyarakat khususnya ibu nifas tentang motivasi mengikuti penyuluhan di Ruang Bougenvile RST Tk IV Binjai yang dilaksanakan pada tanggal 27 September 2023 yang diikuti oleh 7 peserta, yang terdiri dari ibu nifas, bidan, perawat yang ada di Ruang Bougenvile RST Tk IV Binjai. Kegiatan pengabdian ini pada saat pelaksanaan meminta kepada para peserta untuk mengisi daftar hadir peserta secara langsung disertai dengan saran dan manfaat yang mereka dapatkan dari kegiatan ini. Narasumber penyuluhan merupakan praktisi akademisi yang berasal dari mahasiswa/i Akper Kesdam I/BB Binjai dan Dosen yang menguasai persoalan di bidangnya.



**Gambar 1:** penyuluhan Kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu nifas di Ruang Bougenvile RST TK IV Binjai



Gambar 2 Gambar 2:(a) dan (b) melakukan praktik kesehatan tentang perawatan payudara

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### 4.1 Hasil

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim Dosen dan mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai yaitu kegiatan penyuluhan serta demonstrasi Perawatan payudara pada ibu Nifas di Ruang Bougenvile RST Tk IV Binjai pada bulan September 2023 dan mendapatkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sudah dilaksanakan dan membawa dampak yang baik para ibu Nifas dimana mereka mengerti dan memahami bagaimana merawat payudara guna memperlancar produksi ASI. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dimulai dari koordinasi internal pelaksanaan pengabdian bersama beberapa mahasiswa, kemudian koordinasi dengan pimpinan dan perawat/bidan di Ruang Bougenvile RST Tk IV Binjai, serta pelaksanaan pengabdian sampai pada evaluasi dan pembuatan laporan kegiatan pengabdian pada masyarakat.

Sebelum diberikan edukasi tentang perawatan payudara pada ibu nifas dengan benar, tim pengabdi meminta siswa mempersiapkan *leaflet* dan media oleh siswa. Kemudian pengabdi memberikan edukasi tentang penyuluhan perawatan payudara pada ibu nifas. Selain itu, tim pengabdi juga menggunakan peragaan untuk tahap-tahap perawatan payudara yang baik untuk memperlancar produksi ASI. Pengabdi dibantu tim untuk mendampingi masing masing siswa agar siswa dapat mengerti, memahami dan melakukan dengan benar.

Setelah diberikan edukasi, tim pengabdi melakukan evaluasi (*post test*) pada September 2023 untuk melihat pemahaman siswa terhadap materi yang telah diberikan.

#### 4.2 PEMBAHASAN

Berdasarkan evaluasi yang dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinu untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang tentang manfaat merawat payudara pada ibu Nifas di Rumah sakit maupun di masyarakat guna memperlancar produksi ASI sehingga para ibu nifas bias memberikan ASInya secara eksklusif .

### 5.PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Pengabdian masyarakat dengan topik “Penyuluhan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di RST Tk IV Binjai” telah terlaksana dengan baik. Sambutan ibu nifas, dokter, bida dan perawat ruangan sangat baik dan mengharapkan kegiatan serupa dilaksanakan secara rutin. Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan, para ibu nifas sudah mengetahui dan memahami tentang penyuluhan perawatan payudara dan berdampak positif bagi ibu nifas dan masyarakat pada umumnya dalam meningkatkan pengetahuan dibidang kesehatan. Dengan diberikannya edukasi dan leaflet para ibu nifas di Ruang Bougenvile RST Tk IV Binjai sudah dapat memahami dan mengaplikasikannya di kehidupan sehari-hari.

#### 5.2 Saran

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda agar para ibu Nifas dapat mengetahui dan mampu merawat payudaranya. Diharapkan semua peserta penyuluhan dapat berperan aktif dalam menyampaikan informasi mengenai permasalahan yang terjadi atau yang dialami, sehingga penyuluhan dapat berjalan dengan baik dan mampu menuntaskan permasalahan yang terjadi pada masyarakat.

### DAFTARPUSTAKA

1. Anggraini, M. H. (2020). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Post Partum Ny. M Dengan Bendungan Asi Di Wilayah Puskesmas Karang Taliwang. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Post Partum Dengan Asidi.
2. Apriani, S. (2021). Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sakra. JurnalMedika Hutama, 02(02), 439–447.
3. Astarani, K., Idris, D. N., Dkk (2019). Keperawatan Maternitas Dan Anak(Aplikasi Pijat Oksitosin Untuk Kecukupan Asi). Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Dengan Ketidak efektifan Pemberian Asi Di Rs Panti Waluya Sawahan, 6(1), 114 Halaman.Dwikusharini20@Gmail.Com%0awww.Dinkesjatengprov.Go.Id
4. Hartati,D.,Yulizar,&Turiyani.(2018). Hubungan Posisi Menyusui, Kelainan Putting Susu, Perawatan Payudara Terhadap Terjadinya Bendungan Asi Di Rumah Sakit Umum Daerah Banyuasin. 31–39.
5. Maryati, & Sari, I. P. (2018). Kejadian Bendungan Asi Pada Ibu Nifas. Jurnal Antara Kebidanan, 1.Suryanti,Y., Restianda,L.,&Arzella,S. (2021). Penyuluhan Konseling Mitos Dan Fakta Masa Nifas. Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(2),418–423.Https://Doi.Org/10.31004/Cdj.V2i2.1856