

**DAFTAR TILIK**  
**PERAWATAN PAYUDARA (*BREAST CARE*)**  
**PADA MASA KEHAMILAN**

<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memelihara kebersihan payudara agar terhindar dari infeksi,</li> <li>2. Melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga, puting tidak mudah lecet dan bayi mudah menyusui,</li> <li>3. Mengeluarkan puting susu yang masuk kedalam atau datar,</li> <li>4. Mempersiapkan produksi ASI. (Maryunani Anik, 2015:202)</li> </ol>
<b>Alat dan Bahan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Air hangat dan air dingin dengan wadah berbeda,</li> <li>2. Minyak kelapa atau baby oil,</li> <li>3. Handuk,</li> <li>4. Kapas/kassa.</li> </ol>
<b>Prosedur Pelaksanaan</b>	<p><b>A. Sikap dan Perilaku</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi salam dan memperkenalkan diri</li> <li>2. Menjelaskan maksud dan tujuan</li> <li>3. Menjelaskan prosedur tindakan</li> <li>4. Mengawasi kegiatan sesuai prosedur</li> </ol> <p><b>B. Isi/content</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memastikan ibu sudah melepaskan pakaian bagian atas dan bra yang digunakan, dan hanya ditutupi oleh kain/handuk.</li> <li>2. Memposisikan ibu duduk dengan kedua tangan dilipat diatas sambil bersandar diatasnya. Kemudian biarkan payudara ibu menggantung.</li> <li>3. Memastikan ibu sudah dalam keadaan nyaman dan rileks</li> <li>4. Mencuci tangan</li> <li>5. Menyiapkan alat dan bahan</li> <li>6. Penataksanaan perawatan payudara             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pengompresan Kompres puting susu dengan kapas yang dibasahi baby oil selama beberapa menit</li> <li>b. Pengurutan Lakukan pengurutan payudara sebagai berikut :                 <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Pengurutan Pertama Licinkan kedua tangan dengan minyak. Tempatkan kedua tangan diantara payudara. Pengurutan dilakukan dimulai</li> </ol> </li> </ol> </li> </ol>

	<p>ke arah atas, lalu telapak tangan kiri ke arah sisi kiri dan telapak kanan ke arah sisi kanan. Lakukan terus pengurutan ke bawah dan ke samping. Ulangi masing-masing 20 hingga 30 gerakan untuk setiap payudara.</p> <p>2) Pengurutan Kedua Sokong payudara kiri dengan tangan kiri, kemudian dengan pinggir kelingking tangan kanan urut payudara dari pangkal hingga puting susu. Lakukan juga untuk payudara sebelah kanan. Ulangi masing-masing 20 hingga 30 gerakan untuk setiap payudara.</p> <p>3) Pengurutan Ketiga Pengetokan dengan buku-buku jari ke tangan kanan dengan cepat dan teratur</p> <p>4) Pengurutan keempat Pegang pangkal payudara dengan kedua tangan lalu urut dari pangkal payudara ke arah puting susu sebanyak satu kali</p> <p>5) Pengurutan kelima Pijat puting susu hingga keluar cairan ASI dan tampung dengan tempat yang bersih/gelas.</p> <p>c. Pengompresan Kompres kedua payudara dengan handuk kecil hangat selama dua menit, lalu ganti dengan kompres air dingin dua menit dan yang kompres lagi dengan air hangat selama dua menit.</p> <p>7. Mengeringkan payudara ibu</p> <p>8. Membantu ibu untuk menggunakan pakaiannya kembali</p> <p>9. Anjurkan ibu untuk melakukan perawatan payudara sehari 2x setelah mandi untuk hasil yang lebih efektif.</p> <p><b>C. Teknik</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tindakan sistematis dan berurutan</li> <li>2. Tanggap terhadap reaksi pasien</li> </ol> <p><b>D. Terminasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi tindakan</li> </ol>
--	---

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINRANG**  
**PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPINRANG**

*Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung*

---



---

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)**  
**PERAWATAN PAYUDARA (*BREAST CARE*)**  
**PADA MASA KEHAMILAN**

<b>Pengertian</b>	Perawatan payudara merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa kehamilan dan menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI.
<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memelihara kebersihan payudara agar terhindar dari infeksi,</li> <li>2. Melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga, puting tidak mudah lecet dan bayi mudah menyusui,</li> <li>3. Mengeluarkan puting susu yang masuk kedalam atau datar,</li> <li>4. Mempersiapkan produksi ASI.</li> </ol> <p>(Maryunani Anik, 2015:202)</p>
<b>Persiapan alat dan bahan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Air hangat dan air dingin dengan wadah berbeda,</li> <li>2. Minyak kelapa atau baby oil,</li> <li>3. Handuk,</li> <li>4. Kapas/kassa.</li> </ol>
<b>Prosedur pelaksanaan</b>	<p><b>A. Sikap dan Perilaku</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi salam dan memperkenalkan diri</li> <li>2. Menjelaskan maksud dan tujuan</li> <li>3. Menjelaskan prosedur tindakan</li> <li>4. Mengawasi kegiatan sesuai prosedur</li> </ol> <p><b>B. Isi/content</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memastikan ibu sudah melepaskan pakaian bagian atas dan bra yang digunakan, dan hanya ditutupi oleh kain/handuk.</li> <li>2. Memosisikan ibu duduk dengan kedua tangan dilipat diatas sambil bersandar diatasnya. Kemudian biarkan payudara ibu menggantung.</li> <li>3. Memastikan ibu sudah dalam keadaan nyaman dan rileks</li> <li>4. Mencuci tangan</li> <li>5. Menyiapkan alat dan bahan</li> <li>6. Penataksanaan perawatan payudara             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pengompresan Kompres puting susu dengan kapas yang dibasahi baby oil selama beberapa menit</li> <li>b. Pengurutan Lakukan pengurutan payudara sebagai berikut :</li> </ol> </li> </ol>

	<p>1) Pengurutan Pertama          Licinkan kedua tangan dengan minyak. Tempatkan kedua tangan diantara payudara. Pengurutan dilakukan dimulai ke arah atas, lalu telapak tangan kiri ke arah sisi kiri dan telapak kanan ke arah sisi kanan. Lakukan terus pengurutan ke bawah dan ke samping.          Ulangi masing-masing 20 hingga 30 gerakan untuk setiap payudara.</p> <p>2) Pengurutan Kedua          Sokong payudara kiri dengan tangan kiri, kemudian dengan pinggir kelingking tangan kanan urut payudara dari pangkal hingga puting susu. Lakukan juga untuk payudara sebelah kanan.          Ulangi masing-masing 20 hingga 30 gerakan untuk setiap payudara.</p> <p>3) Pengurutan Ketiga          Pengetokan dengan buku-buku jari ke tangan kanan dengan cepat dan teratur</p> <p>4) Pengurutan keempat          Pegang pangkal payudara dengan kedua tangan lalu urut dari pangkal payudara ke arah puting susu sebanyak satu kali</p> <p>5) Pengurutan kelima          Pijat puting susu hingga keluar cairan ASI dan tampung dengan tempat yang bersih/gelas.</p> <p>c. Pengompresan          Kompres kedua payudara dengan handuk kecil hangat selama dua menit, lalu ganti dengan kompres air dingin dua menit dan yang kompres lagi dengan air hangat selama dua menit.</p> <p>7. Mengeringkan payudara ibu</p> <p>8. Membantu ibu untuk menggunakan pakaiannya kembali</p> <p>9. Anjurkan ibu untuk melakukan perawatan payudara sehari 2x setelah mandi untuk hasil yang lebih efektif.</p>
<p><b>Evaluasi</b></p>	<p>Dilakukan pada hari pertama dan ke-3 postpartum          Evaluasi hari pertama : ASI sudah keluar, tidak ada bendungan, dan tidak ada massa abnormal. Bayi sudah pandai menyusui.          Evaluasi hari ke-3 : ASI keluar lancar, tidak ada bendungan, dan tidak ada massa abnormal. Bayi sudah diberi ASI sesering mungkin dan terlihat tenang, tidak rewel. Terjadi peningkatan berat badan bayi serta adanya peningkatan frekuensi BAK bayi 7-8x dalam sehari dan feses berwarna kuning.</p>

**Catatan Perkembangan Masa Kehamilan Ny.C Berdasarkan Data Yang Sudah Dilaksanakan**

Tanggal ANC	UK	Anamnesa	TTV	BB	Pemeriksaan Fisik	TFU/Leopold	Suplemen /therapy	Penyuluhan	Keterangan
12-02-20	37 minggu 2 hari	Ibu merasa pusing dan lemas, juga cemas ASI nya belum keluar	TD : 100/60 N : 79 P : 22 S :36,7	70 kg	Normal, tidak ada masalah. Pada pemeriksaan payudara puting sudah menonjol namun pendek	32 cm/Preskep, puki, sudah masuk PAP	Vitonal-F Kalk	-Istirahat cukup -Konsumsi makanan bergizi dan cukup -Pengelolaan stes -Penatalaksanaan perawatan payudara, 2x sehari setelah mandi serta menggunakan BH yang menopang payudara	BB sebelum hamil : 59 kg
19-02-20	38 minggu 2 hari	Kondisi sudah lebih baik dari sebelumnya, kecemasan sudah sedikit berkurang karena payudara sudah mengeluarkan sedikit cairan ASI	TD : 100/70 N : 80 P : 20 S : 36,5	70 kg	Normal, tidak ada masalah. Puting ibu menjadi lebih sedikit menonjol dari sebelumnya	32 cm/Preskep, puki, sudah masuk PAP	Vitonal-F Kalk	-Tetap menjaga pola konsumsi dan pola istirahat -Penatalaksanaan perawatan payudara rutin dan teratur -Tanda dan persiapan persalinan	
25-02-20	39	Payudara	TD :	70 kg	Normal,	32	Vitonal-F	- Tetap menjaga pola	

	minggu 1 hari	terasa lebih kencang dari sebelumnya dan merasa sedikit mulas	100/60 N : 80 P : 20 S :36,5		tidak ada masalah	cm/Preskep, puki, sudah masuk PAP	Kalk	konsumsi dan pola istirahat -Penatalaksanaan perawatan payudara rutin dan teratur -Tanda dan persiapan persalinan	
<b>Catatan Perkembangan Kelancaran ASI Ny.C Pada Masa Nifas</b>									
Post Partum hari ke-						Laktasi			
6 jam						ASI sudah keluar, tidak ada bendungan, dan tidak ada massa abnormal. Bayi sudah pandai menyusu.			
3 hari						ASI keluar lancar, tidak ada bendungan, dan tidak ada massa abnormal. Bayi sudah diberi ASI sesering mungkin dan terlihat tenang, tidak rewel. Terjadi peningkatan berat badan bayi serta adanya peningkatan frekuensi BAK bayi 7-8x dalam sehari dan feses berwarna kuning.			

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUNG  
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURUNG**

*Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung*

**IZIN LOKASI PENGAMBILAN STUDI KASUS**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

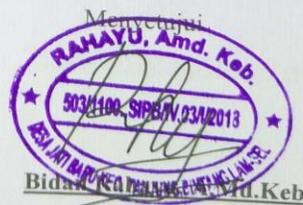
Nama : Rahayu, Amd.Keb  
Alamat : Jatibaru, Tanjung Bintang, Lampung Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Ayu Tiara Lestari  
NIM : 1715401008  
Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Rahayu, Amd.Keb sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi DIII Kebidanan Tanjungpurung Politeknik Kesehatan Tanjungpurung.

Lampung Selatan, Februari 2020



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUNG**  
**PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURUNG**

*Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung*

---

**LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. Cahya Nur Wulan Dini  
Umur : 22 tahun  
Alamat : Jatibaru, Lampung Selatan

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam Laporan Tugas Akhir (LTA) untuk diberikan asuhan kebidanan pada masa kehamilan. Asuhan akan diberikan oleh mahasiswa yang bersangkutan yaitu:

Nama : Ayu Tiara Lestari  
NIM : 1715401008  
Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Lampung Selatan, Februari 2020

Mahasiswa,



Ayu Tiara Lestari

Klien,



Cahya Nur Wulan Dini

Menyetujui,

Pembimbing Lapangan,



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUNG  
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURUNG

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tn. Syarifudin  
Umur : 27 tahun  
Alamat : Jatibaru, Lampung Selatan

Selaku (SUAMI/KELUARGA/KLIEN)\* telah mendapat penjelasan, memahami dan ikut menyetujui terhadap tindakan penatalaksanaan perawatan payudara yang akan diberikan.

Terhadap ISTRI/KELUARGA/YANG BERSANGKUTAN)\*:

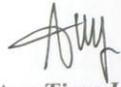
Nama : Ny. Cahya Nur Wulan Dini  
Umur : 22 tahun  
Alamat : Jatibaru, Lampung Selatan

Lampung Selatan, Februari 2020

Mahasiswa,

Klien,

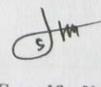
Suami/Keluarga,



Ayu Tiara Lestari



Cahya Nur Wulan Dini



Syarifudin

Menyetujui,

Pembimbing Klinik



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURING  
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURING

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. Cahya Nur Wulan Dini

Umur : 22 tahun

Alamat : Jatibaru, Lampung Selatan

Menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan dan penatalaksanaan mengenai pentingnya perawatan payudara selama masa kehamilan sebagai persiapan laktasi untuk kelancaran ASI.

Lampung Selatan, Februari 2020

Mahasiswa,

Suami/Keluarga,

Klien,



Ayu Tiara Lestari



Syarifudin



Cahya Nur Wulan Dini

Menyetujui,

Pembimbing Lahan,

