

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM KEBIDANAN

PERAWATAN PAYUDARA UNTUK PERSIAPAN MENYUSUI PUSKESMAS KELURAHAN JOHAR BARU 2

Ni Nyoman Sri Artina Dewi¹, Yuni Istiananingsih², Edra Margaretha Milenia³

Prodi Kebidanan, STIKes Sint Carolus^{1,2,3}

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima: 20 April 2021

Disetujui: 28 April 2021

KONTAK PENULIS

Ni Nyoman Sri A. D
Prodi Kebidanan,
STIKes Sint Carolus

ABSTRAK

Pendahuluan: Air susu ibu (ASI) adalah makanan atau nutrisi yang terbaik untuk bayi yang merupakan emulsi lemak dalam larutan protein. Perawatan payudara dalam persiapan laktasi adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya. Dampak negatif dapat timbul jika tidak dilakukan perawatan payudara sedini mungkin, meliputi : puting susu terpendam, anak susah menyusui, ASI lama keluar, produksi ASI terbatas, pembengkakan payudara, payudara meradang, payudara kotor, ibu belum siap menyusui, kulit payudara terutama puting akan mudah lecet.

Metode: Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan peningkatan pengetahuan tentang pentingnya perawatan payudara dalam persiapan pemberian ASI.

Hasil: Hasil kegiatan tersebut didapatkan peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya perawatan payudara dalam persiapan pemberian ASI.

Kesimpulan: Pendampingan dan edukasi terkait pelayanan kesehatan khususnya perawatan payudara untuk keberhasilan menyusui adalah hal penting yang harus diketahui ibu hamil

Kata Kunci: Pengetahuan, penyuluhan, perawatan payudara

1. PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) adalah makanan atau nutrisi yang terbaik untuk bayi yang merupakan emulsi lemak dalam larutan protein. (Trisnawati dan Distrilia, 2018). Sejumlah riset menunjukkan bahwa bayi

yang diberi ASI lebih jarang terkena infeksi pernafasan, infeksi telinga, infeksi saluran kemih, alergi, asma dll. (Dalam penelitian yang dilakukan Manungkalit M,dkk tahun 2019 menyatakan bahwa bayi usia kurang dari

6 bulan yang mendapat ASI eksklusif hanya sebesar 38,0% tahun 2013 yang targetnya 50% pada tahun 2019. Menurut Pusdatin, target pencapaian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2015 belum tercapai begitu juga dengan data yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan RI. Tahun 2015, bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif dibawah 6 bulan sebesar 41%, bayi umur 4-5 bulan yang diberikan ASI eksklusif sebesar 27% dan yang memberikan ASI sampai dengan anak umur 2 tahun sebesar 55%. Hal ini masih jauh dari target yang dicanangkan, sehingga diperlukan usaha – usaha lain dilakukan untuk keberhasilan pencaipaan target ini. (Sihombing,2018)

Upaya peningkatan pemberian ASI juga dilakukan oleh pemerintah yaitu dimana pemerintah mensosialisasikan pemberian ASI dini yang dicanangkan oleh Presiden RI pada peringatan Hari Ibu tanggal 22 Desember 1990 yang bertemakan “ Dengan ASI kaum ibu mempelopori peningkatan kualitas manusia Indonesia” dengan Gerakan Nasional Peningkatan Penggunaan Air Susu Ibu (GNPPASI). Haerianty N. 2010.

Perawatan payudara adalah salah satu upaya yang penting yang harus diperhatikan dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Hal ini karena payudara satu- satunya penghasil ASI yang merupakan makanan bayi baru lahir sehingga dilakukan sedini mungkin. Tetapi pada kenyataannya banyak ibu hamil mengabaikan perawatan payudara. Ini dikarenakan ibu malas atau sesungguhnya ibu belum mengetahui manfaatnya. Pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap perawatan payudara sangat menunjang ibu setelah bersalin,

sehingga dapat memberikan ASI eksklusif pada bayi. (Darsina, 2013).

Perawatan payudara dalam persiapan laktasi adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya. Payudara perlu dipersiapkan sejak masa kehamilan sehingga bila bayi lahir dapat segera berfungsi dengan baik pada saat diperlukan. Pengurutan payudara untuk mengeluarkan sekresi dan membuka duktus dan sinus lacteriforus sebaiknya dilakukan secara hati-hati dan benar karena pengurutan yang salah dapat menimbulkan kontraksi pada rahim sehingga terjadi kondisi seperti pada uji kesejahteraan janin menggunakan uterotonika. Basuhan lembut setiap hari pada areola dan puting susu akan dapat mengurangi retak dan lecet pada area tersebut tetapi perlu diingat setelah usia kehamilan lebih 34 minggu. (Haerianty N. 2010).

Dampak negatif dapat timbul jika tidak dilakukan perawatan payudara sedini mungkin. Dampak tersebut meliputi : puting susu terpendam, anak susah menyusui, ASI lama keluar, produksi ASI terbatas, pembengkakan payudara, payudara meradang, payudara kotor, ibu belum siap menyusui, kulit payudara terutama puting akan mudah lecet. (Darsina, 2013).

Hasil penelitian lainnya menunjukkan bahwa dalam satu tahun rata-rata empat juta jiwa bayi berusia 28 hari meninggal. Jika semua bayi di dunia segera diberi kesempatan menyusu sendiri dengan membiarkan kontak kulit ibu ke kulit bayi setidaknya selama satu jam maka satu juta nyawa ini dapat diselamatkan (Roesli U., 2002).

Perawatan payudara diberikan pada saat melakukan pemeriksaan antenatal

care. Tujuan dari pemeriksaan ante natal care (ANC) adalah menyediakan pelayanan antenatal yang terpadu, komprehensif serta berkualitas, memberikan konseling kesehatan dan Gizi ibu hamil, konseling KB dan pemberian ASI. Dalam keadaan pandemik seperti saat ini yaitu dari data yang dikeluarkan oleh Data pemantauan Covid-19 DKI Jakarta menyatakan bahwa angka covid-19 yang positif di DKI Jakarta sebanyak 470.648 kasus dan menimbulkan keterbatasan ibu hamil dalam menerima pelayanan kesehatan, yaitu keterbatasan ibu hamil untuk mendapatkan pelayanan untuk melakukan antenatal care. Adanya pembatasan kunjungan ibu hamil dalam melakukan pemeriksaan kehamilannya hal ini berdampak pula pada pelayanan dalam perawatan payudara untuk persiapan menyusui.

2. METODE

Kegiatan penyuluhan ini berlangsung pada tanggal 20/11/20 pada pukul 13.30 WIB hingga 14.30 WIB. Sebelum kegiatan dimulai ada kegiatan penyuluhan dimulai ada pendampingan konseling yang dilakukan sejak tanggal 09 November 2020 hingga 19 November 2020 melalui whatsapp. Kegiatan penyuluhan perawatan payudara ini dilakukan dalam 3 tahapan kegiatan, yaitu pertama pengkajian data yang dimulai dari tanggal 09 November dimana berisi data identitas peserta serta riwayat kesehatan dan pengkajian tentang kehamilan saat ini. Tahap kedua pembentukan group WA dengan nama Konseling Pendampingan perawatan payudara pada ibu hamil. Dan tahap ketiga penyuluhan menggunakan *Zoom Cloud Meeting*.

3. HASIL

Peserta penyuluhan ini sebanyak 44 orang yang terdiri dari Ibu Hamil, Kader Kesehatan dan Puskesmas di Kelurahan Johar Baru 2.

Tabel 1. Data Pre Test Peserta Penyuluhan

Pertanyaan	Tepat (%)	Tidak Tepat (%)
Pertanyaan 1	77,1	32,9
Pertanyaan 2	94,3	95,7
Pertanyaan 3	61,8	83,2
Pertanyaan 4	88,2	11,8
Pertanyaan 5	82,4	17,6
Pertanyaan 6	69,7	30,3
Pertanyaan 7	73,5	26,5
Pertanyaan 8	77,1	22,9
Pertanyaan 9	70,6	29,4
Pertanyaan 10	60	40

Tabel 2. Data Post Test Peserta Penyuluhan

Pertanyaan	Tepat (%)	Tidak Tepat (%)
Pertanyaan 1	78,6	21,4
Pertanyaan 2	92,9	7,1
Pertanyaan 3	85,7	14,3
Pertanyaan 4	92,9	7,1
Pertanyaan 5	92,9	7,1
Pertanyaan 6	92,9	7,1
Pertanyaan 7	85,7	14,3
Pertanyaan 8	100	0
Pertanyaan 9	100	0
Pertanyaan 10	85,7	14,3

Hasil kegiatan penyuluhan kepada masyarakat terkhususnya Ibu Hamil, Kader Kesehatan dan Puskesmas di Kelurahan Johar Baru 2 terjadi peningkatan yang signifikan yaitu pada

pertanyaan 8 dan 9 dikarenakan seluruh peserta dapat menjawab dengan benar.

4. PEMBAHASAN

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, didapatkan hasil post test bahwa rata-rata peningkatan pengetahuan responden meningkat rata-rata 20%. Pelaksanaan pendidikan kesehatan menggunakan video melalui *zoom cloud meeting* sebagai media pembelajaran yang ditayangkan untuk ibu hamil. Berdasarkan hasil penelitian Idris dan Enggar (2019) bahwa ada pengaruh penyuluhan ASI Eksklusif dengan audio visual terhadap pengetahuan ibu hamil. Berdasarkan analisis peneliti, bahwa penggunaan audio visual dalam memberikan penyuluhan sangat mempermudah seseorang dalam menerima suatu informasi sehingga meningkatkan pengetahuan. Hal tersebut dikarenakan penggunaan audio visual selain memperlihatkan gambar namun juga memberikan efek suara, sehingga indera penglihat dan indera pendengar bekerja secara bersama dan membuat otak bekerja lebih baik untuk penyerapan suatu informasi. Penyuluhan yang dilakukan kepada ibu hamil diharapkan saat ibu hamil tersebut melahirkan, ibu memiliki motivasi untuk langsung memberikan bayinya ASI. Semakin baik pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara, maka ibu hamil akan siap menghadapi masa laktasi. Menurut Azwar (2014), hal tersebut terjadi karena pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi perilakunya. Perilaku kesiapan menghadapi masa laktasi tergantung dari pemahaman individu tentang suatu hal tersebut, sehingga akan mendorong individu melakukan perilaku

tertentu pada saat dibutuhkan. Ibu hamil sebagai responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki pengetahuan tentang persiapan untuk laktasi setelah diberikan penyuluhan dan termotivasi untuk melakukan persiapan tersebut dan selalu aktif dengan berdiskusi untuk dengan selalu aktif berdiskusi untuk mendapatkan informasi yang tepat.

5. KESIMPULAN

Ibu – ibu hamil ternyata memiliki pengetahuan yang kurang cukup dalam manfaat perawatan payudara untuk persiapan menyusui, proses menyusui tidak hanya dilakuakn pada saat bayi lahir namun sebelum itu sudah dilakuakn persiapan, terlebih dalam kondisi pandemic seperti sekarang ini dimana pelayanan kesehatan dibatasi guna mencegah terjadinya penularan Covid-19. Pendampingan dan edukasi terkait pelayanan kesehatan khususnya perawatan payudara untuk keberhasilan menyusui adalah hal penting yang harus diketahui ibu hamil.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, (2014) Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Darsina. 2013. *Faktor Yang Mempengaruhi Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Meureubo*. UNiversitas Teuku Umar Meulaboh Aceh Barat.
- Data pemantauan Covid-19 DKI Jakarta. 2020
- Haerianty.N. 2010. *Hubungan Perawatan Payudara dengan Dengan Produksi ASI pada Ibu Nifas di RSUD Sinjai*.

- Idris dan Enggar (2019). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Audio Visual tentang ASI Eksklusif terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil di Puskesmas Singgani Kota Palu. Article history: Submitted: 2019-03-06 Accepted: 2019-04-16 Published: 2019-04-22
- Pemeriksaan Kehamilan di masa pandemic Covid-19. Kompas.com
- POGI. 2020. *Rekomendasi Penanganan virus Covid -19 pada Maternal*. Perkumpulan Obstetri dan Ginekologi Indonesia.
- Roesli Utami, 2002. *Asi Eksklusif*. Jakarta : Trubus Agrundaya.
- Trisnawati,E dan Distrilia A. 2018. *Perawatan Payudara Sebagai Treatment Kelancaran ASI*. *Buletin AL Ribaath*, Universitas Muhammadiyah Pontianak. Vol. 15 No. 2, Desember 2018, Hal 41-49