

BREAST CARE PADA IBU HAMIL DI DESA PASIR KEMILU TAHUN 2022

¹⁾Anjeli Ratih Syamlingga Putri, ²⁾Yopi Wulandhari

¹⁾²⁾ Program Studi D3 Kebidanan Institusi Teknologi dan Bisnis Indragiri
Jl. H.Syarief, Rantau Mapesai, Rengat

¹²⁾E-mail: anjeliratih1593@gmail.com, yopiade13@gmail.com

Riwayat Artikel:

Dikirim: 12.12.2022

Direvisi 14.12.2022

Diterima: 16.12.2022

Abstraksi: Perawatan payudara (*Breast Care*) pada masa kehamilan adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya. Perawatan payudara sebaiknya dilakukan selama masa kehamilan yaitu pada usia kehamilan 18 minggu sampai usia kehamilan 40 minggu (*Trimester II dan III*). Pada kegiatan ini dilakukan penyuluhan tentang teknik perawatan payudara pada ibu hamil di Desa Pasir Kemilu dengan teknik demonstrasi menggunakan pantom untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara. Sasaran demonstrasi ini adalah ibu hamil yang berada di Desa Pasir Kemilu sebanyak 12 orang. Hasil pengabdian masyarakat ini didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu hamil tentang teknik perawatan payudara.

Abstract : Perawatan payudara (*Breast Care*) pada masa kehamilan adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya. Perawatan payudara sebaiknya dilakukan selama masa kehamilan yaitu pada usia kehamilan 18 minggu sampai usia kehamilan 40 minggu (*Trimester II dan III*). Pada kegiatan ini dilakukan penyuluhan tentang teknik perawatan payudara pada ibu hamil di Desa Pasir Kemilu dengan teknik demonstrasi menggunakan pantom untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara. Sasaran demonstrasi ini adalah ibu hamil yang berada di Desa Pasir Kemilu sebanyak 12 orang. Hasil pengabdian masyarakat ini didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu hamil tentang teknik perawatan payudara.

Kata Kunci:

Perawatan payudara, Breast Care, ibu hamil

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan masa yang menggembirakan bagi calon orang tua dan keluarga. Calon orang tua terutama calon ibu perlu memiliki pengetahuan dan kesiapan untuk hamil, melahirkan dan menyusui anak (Dewi, 2021). Oleh karena itu, Perawatan antenatal yang baik yaitu dengan memberikan perhatian yang khusus pada persiapan payudara serta putting susu dalam mengantisipasi permasalahan pemberian Air Susu Ibu pada bayi. Terdapat kesulitan psikologis maupun kesulitan fisik yang mencegah ibu menyusukan bayinya. Persiapan psikologis ibu untuk menyusui pada saat kehamilan sangat berarti, karena keputusan atau sikap ibu yang positif harus sudah ada pada saat kehamilan atau bahkan jauh sebelumnya. Sikap ibu dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain adat/ kebiasaan atau kepercayaan menyusui didaerah masing-masing., pengalaman menyusui sebelumnya, pengetahuan tentang manfaat Air Susu Ibu, kehamilan diinginkan atau tidak. Dukungan dari perawat atau petugas kesehatan, teman atau kerabat dekat sangat dibutuhkan terutama pada ibu yang pertama kali hamil. Cara terbaik dalam mempersiapkan pemberian Air Susu Ibu adalah keadaan kejiwaan ibu yang sedapat mungkin tenang dan tidak menghadapi banyak masalah (Dewi, 2021)

Perawatan payudara (*Breast Care*) pada masa kehamilan adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui inantinya. Perawatan payudara perlu dipersiapkan sejak masa kehamilan sehingga bila bayi lahir dapat segera berfungsi dengan baik pada saat diperlukan. Perawatan payudara juga sangat membantu keberhasilan dalam pemberian ASI dini, yang mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif. Pemeriksaan payudara bertujuan untuk mengetahui lebih dini adanya kelainan, sehingga diharapkan dapat dikoreksi sebelum persalinan. Pengetahuan ibu tentang pentingnya Perawatan Payudara dan pemberian ASI sangat penting untuk kelancaran ASI. Saat ini banyak ibu menyusui yang mengalami putting susu lecet. Putting susu lecet diakibatkan karena jarang dibersihkan dan posisi menyusui yang salah. (Retnaningtyas et al., 2022)

Selain itu, perawatan payudara dapat merangsang kelenjar-kelenjar payudara sehingga mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI dan hormone oksitosin mempengaruhi pengeluaran ASI. Selain itu, perawatan payudara bertujuan agar payudara senantiasa bersih dan mudah untuk diisap oleh bayi (Nurhati, 2009).

Perawatan payudara sebaiknya dilakukan selama masa kehamilan yaitu pada usia kehamilan 18 minggu sampai usia kehamilan 40 minggu (Trimester II dan III) dan bukan sesudah persalinan (Geniofan, 2010). Hasil survey pendahuluan yang dilakukan terhadap 2 ibu hamil di Desa Pasir Kemilu mengatakan bahwa belum pernah mendapatkan informasi mengenai perawatan payudara. Berdasarkan alasan diatas maka saya tertarik untuk melakukan Pengabdian Masyarakat tentang Penyuluhan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil di Desa Pasir Kemilu Rengat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu Taggal 19 November 2022 bertempat di Pustu Desa Pasir Kemilu Rengat. Sasaran kegiatan ini adalah ibu hamil trimester

yang bertempat tinggal di Desa Pasir Kemilu sebanyak 12 orang. Metode kegiatan yang digunakan dalam pengabdian ini adalah berupa pelatihan cara perawatan payudara pada ibu hamil di Desa Pasir kemilu Rengat. Alat yang digunakan berupa alat peraga (phantom). Kegiatan evaluasi dilaksanakan pada tanggal 19 November 2022 pukul 10.00 WIB dengan sasaran yang sama. Para ibu hamil masing-masing diberikan kuisisioner sebelum dan sesudah penyuluhan tentang cara perawatan payudara, kemudian pelaksana menilai kuisisioner sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Seluruh kegiatan berjalan lancar, semua ibu hamil bisa memahami dan mendapatkan pengetahuan tentang perawatan payudara.

HASIL

Setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan cara perawatan payudara pada ibu hamil dan ibu menyusui, dilakukan tanya jawab dan diskusi dengan para ibu hamil dan menyusui tentang metode, cara serta trik agar siap dan lancar dalam menyusui sehingga dapat menghasilkan produksi ASI yang baik. Setelah mendengarkan tentang perawatan payudara, para ibu hamil telah mengetahui dan memahami cara dan metode dalam perawatan payudara yang di tandai dengan peningkatan pengetahuan ibu melalui kuisisioner yang diberikan saat sebelum dan sesudah penyuluhan. Berikut adalah hasil dari penyuluhan perawatan payudara pada ibu hamil di Desa Pasir Kemilu Rengat.

Tabel 1. Deskripsi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Di Desa Pasir Kemilu Rengat

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre	12	40	65	53.33	7.487
Post	12	65	80	72.08	4.981
Valid N (listwise)	12				

Sumber: Data Primer Tahun 2022

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan perawatan payudara mempunyai nilai rata-rata (*mean*) 53.33 dengan nilai Std. Deviasi 7.487 dan setelah diberikan penyuluhan perawatan payudara yaitu sebesar 72.08 dengan nilai Std. Deviasi 4.981.

FOTO KEGIATAN



SURAT TUGAS
 Nomor : 005 /P3M/ITBIN/RGT/XI/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini:

NAMA : **Suwaji, SE. MM**
 NIDK : 1022097401
 JABATAN : Kepala P3M Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri

Menugaskan kepada:

No	Nama	NIDN	Jabatan	Alamat
1	Anjeli Ratih Syamlingga Putri, STR. Keb., M.Keb.	1015119304	Dosen	Rengat
2	Riska Fitri Dewi	140119211209	Mahasiswa	Rengat
3	Ratih Sulastri	140119211207	Mahasiswa	Rengat

Untuk melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) pada:

Hari : Sabtu
 Tanggal : 19 November 2022
 Tempat : Desa Pasir Kemilu - Rengat
 Judul : Demonstrasi perawatan payudara pada ibu hamil didesa Pasir Kemilu wilayah Kerja Puskesmas Sipayung

Demikianlah Surat Tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan dengan penuh tanggungjawab.

Rengat, 18 November 2022

PUSAT PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (P3M)

Kepala,

SUWAJI, SE. MM
 NIDN. 1022097401





DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan perawatan payudara mempunyai nilai rata-rata (*mean*) 53.33 dan setelah diberikan penyuluhan perawatan payudara yaitu sebesar 72.08 yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil sebesar 19.00.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Ulfah Farrah Lisa di Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh tahun 2018 ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil trimester III dengan cara perawatan payudara, karena seorang wanita yang mempunyai pengetahuan yang luas akan lebih tahu manfaat cara perawatan payudara selama masa kehamilan (Lisa & Putri, 2019).

Oleh karena itu, hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini secara garis besar penyuluhan kesehatan mengenai "Perawatan Payudara pada ibu hamil", dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang: pengertian perawatan payudara, tujuan perawatan payudara, manfaat perawatan payudara, pengertian ASI, manfaat ASI, persiapan alat perawatan payudara dengan lengkap dan benar dan melaksanakan cara perawatan payudara dengan benar C.Wulandari,(2018).

Melalui kegiatan ini ibu hamil dapat mengambil keputusan dalam memanfaatkan fasilitas layanan kesehatan dimasyarakat khususnya di Desa pasir Kemilu dalam upaya memaksimalkan cakupan ASI eksklusif (Rusmini, 2018). Hal tersebut terbukti dari Rekap hasil Kuesioner sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan .

KESIMPULAN

Penyuluhan pada ibu hamil dilakukan di Desa Pasir Kemilu. Kegiatan penyuluhan teknik perawatan payudara pada Ibu hamil terbukti dapat peningkatan pengetahuan pada ibu hamil dengan nilai mean sebelum penyuluhan 53.33 dan meningkat setelah penyuluhan menjadi 72.08. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan ibu hamil bisa menyusui dengan benar dan memberikan ASI Eksklusif. Kegiatan penyuluhan selanjutnya lebih ditekankan pada pentingnya ASI eksklusif untuk tumbuh kembang Bayi.

PENGAKUAN

Ucapan terima kasih penulis ucapkan kepada Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri dan Pihak UPTD Puskesmas Sipayung serta pihak-pihak terkait yang telah memfasilitasi dan membantu berjalannya kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- C.Wulandari,(2018)“Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Post Partum Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di Desa Galak Ponorogo.” J. Delima Harapan, vol. 9, no. 8, pp. 101–108
- Dewi Sri Sartika Sari., (2021). Penyuluhan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Di Desa Labuhan Rasoki. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)* Vol.3 No. 2 Agustus 2021
- Komang Rusmini, P.,& Asi, M. (2018). Hubungan Peran Gender Dengan Pengambilan Keputusan Pelayanan Kebidanan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Landonu Tahun 2018 (Doctoraldissertation, Poltekkes Kemenkes Kendari).
- Lisa, U. F., & Putri, M. (2019). Pengaruh Demonstrasi Terhadap Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga Di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 40–45. <https://doi.org/10.22435/jpppk.v3i1.868>
- Nurhati, M. (2009). Kehamilan dan Persiapan Persalinan. Jakarta : Garamond
- Retnaningtyas, E., Suhita, B. M., Febriani, N., Martiana, Serianti, Noviyanti, & Selviana. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Edukasi Mengenai Teknik Perawatan Payudara dan Manfaat Asi. *ADI Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 38–43. <https://doi.org/10.34306/adimas.v3i1.808>