

BAB III
TINJAUAN KASUS
ASUHAN KEBIDANAN NIFAS PADA NY. U DENGAN BENDUNGAN ASI
DI TEMPAT PRAKTIK MANDIRI BIDAN ROSMIANAH
TULANG BAWANG BARAT

Tempat Pengkajian : TPMB Rosmianah, S.Tr.Keb

Tanggal Pengkajian : 06 Februari 2021

Jam Pengkajian : 10.15 WIB

Pengkaji : Melinda Marissa Dini

A. Data Subjektif

1. Biodata

Nama Ibu	: Ny. U	Nama Suami	: Tn. E
Umur	: 27 tahun	Umur	: 24 tahun
Agama	: Islam	Agama	: Islam
Pendidikan	: SD	Pendidikan	: SD
Pekerjaan	: IRT	Pekerjaan	: Petani
Alamat	: Way Sido RK II	Alamat	: Way Sido RK II
No.Hp	: 082362276135	No.Hp	: 082362276135

2. Keluhan Utama

Ibu mengeluh payudaranya terasa bengkak, nyeri dan terasa keras sejak tanggal 6 Februari 2021 pukul 02.10 WIB.

3. Riwayat Persalinan

Waktu melahirkan : 04 Februari 2021 pukul 01.30 WIB jenis kelamin bayi laki laki, berat badan 3100 gram, panjang 48 cm, jenis persalinan spontan pervaginam, tempat persalinan bidan, plasenta lahir lengkap, melakukan IMD ± 1 jam.

4. Riwayat Kehamilan

Trimester I : 2x kunjungan ANC
Keluhan : Nyeri perut bagian bawah
Trimester II : 1x kunjungan ANC
Keluhan : Batuk pilek
Trimester III : 4x kunjungan ANC
Keluhan : Nyeri perut

5. Riwayat penyuluhan kesehatann kehamilan

- a. Ibu mengatakan saat hamil tidak pernah mendapatkan penyuluhan tentang perawatan payudara
- b. Ibu mengatakan saat hamil pernah mendapatkan penyulihan gizi pada ibu hamil, tablet fe, dan ASI eksklusif.

6. Keadaan Psikososial

Ibu mengatakan merasa tidak nyaman dengan keadaannya saat ini

7. Riwayat Kesehatan Keluarga

Ibu mengatakan dalam keluarga ibu dan suami tidak memiliki riwayat penyakit

menular dan keturunan.

8. Pola Kebutuhan Dasar Masa Nifas

Eliminasi	: BAB	: Ibu BAB 1x sehari
	BAK	: Ibu BAK 6-7x sehari
Nutrisi	: Ibu mengatakan makan 3 kali sehari dengan nasi, sayur, lauk, minum air putih, dan susu	
Istirahat	: Ibu mengatakan tidur siang 1-2 jam dan malam 5-6 jam	

B. Data Objektif

1. Pemeriksaan Umum

Keadaan Umum	: Baik
Kesadaran	: Composmentis
Tanda-tanda Vital	: TD : 110/80 mmHg
	N : 88 x/menit
	RR : 20 x/menit
	S : 38,5 °C

2. Pemeriksaan Fisik

a. Kepala dan wajah

Simetris, kelopak mata tidak ada pembengkakan, konjungtiva merah muda, sklera putih, cloasma gravidarum tidak ada

b. Leher

Tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid

c. Payudara

Payudara ibu tampak bengkak, keras dan teraba nyeri ketika dilakukan palpasi, puting susu menonjol.

d. Abdomen

TFU 3 Jari dibawah pusat.

e. Genetalia

Pada vulva dan vagina tidak ada tanda-tanda infeksi dan pengeluaran lochea rubra, tidak ada laserasi.

f. Ekstremitas

Tidak ada oedema, tidak ada varises reflek patela positif

C. Analisis

Ny.U umur 27 tahun P2A0 nifas hari ke 3 dengan bendungan ASI

D. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada Ny.U adalah sebagai berikut :

Tabel 1
Penatalaksanaan Kunjungan Awal

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
1. Jelaskan kondisi ibu saat ini berdasarkan hasil pemeriksaan	06-02-21 10.25 WIB	Menjelaskan kondisi ibu saat ini berdasarkan hasil pemeriksaan ibu mengalami bendungan ASI. Dengan menjelaskan mengenai keadaan yang dialaminya maka ibu akan mengerti sehingga ibu akan bersifat kooperatif terhadap tindakan dan anjuran petugas kesehatan		06-02-21 10.30 WIB	Ibu sudah mengetahui tentang kondisinya saat ini bahwa ibu mengalami bendungan ASI	
2. Ajarkan kepada ibu cara melakukan perawatan payudara	06-02-21 10.35 WIB	Mengajarkan pada ibu cara melakukan perawatan payudara : 1) Tempatkan kedua tangan diantara kedua payudara kemudian urut keatas lalu kesamping kemudian urut kebawah hingga tangan menyanggah payudara kemudian sentakkan kebawah payudara secara perlahan. 2) Telapak tangan kiri menopang payudara kiri dan jari-jari tangan saling dirapatkan, kemudian sisi keliling tangan kanan mengurut payudara dari pangkal kearah putting, demikian pula payudara		06-02-21 10.45 WIB	Ibu telah dillakukan perawatan payudara dan ibu mampu mengulangi cara melakukan perawatan payudara yang telah diajarkan oleh bidan	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
		kanan. 3) Telapak tangan menopang payudara pada cara ke-2 kemudian jari tangan kanan dikepalkan lalu buku-buku jari tangan kanan mengurut dari pangkal ke arah puting				
3. Berikan pendidikan kesehatan teknik menyusui yang benar	06-02-21 10.50 WIB	Memberi penyuluhan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui		06-02-21 10.55 WIB	ibu mendengarkan, memperhatikan dan mengatakan sudah paham dan mampu mengulang kembali teknik menyusui yang sudah diajarkan.	
4. Jelaskan pada ibu untuk tetap sering menyusui bayinya	06-02-21 11.00 WIB	Memberitahu ibu untuk menyusui bayinya sesering mungkin minimal siang dan malam 8 kali menyusui secara <i>on demand</i> di kedua payudaranya secara bergantian.		06-02-21 11.05 WIB	Ibu mendengarkan dan mengatakan bersedia menyusui bayinya sesering mungkin secara bergantian di kedua payudaranya	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
5. Jelaskan kepada ibu cara mengatasi keluhan yang dirasakan	06-02-21 11.10 WIB	Memberitahu pada ibu cara mengatasi keluhan yang dirasakan seperti: 1) Menyanggah payudara dengan bra yang pas. 2) Kompres payudara dengan menggunakan kain basah/hangat selama 5 menit 3) Urut payudara dari arah pangkal menuju puting. 4) Keluarkan ASI dari bagian depan payudara sehingga puting menjadi lunak. Dengan menjelaskan cara mengatasi keluhan kepada ibu, ibu akan tidak terlalu merasakan keluhan yang dialami dan akan membantu petugas kesehatan dalam proses penyembuhannya.		06-02-21 10.15 WIB	Ibu sudah mengerti tentang penjelasan yang disampaikan dan menguraikan kembali penjelasan yang sudah disampaikan oleh bidan	
6. Anjurkan ibu untuk mengonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi	06-02-21 11.20 WIB	Menganjurkan ibu untuk mengonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi akan dapat memperbanyak dan memperlancar ASI misalnya daun katuk, bayam, kelor dan lain lain		06-02-21 11.25 WIB	Ibu bersedia untuk mengonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi yang berguna untuk memperlancar ASI	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
7. Jelaskan pada ibu obat yang diberikan	06-02-21 11.30 WIB	Memberikan obat antibiotik amoxicillin diberikan 10 tablet diminum 3 x 1 untuk mencegah terjadinya infeksi, paracetamol diberikan 10 tablet diminum 3 x 1 untuk mengurangi rasa nyeri dan vitamin Caviplex diberikan 10 tablet diminum 1 x 1		06-02-21 11.33 WIB	Ibu mendengarkan tujuan diberikannya obat dan cara mengkonsumsi obat sesuai dengan anjuran dan bersedia untuk mengkonsumsi obat yang sudah diberikan sesuai dengan anjuran	
8. Sepakati kunjungan ulang	06-02-21 11.38 WIB	Menyepakati kunjungan ulang dirumah ibu pada tanggal 08 Februari 2021 untuk memberikan asuhan masalah bendungan ASI terhadap ibu		06-02-21 11.40 WIB	Ibu mengatakan bersedia dilakukan kunjungan rumah untuk mengatasi masalah bendungan ASI pada ibu	

E. Catatan Perkembangan

1. Catatan Perkembangan I

Kunjungan ke-1

Tanggal/jam : 08 Februari 2021, pukul 09.00 WIB

a. Data Subjektif

Ibu mengeluh payudaranya masih terasa bengkak, nyeri dan terasa keras

b. Data Objektif

- 1) Keadaan umum : Baik
- 2) Kesadaran : Composmentis
- 3) Tanda-Tanda Vital : TD : 100/70 mmHg
N : 88 x/menit
RR : 19 x/menit
S : 37,8 °C
- 4) Payudara : Teraba bengkak, keras dan terdapat nyeri tekan
- 5) Abdomen : TFU teraba di pertengahan pusat-simpisis, kontraksi uterus baik, teraba keras
- 6) Lochea : Sanguinolenta, tidak berbau busuk, jumlah ±10 cc

c. Analisa

Ny.U umur 27 tahun P2A0 nifas hari ke 5 dengan bendungan ASI

d. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada Ny.U adalah sebagai berikut:

Tabel 2
Penatalaksanaan Catatan Perkembangan I

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
1. Jelaskan kondisi ibu saat ini berdasarkan hasil pemeriksaan	08-02-21 09.05 WIB	Menjelaskan kondisi ibu saat ini berdasarkan hasil pemeriksaan ibu masih mengalami bendungan ASI. Dengan menjelaskan mengenai keadaan yang dialaminya maka ibu akan mengerti sehingga ibu akan bersifat kooperatif terhadap tindakan dan anjuran petugas kesehatan		08-02-21 09.10 WIB	Ibu sudah mngetahui tentang kondisinya saat ini bahwa ibu masih mengalami bendungan ASI	
2. Bantu ibu cara mengatasi keluhan yang dirasakan	08-02-21 09.13 WIB	Membantu ibu cara mengatasi keluhan yang dirasakan seperti: 1) Menyanggah payudara dengan bra yang pas. 2) Kompres payudara dengan menggunakan kain basah/hangat selama 5 menit 3) Urut payudara dari arah pangkal		08-02-21 09.20 WIB	Ibu sudah mengerti tentang cara mengatasi keluhan yang dirasakan dan dapat mengulanginya kembali	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
		<p>menuju puting.</p> <p>4) Keluarkan ASI dari bagian depan payudara sehingga puting menjadi lunak.</p> <p>Dengan menjelaskan cara mengatasi keluhan kepada ibu, ibu akan tidak terlalu merasakan keluhan yang dialami dan akan membantu petugas kesehatan dalam proses penyembuhannya</p>				
3. Bantu ibu untuk melakukan perawatan payudara	08-02-21 09.25 WIB	<p>Membantu ibu untuk melakukan perawatan payudara :</p> <p>1) Tempatkan kedua tangan diantara kedua payudara kemudian urut keatas lalu kesamping kemudian urut kebawah hingga tangan menyanggah payudara kemudian sentakkan kebawah payudara secara perlahan.</p> <p>2) Telapak tangan kiri menopang payudara kiri dan jari-jari tangan saling dirapatkan, kemudian sisi keliling tangan kanan mengurut payudara dari pangkal kearah puting, demikian pula</p>		08-02-21 09.35 WIB	Ibu telah dillakukan perawatan payudara dan ibu mampu mengulangi cara melakukan perawatan payudara yang telah diajarkan oleh bidan	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
		payudara kanan. 3) Telapak tangan menopang payudara pada cara ke-2 kemudian jari tangan kanan dikepalkan lalu buku-buku jari tangan kanan mengurut dari pangkal kearah puting				
4. Beritahu ibu untuk tetap melakukan perawatan payudara sendiri.	08-02-21 09.40 WIB	Memberitahu ibu untuk tetap melakukan perawatan payudara sendiri sebanyak 2 kali sehari pagi dan sore.		08-02-21 09.43 WIB	Ibu bersedia untuk melakukan perawatan payudara sebanyak 2 kali sehari	
5. Observasi cara ibu menyusui bayinya	08-02-21 09.45 WIB	Mengobservasi cara ibu menyusui bayinya		08-02-21 09.55 WIB	Ibu mampu mempraktekkan kembali cara/teknik menyusui pada bayinya	
6. Jelaskan pada ibu untuk tetap sering menyusui bayinya	08-02-21 10.00 WIB	Memberitahu ibu untuk menyusui bayinya sesering mungkin minimal siang dan malam 8 kali menyusui secara <i>on demand</i> di kedua payudaranya secara bergantian.		08-02-21 10.05 WIB	Ibu mendengarkan dan mengatakan bersedia menyusui bayinya sesering mungkin secara bergantian di kedua payudaranya	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
7. Anjurkan ibu untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi	08-02-21 10.10 WIB	Menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi akan dapat memperbanyak dan memperlancar ASI misalnya daun katuk, bayam, kelor dan lain lain		08-02-21 10.15 WIB	Ibu bersedia untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi yang berguna untuk memperlancar ASI	
8. Beritahu ibu untuk istirahat yang cukup	08-02-21 10.17 WIB	Memberitahu ibu untuk istirahat yang cukup seperti istirahat tidur malam 6-8 jam/hari dan istirahat tidur siang 1-2 jam/hari		08-02-21 10.20 WIB	Ibu mengatakan selama dia mempunyai bayi ibu tidur jarang yaitu hanya 6 jam pada malam hari karna terbangun jika bayinya ingin menyusui	
9. Tanyakan obat yang sudah diberikan dikonsumsi teratur atau tidak	08-02-21 10.22 WIB	Menanyakan kepada ibu obat yang sudah diberikan diminum dengan teratur atau tidak		08-02-21 10.25 WIB	Ibu mengatakan mengkonsumsi obat yang sudah dianjurkan sesuai dengan anjuran yang sudah diberikan	
10. Sepakati kunjungan ulang	06-02-21 11.27 WIB	Menyepakati kunjungan ulang dirumah ibu pada tanggal 10 Februari 2021 untuk memberikan asuhan masalah bendungan ASI terhadap ibu		06-02-21 11.30 WIB	Ibu mengatakan bersedia dilakukan kunjungan rumah untuk mengatasi masalah bendungan ASI pada ibu	

2. Catatan Perkembangan II

Kunjungan ke- 2

Tanggal/jam : 10 Februari 2021, pukul 09.30 WIB

a. Data Subjektif

Ibu mengeluh payudaranya masih terasa bengkak dan nyeri pada payudaranya sudah berkurang

b. Data Objektif

- 1) Keadaan umum : Baik
- 2) Kesadaran : Composmentis
- 3) Tanda-Tanda Vital : TD : 110/70 mmHg
N : 85 x/menit
RR : 20 x/menit
S : 37,2 °C
- 4) Payudara : Teraba bengkak, keras, nyeri tekan sudah berkurang
- 5) Abdomen : TFU teraba di pertengahan pusat-simpisis, kontraksi uterus baik, teraba keras
- 6) Lochea : Sanguinolenta, tidak berbau busuk, jumlah ±10 cc

c. Analisa

Ny.U umur 27 tahun P2A0 nifas hari ke-7 dengan bendungan ASI

d. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada Ny.U adalah sebagai berikut :

Tabel 3
Penatalaksanaan Catatan Perkembangan II

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
1. Beritahu ibu bahwa kondisinya sudah mulai membaik dari sebelumnya	10-02-21 09.35 WIB	Memberitahu ibu bahwa kondisinya sudah mulai membaik dari sebelumnya		10-02-21 09.38 WIB	Ibu sudah mengetahui tentang kondisinya saat ini bahwa kondisinya sudah mulai membaik dari yang sebelumnya	
2. Anjurkan ibu untuk tetap melakukan perawatan payudara	10-02-21 09.40 WIB	Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan perawatan payudara yang sudah diajarkan kepada ibu		10-02-21 09.50 WIB	Ibu mendengarkan dan bersedia untuk tetap melakukan perawatan payudara sendiri.	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
3. Ajarkan ibu teknik pijat oksitosin	10-02-21 09.52 WIB	Mengajarkan ibu teknik pijat oksitosin : 1) Ibu membungkuk ke depan, serta duduk pada kursi dengan tangan dan kepala diletakkan diatas tangannya 2) Payudara dibiarkan menggantung dan terlepas dari kain penutupnya 3) Beri sedikit baby oil pada telapak tangan 4) Kemudian pijat pada bagian tulang belakang di kedua sisi dengan menggunakan ibu jari secara melingkar 5) Pijatan dimulai dari leher sampai tulang belikat (sebatas dada) selama 2-3 menit, bisa dibantu oleh suami 6) Pijat pada bagian areola untuk mengetahui bagaimana pengeluaran ASI 7) Cuci tangan		10-02-21 10.00 WIB	Ibu sudah mengerti dan dapat mengulangi penjelasan yang telah diberikan bidan	
4. Observasi cara ibu menyusui bayinya	10-02-21 10.05 WIB	1) Mengobservasi cara ibu menyusui bayinya		10-02-21 10.10 WIB	Ibu mampu mempraktekkan kembali cara/teknik menyusui pada bayinya	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
5. Jelaskan pada ibu untuk tetap sering menyusui bayinya	10-02-21 10.12 WIB	Memberitahu ibu untuk menyusui bayinya sesering mungkin minimal siang dan malam 8 kali menyusui secara <i>on demand</i> di kedua payudaranya secara bergantian.		10-02-21 10.15 WIB	Ibu mendengarkan dan mengatakan bersedia menyusui bayinya sesering mungkin secara bergantian di kedua payudaranya	
6. Berikan apresiasi kepada ibu dalam bentuk pujian	10-02-21 10.21 WIB	Memberikan apresiasi kepada ibu dalam bentuk pujian karena sudah melakukan perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar.		10-02-21 10.25 WIB	Ibu senang mendapatkan pujian karena sudah berhasil melakukan perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar	
7. Anjurkan ibu untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi	10-02-21 10.27 WIB	menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi akan dapat memperbanyak dan memperlancar ASI misalnya daun katuk, bayam, kelor dan lain lain		10-02-21 10.30 WIB	Ibu bersedia untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi yang berguna untuk memperlancar ASI	
8. Beritahu ibu untuk istirahat yang cukup	10-02-21 10.32 WIB	Memberitahu ibu untuk istirahat yang cukup seperti istirahat tidur malam 6-8 jam/hari dan istirahat tidur siang 1-2 jam/hari		10-02-21 10.35 WIB	Ibu mengatakan selama dia mempunyai bayi ibu tidur jarang yaitu hanya 6 jam pada malam hari	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
					karna terbangun jika bayi nya ingin menyusui	
9. Tanyakan obat yang sudah diberikan dikonsumsi teratur atau tidak	10-02-21 10.37 WIB	Menanyakan kepada ibu obat yang sudah diberikan diminum dengan teratur atau tidak		10-02-21 10.40 WIB	Ibu mengatakan mengkonsumsi obat yang sudah dianjurkan sesuai dengan anjuran yang sudah diberikan	
10. Sepakati kunjungan ulang	10-02-21 10.42 WIB	Menyepakati kunjungan ulang dirumah ibu pada tanggal 13 Februari 2021 untuk memberikan asuhan masalah bendungan ASI terhadap ibu		10-02-21 10.45 WIB	Ibu mengatakan bersedia dilakukan kunjungan rumah untuk mengatasi masalah bendungan ASI pada ibu	

3. Catatan Perkembangan III

Kunjungan ke-3

Tanggal/jam : 13 Februari 2021, pukul 09.30 WIB

a. Data Subjektif

Ibu mengatakan payudaranya sudah tidak nyeri dan ASI sudah lancar

b. Data Objektif

- 1) Keadaan umum : Baik
- 2) Kesadaran : Composmentis
- 3) Tanda-Tanda Vital : TD : 110/70 mmHg
N : 83 x/menit
RR : 18 x/menit
S : 36,8 °C
- 4) Payudara : Tidak teraba keras dan nyeri, ASI sudah lancar
- 5) Abdomen : TFU tidak teraba
- 6) Lochea : Serosa, tidak berbau busuk

c. Analisa

Ny.U umur 27 tahun P2A0 nifas hari ke-10 bendungan ASI sudah teratasi.

d. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada Ny.U adalah sebagai berikut:

Tabel 4
Penatalaksanaan Catatan Perkembangan III

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
1. Beritahu ibu bahwa kondisinya sudah membaik	13-02-21 09.35 WIB	Memberitahu ibu bahwa kondisinya sudah membaik dan sudah tidak mengalami bendungan ASI		13-02-21 09.37 WIB	Ibu sudah mengetahui tentang kondisinya saat ini bahwa kondisinya sudah membaik dan sudah tidak mengalami bendungan ASI	
2. Anjurkan ibu untuk tetap melakukan perawatan payudara	13-02-21 09.40 WIB	Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan perawatan payudara yang sudah diajarkan kepada ibu		13-02-21 09.43 WIB	Ibu mendengarkan dan bersedia untuk tetap melakukan perawatan payudara sendiri.	
3. Observasi cara ibu menyusui bayinya	13-02-21 09.45 WIB	Mengobservasi cara ibu menyusui bayinya		13-02-21 09.50 WIB	Ibu mampu mempraktekkan kembali cara/teknik menyusui pada bayinya	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
4. Beritahu ibu untuk tetap melakukan perawatan payudara sendiri.	13-02-21 10.00 WIB	Memberitahu ibu untuk tetap melakukan perawatan payudara sendiri sebanyak 2 kali sehari pagi dan sore.		13-02-21 10.08 WIB	Ibu bersedia untuk melakukan perawatan payudara sebanyak 2 kali sehari	
5. Berikan apresiasi kepada ibu dalam bentuk pujian	13-02-21 10.10 WIB	Memberikan apresiasi kepada ibu dalam bentuk pujian karena sudah melakukan perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar.		13-02-21 10.13 WIB	Ibu senang mendapatkan pujian karena sudah berhasil melakukan perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar	
6. Anjurkan ibu untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi	13-02-21 10.15 WIB	Menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi akan dapat memperbanyak dan memperlancar ASI misalnya daun katuk, bayam, kelor dan lain lain		13-02-21 10.20 WIB	Ibu bersedia untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi yang berguna untuk memperlancar ASI	

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi (bukan kesimpulan)		
	Waktu (Tgl/ Jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ Jam)	Evaluasi tindakan	Paraf
7. Beritahu ibu untuk istirahat yang cukup	13-02-21 10.22 WIB	Memberitahu ibu untuk istirahat yang cukup seperti istirahat tidur malam 6-8 jam/hari dan istirahat tidur siang 1-2 jam/hari		13-02-21 10.25 WIB	Ibu mengatakan selama dia mempunyai bayi ibu tidur jarang yaitu hanya 6 jam pada malam hari karna terbangun jika bayi nya ingin menyusui	