



Pelatihan Perawatan Payudara pada Ibu Menyusui di Dusun Robokan, Kelurahan Padangsambian, Denpasar Barat

Ni Ketut Ayu Sugiartini¹, Ni Made Ari Febriyanti²

¹Kebidanan/DIII-Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kartini Bali, Indonesia, 80233

E-mail:* ayusugiartini87@yahoo.com

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v3i1.808>

Info Artikel:

Diterima :
2022-01-18

Diperbaiki :
2022-03-16

Disetujui :
2022-03-18

Kata Kunci: Pelatihan,
Perawatan Payudara, Ibu
Menyusui

Abstrak: Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah melaksanakan pelatihan perawatan payudara yang dimulai dari kehamilan sampai menyusui. Adapun metode yang dilakukan adalah kelas ibu hamil yang diberikan secara langsung kepada masyarakat khususnya ibu hamil dan ibu menyusui tentang perawatan payudara. Peserta dalam program pengabdian ini adalah ibu hamil trimester III yang mengikuti kelas ibu hamil di Dusun Robokan Kelurahan Padangsambian Denpasar Barat. Diharapkan setelah diberikan pelatihan ibu hamil dan ibu menyusui mampu untuk melaksanakan perawatan payudara.

Abstract: This service aims to provide training in breast care during pregnancy and lactation. The method used in this service is to provide training in breast care during pregnancy and offline breastfeeding during the class of pregnant women. Participants in this service program are third trimester pregnant women who attend classes for pregnant women in Robokan Hamlet, Padangsambian Village, West Denpasar. After being given training, pregnant and lactating women are able to carry out breast care.

Keywords: Training, Breast Care, Breastfeeding Mother

Pendahuluan

Data tahun 2019 yang diperoleh dari Departemen Kesehatan menyebutkan bahwa pemberian Air Susu Ibu (ASI) memiliki peran yang besar dalam menurunkan angka kematian bayi beserta prevalensi gizi kurang pada anak balita. *World Health Organization (WHO)* menyebutkan 60% kematian balita langsung maupun tidak langsung disebabkan salah satunya oleh kurang gizi serta dua per tiga dari kematian

yang disebutkan penyebabnya adalah pemberian makanan yang kurang tepat dan benar pada bayi dan anak (RI 2020).

Data survei (CDC 2014) di Amerika menunjukkan data bahwa bayi yang diberikan ASI eksklusif sampai umur 3 bulan sebesar 40,7%, 18,8% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif hingga usia 6 bulan. Data Kemenkes, (2020) menunjukkan cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2019 sebesar 67,74%, cakupan ASI eksklusif di Bali sebesar 56,95% dan cakupan di Kota Denpasar sebesar 60% dan menegaskan bahwa cakupan tersebut lebih rendah dibandingkan dengan kabupaten lainnya (Bali 2019).

Pengetahuan, sikap, perilaku, ketersediaan fasilitas dan dukungan keluarga (septiani, hanulan, budi arta 2012) merupakan beberapa faktor yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif kepada bayi. Perilaku perawatan payudara dalam hal ini ibu hamil sebagai persiapan menyusui dan ibu nifas yang memberikan ASI kepada bayinya (Trisnawati and Distrilia 2019).

Perawatan payudara merupakan salah satu upaya yang dilakukan dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Hal ini disebabkan oleh payudara adalah penghasil ASI yang merupakan makanan utama bagi bayi serta penting diberikan sejak dini. Sikap Ibu malas untuk melaksanakan perawatan payudara karena tidak ada dukungan dari suami serta tidak mampu untuk melaksanakan perawatan payudara merupakan salah satu faktor penyebabnya. (Kumalasari 2015) manfaat perawatan payudara mampu menjaga serta memelihara kebersihan payudara, melenturkan atau melemaskan area puting susu, menurunkan resiko lecet ketika menyusui, merangsang produksi ASI serta mencegah atau menghindari terjadinya penyumbatan payudara.

Berdasarkan hal tersebut diatas maka perlu dilakukan pelatihan perawatan payudara untuk persiapan ibu hamil menyusui dan ibu yang sudah menyusui bayinya sehingga dapat tercapainya pemberian ASI Eksklusif.

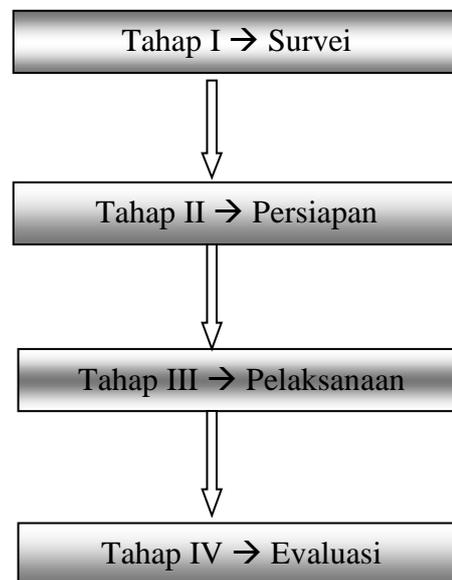
Metode

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Posyandu di Dusun Robokan kelurahan Padangsambian, Denpasar Barat pada bulan Nopember 2021. Adapun pihak yang terlibat dalam kegiatan ini adalah tim penyuluh, ibu hamil dan ibu menyusui dengan jumlah 10 orang, kader posyandu dan bidan dari Puskesmas.

Kegiatan penyuluhan ini terbagi dalam beberapa tahapan yaitu:

1. Observasi : observasi ini dilakukan secara langsung ke lapangan terkait masalah apa yang terjadi di Dusun Robokan khususnya masalah ruang lingkup Kesehatan Ibu dan Anak. Adapun tujuan dari observasi ini adalah melihat secara langsung masalah yang ada di lapangan
2. Pelatihan : pelaksanaan pelatihan tentang perawatan payudara pada ibu menyusui, manfaat perawatan payudara dan langkah-langkah perawatan payudara pada ibu menyusui.

Pelatihan ini melewati beberapa tahapan kegiatan antara lain tahap pengenalan dilakukan survey lapangan tempat pengabdian masyarakat. Tahap kedua yaitu persiapan dimana menyiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan kegiatan pelatihan. Tahap ketiga yaitu tahap pelaksanaan kegiatan (pelatihan) yakni memberikan pelatihan kepada ibu menyusui dan ibu hamil di Dusun Robokan, Kelurahan Padangsambian, Denpasar Barat. Tahap terakhir yaitu tahap evaluasi yaitu melakukan evaluasi terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Adapun tahapan kegiatan diatas dapat dilihat dalam gambar berikut ini:



Gambar I: Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian Kepada Masyarakat ini terlaksana oleh karena kerja sama dengan Puskesmas I Denpasar Barat, Kota Denpasar, Provinsi Bali. Kegiatan ini

dilaksanakan di Dusun Robokan Kelurahan Padangsambian, Denpasar Barat dihadiri oleh 10 orang. Materi yang diberikan antara lain manfaat perawatan payudara dan langkah-langkah perawatan payudara pada ibu menyusui. Persiapan kegiatan ini adalah dengan meminta ijin terlebih dahulu untuk melaksanakan evaluasi sebelum dilaksanakan pelatihan, menyiapkan alat dan bahan untuk pelaksanaan pelatihan, serta melaksanakan evaluasi akhir tentang perawatan payudara. Pelatihan dilaksanakan selama satu hari dan berlangsung dua jam, diikuti dengan antusias oleh peserta dimana banyak peserta yang bertanya dan mampu melaksanakan praktik perawatan payudara.



Gambar 4.1 Kegiatan Pelatihan Perawatan Payudara pada Ibu Menyusui dan Ibu Hamil

Pelatihan dilaksanakan dengan mempraktikkan bagaimana merawat payudara, membagikan poster dan melakukan evaluasi kepada responden terkait perawatan payudara. Hal ini bertujuan agar ibu hamil dan ibu menyusui dapat melakukan perawatan payudara di rumah masing-masing. Adapun data hasil pretest dan posttest sebagai berikut:

Tabel 1. Data Pre Test Praktik Peserta

Pertanyaan	Mampu (%)	Tidak Mampu (%)
Pertanyaan 1	70,2	29,8
Pertanyaan 2	80,4	19,6
Pertanyaan 3	62,2	37,8
Pertanyaan 4	73,5	26,5
Pertanyaan 5	80	20

Pertanyaan 6	74	29
Pertanyaan 7	70,6	29,4
Pertanyaan 8	69,5	30,5
Pertanyaan 9	60	40
Pertanyaan 10	72,5	27,5

Tabel 2. Data Post Test Praktik Peserta

Pertanyaan	Mampu (100%)	Tidak mampu (%)
Pertanyaan 1	91	9
Pertanyaan 2	96,4	3,6
Pertanyaan 3	88,4	11,6
Pertanyaan 4	96,2	3,8
Pertanyaan 5	96,2	3,8
Pertanyaan 6	90,4	9,6
Pertanyaan 7	97,7	2,3
Pertanyaan 8	100	0
Pertanyaan 9	100	0
Pertanyaan 10	100	0

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan praktik dan kemampuan peserta tentang perawatan payudara. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Kania and Wardani 2021) ada peningkatan keterampilan dari responden setelah evaluasi (22,5%). Kegiatan pelatihan payudara pada ibu hamil trimester III untuk mempersiapkan ibu hamil dalam pemberian ASI Eksklusif pada masa nifas. Penelitian (Pada, Hamil, and Iii 2013) yang dilakukan di Puskesmas Meurebo Kabupaten Aceh Barat pada tahun 2013, hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dan perilaku ibu hamil dalam perawatan payudara.

Penelitian lain oleh (Lisa and Putri 2019) Kuala Banda Aceh pada tahun 2018 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan cara perawatan payudara.



Gambar 4.2 Keterlibatan Mahasiswa, Kader dan Pihak Puskesmas

Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peserta dalam program pengabdian ini sangat antusias mengikuti kegiatan ini dan rutin dilaksanakan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah membantu ibu hamil dan ibu nifas dalam mempraktikkan perawatan payudara dan mampu menerapkan di rumah.

Ucapan Terima Kasih

Dalam kesempatan ini saya ingin mengucapkan terimakasih banyak kepada pihak Puskesmas I Denpasar Barat yang mendukung penuh dalam kegiatan ini, Bapak Kepala Dusun beserta kader yang sudah memfasilitasi dalam mengumpulkan peserta, Ibu Hamil dan Ibu Menyusui yang sudah hadir dalam pengabdian masyarakat, serta civitas akademika Politeknik Kesehatan Kartini Bali yang sudah mendukung dalam menyukkseskan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Referensi

Bali, Dinas kesehatan Provinsi. 2019. "Profil Kesehatan Provinsi Bali."

CDC. 2014. "Center for Disease Control and Prevention (CDC)."

- Kania, Ika, and Fatdo Wardani. 2021. "Pelatihan Cara Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2021" 5: 115–19.
- Kumalasari, Intan. 2015. *Panduan Praktik Laboratorium Dan Klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Post Natal, Bayi Baru Lahir Dan Kontrasepsi*. Salemba Medika.
- Lisa, Ulfa Farrah, and Mutia Putri. 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* 3, no. 1: 40–45. <https://doi.org/10.22435/jpppk.v3i1.868>.
- Pada, Payudara, I B U Hamil, and Trimester Iii. 2013. "Meureubo Kabupaten Aceh Barat Tahun 2013 Proposal Skripsi Disusun Oleh : Darsina Nim : 07C10104026 Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat."
- RI, Kementerian Kesehatan. 2020. "Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019."
- septiani, hanulan, budi arta, Karbito. 2012. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Oleh Ibu Menyusui Yang Bekerja Sebagai Tenaga Kesehatan." *Aisyah Jurnal Ilmu Kesehatan* 2 2: 159–74.
- Trisnawati, Elly, and Amanda Distrilia. 2019. "Perawatan Payudara Sebagai Treatment Kelancaran Asi." *Jurnal Buletin Al-Ribaath* 15, no. 2: 41. <https://doi.org/10.29406/br.v15i2.1337>.
- WHO. 2003. "World Health Organization."