

Penyuluhan Perawatan Payudara di Desa Tonipa

Nur Ain Dg. Siampe*, Christina Entoh

Prodi D-III Kebidanan Poso, Poltekkes Kemenkes Palu, Poso, Indonesia

*Email: ayinn2600@gmail.com

Kata kunci:

Pengetahuan;
Perawatan payudara;
konseling

Keywords:

Knowledge;
Breast Care;
Counseling

ABSTRAK

Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara yang dilaksanakan, baik oleh ibu post partum maupun di bantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan, karena salah satu tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kelancaran ASI ibu nifas setelah diberikan perawatan payudara. Kegiatan ini dilakukan di desa tonipa pada tanggal 14 oktober 2020. Tujuan kegiatan ini yaitu memperoleh pelayanan kesehatan payudara bagi ibu mendapatkan perawatan payudara dapat mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya. Metode kegiatan ini adalah membagikan leaflet, kemudian melakukan konseling. Sasaran kegiatan ini adalah ibu nifas. Evaluasi ini menggunakan kuesioner pre-post test. Hasil kegiatan diperoleh ada peningkatan pengetahuan ibu. Rata-rata pengetahuan sebelum penyuluhan adalah 65% dan rata-rata setelah penyuluhan 90% kami menyarankan agar ibu lebih rajin lagi melakukan perawatan payudara.

ABSTRACT

Breast care is a breast care procedure that is carried out, either by postpartum mothers or assisted by other people, which is carried out from the first or second day after giving birth, because one of the objectives of this study is to see the fluency of postpartum mother's milk after being given breast care. This activity was carried out in Tonipa Village on October 14, 2020. The purpose of this activity is to obtain breast health services for mothers to get breast care to treat breast disorders early and to make efforts to overcome them. The method of this activity is to distribute leaflets, then conduct counseling. The target of this activity is postpartum mothers. This evaluation uses a pre-post test questionnaire. The result of the activity was an increase in mother's knowledge. The average pre-counseling knowledge was 65% and the average after counseling was 90%, we suggest that mothers be more diligent in breast care.



© 2020 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

PENDAHULUAN

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 puting susu yang masuk ke dalam atau datar. Puting susu demikian sebenarnya bukanlah halangan bagi ibu untuk menyusui dengan baik dengan mengetahui sejak awal, ibu mempunyai waktu untuk mengusahakan agar puting susu lebih mudah sewaktu menyusui. Disamping itu juga

sangat penting memperhatikan kebersihan personal hygiene(Salamun & Minarti, 2019)

Masa nifas (puerperium) adalah waktu yang dimulai setelah placenta lahir dan berakhir kira-kira 6 minggu. Akan tetapi seluruh alat kandungan kembali seperti semula (sebelum hamil) dalam waktu kurang lebih 3 bulan. Pasca melahirkan (masa nifas) merupakan masa atau keadaan selama 6 minggu atau 40 hari. Pada masa ini, ibu mengalami perubahan fisik dan alat-alat reproduksi yang kembali ke keadaan sebelum hamil(Wulan & Gurusinga, 2015)

Konsumsi energi yang dilakukan ibu nifas sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan asupan nutrisi bagi ibu nifas dapat menunjang kelancaran ASI, perawatan payudara penting dilakukan sebagai tindakan yang mendukung kelancaran ASI. Selain itu gizi, perawatan payudara merupakan suatu tindakan perawatan payudara yang dilaksanakan baik oleh ibu post partum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan. Kelancaran ASI dan kecantikan payudara pasca menyusui juga tergantung pada perawatannya(Sari, 2018)

Peningkatan pemberian ASI perlu dilakukan dalam upaya peningkatan kesehatan bagi bayi dan ibu, upaya tersebut dapat dilakukan antara lain dengan cara pemberian ASI dini. Pemberian ASI tanpa makanan lain khususnya pada enam bulan pertama setelah kelahiran disebut dengan menyusui secara eksklusif. Selain itu, pemberian ASI minimal selama 6 bulan juga dapat menghindarkan bayi dari obesitas atau kelebihan berat badan karena ASI membantu menstabilkan pertumbuhan lemak bayi.(Rahmatia et al., 2019). Tujuan kegiatan ini yaitu memperoleh pelayanan kesehatan payudara bagi ibu mendapatkan perawatan payudara dapat mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan di Desa tonipa, pada hari rabu, 14 Oktober 2020. Yang menjadi khalayak sasaran adalah ibu nifas. Untuk prosedur kegiatan yang pertama kami lakukan membagikan leaflet kepada responden, kemudian melakukan konseling tentang perawatan payudara kepada ibu nifas di Posyandu. Setelah melakukan konseling.

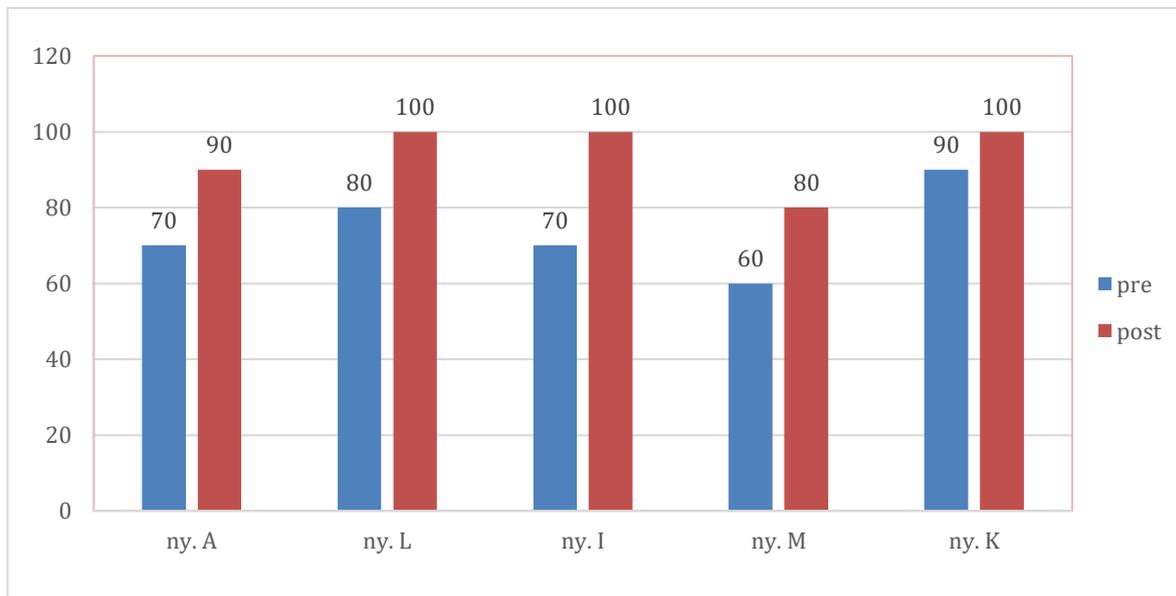
HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang tanda bahaya kehamilan yang dilakukan pada ibu nifas di Desa tonipa. Sebelum dilakukan konseling, masih banyak ibu nifas yang belum paham akan perawatan payudara.



Gambar 1 dan 2 Pembagian Kuesioner/leaflet dan pembagian foto bersama kader

Hasil penyuluhan tentang perawatan payudara yang benar kepada ibu balita dilakukan melalui pemberian leaflet lalu memberikan kuesioner 10 pernyataan tentang perawatan payudara.



Dari grafik di atas terlihat perubahan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara. Pada Ny.A dari 70% meningkat menjadi 90%, sedangkan pada Ny.L dari 80% meningkat menjadi 100% dari kedua data di atas Ny.A dan Ny.L masuk kategori baik, untuk Ny.I masih masuk dalam kategori baik. Perubahan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penyuluhan sangat terlihat. Ibu sudah lebih paham tentang perawatan payudara dan diharapkan untuk ibu dapat lebih memahami apa saja manfaat dari perawatan payudara. Kami mengambil 5 orang sampel ibu nifas sebagai responden dan mendapatkan hasil pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penyuluhan tentang perawatan payudara mengalami kenaikan. Oleh karena itu, penyuluhan tentang perawatan payudara sangat penting dilakukan untuk mendeteksi adanya kanker payudara, memperlancar payudara, dan mengencangkan payudara

Notoatmodjo (2005) mengungkapkan hal yang serupa. Penalaran dan penyusunan simpulan merupakan sumber pengetahuan. Ada dua cara yang dapat digunakan, yaitu metode induksi dan metode deduksi. Metode induksi dilakukan dengan cara menyimpulkan dari pernyataan-pernyataan khusus ke pernyataan umum. Metode induksi cenderung dilaksanakan pada system pendidikan tinggi dengan cara penemuan fakta-fakta empiris dalam penelitian ilmiah. Metode deduksi dilakukan dengan cara menyimpulkan pernyataan-pernyataan yang bersifat umum menjadi pernyataan-pernyataan yang bersifat khusus. Metode deduksi ini cenderung dilakukan pada tingkat pendidikan menengah dan dasar dengan cara memberikan teori kemudian memberikan contoh empirisnya (Purwati, Indri Astuti, Larasaty, 2015).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, dapat disimpulkan menunjukkan adanya perubahan pada pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dari sebelum dan sesudah penyuluhan, dilihat dari pertanyaan yang ibu berikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada semua pihak yang turut membantu dalam terlaksananya kegiatan ini, dan kepada responden yang bersedia berpartisipasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Purwati, Indri Astuti, Larasaty, N. D. (2015). *Pengetahuan tentang Tanda-Tanda Bahaya Kehamilan sebagai Evaluasi Hasil Pendidikan Kesehatan Knowledge*. 121–128.
- Rahmatia, S., Harliani, H., & Basri, M. (2019). Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Nifas di RSUD Syeh Yusuf Kabupaten Gowa. *Nursing Inside Community*, 1(3), 68–73. <https://doi.org/10.35892/nic.v1i3.197>
- Salamun, S., & Minarti, M. (2019). Hubungan Peran Petugas Kesehatan, Sumber Informasi terhadap Perawatan Payudara pada Ibu Nifas. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 4(2), 157–164. <https://doi.org/10.36729/jam.v4i2.216>
- Sari, D. K. (2018). Hubungan Perawatan Payudara dan Konsumsi Energy dengan Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 4(1), 10–13. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v4i1.149>
- Wulan, S., & Gurusinga, R. (2015). Pengaruh Perawatan Payudara (Breast Care) terhadap Volume ASI pada Ibu Post Partum (Nifas) di RSUD Deli Serdang Sumut Tahun 2012., 2(1), 1–4. <http://akbidhipekalongan.ac.id/e-journal/index.php/jurbidhip/article/view/16>