

## MATERI : PENYULUHAN PERAWATAN PAYUDARA

TEMA : Perawatan payudara

SASARAN : Klien post partum

TUJUAN :

1. Umum : ASI dapat keluar dengan lancar
2. Khusus :
  - Klien mengetahui perawatan payudara
  - Klien mampu mendemonstrasikan perawatan payudara
  - ASI lancar dan kebutuhan bayi tercukupi
  - Tidak terjadi mastitis

METODE : Wawancara

MEDIA : Gambar

KRITERIA :

1. Klien mampu melakukan perawatan payudara
2. Tidak terjadi bendungan ASI
3. Bayi tercukupi kebutuhan ASI

ISI MATERI :

1. Kedua telapak tangan diberi talk atau diulas dengan minyak
2. Buah dada kiri diurut oleh tangan kiri, buah dada kanan yang kita tempuh diurut oleh tangan kanan
3. Penguruitan dari tengah berputar kesamping, terus kebawah, kerjakan berulang – ulang antara 10-15 kali

4. Bagian samping buah dada diurut dari pangkal keputing, juga 10-15kali.
5. Pengurutan bagian bagian buah dada kearah puting 15-20 kali
6. Pengetokan dengan buku – buku jari ketangan kanan dengan cepat dan teratur.

## Plaining Of Action

### PERAWATAN PAYUDARA

#### I. Definisi

Suatu tindakan merawat payudara yang bertujuan mencegah terjadinya bendungan ASI.

#### II. Tujuan

1. Umum : ASI dapat keluar dengan lancar.
2. Khusus : - Klien mengetahui perawatan payudara.
  - Klien mampu mendemonstrasikan perawatan payudara.
  - ASI lancar dan kebutuhan bayi terpenuhi.
  - Tidak terjadi mastitis

#### III. Sasaran

Klien Ny D dengan post partum primi para.

#### IV. Metode

1. Diskusi.
2. Demonstrasi.

#### V. Tempat.

Ruang bersalin RS Siti Khotijah sepanjang.

#### VI. Waktu

1. Hari : Senin.
2. Tanggal : 25 Juni 2001.
3. Pukul : 10.00 – 11.00 WIB

## VII. Isi / Materi

1. Penjelasan manfaat perawatan payudara.
2. Cara dan waktu yang tepat untuk perawatan payudara.

## VIII. Stratege pelaksanaan

1. Penyampaian materi / penjelasan : 15 menit.
2. Demonstrasi : 20 menit.
3. Diskusi : 15 menit.
4. Evaluasi : 10 menit.

## IX. Kriteria evaluasi

1. Klien mampu melakukan perawatan payudara
2. Tidak terjadi bendungan ASI.
3. Bayi tercukupi kebutuhannya.

## MATERI PENYULUHAN

- Manfaat perawatan payudara
  - Menjaga kebersihan payudara.
  - Mencegah infeksi
  - Memperlancar produksi ASI.
- Cara dan waktu yang tepat untuk perawatan payudara
  - ◆ Cara
    1. Persiapan alat

Dua baskom, 2 handuk, baby oil, sabun, kapas, kapau perlu secerm, bengkok.
    2. Pelaksanaan.
      - a. Beri tahu klien tentang tindakan yang akan dilakukan, Pasang scerm.
      - b. Buka pakian klien, dan pasang 2 handuk dibawa payudara dan diatas pundak.
      - c. Cuci tangan, kemudiaan kapas diberi baby oil dan diletakan pada putting susu selama 3-4 menit.
      - d. Setelah itu putar kapas yang ada diputing susu sampai kotoran bersih dan buang dibengkok.
      - e. Kedua telapak tangan diolesi baby oil dan dioleskan pada kedua payudara.
      - f. Buah dada kiri diurut oleh tangan kiri dan ditopang oleh tangan kanan.

- g. Pengurutan dari tengah berputar kesamping, terus kebawa kerjakan antara 10-15 kali.
- h. Bagian samping buah dada diurut dari pangkal keputing 10-15 kali.
- i. Pengurutan dengan buku-buku jari dari pangkal keputing susu.
- j. Beri sabun hingga merata dan basuh dengan air hangat lalu air dingin sampai bersih dan dilap dengan handuk.
- k. Klien dirapikan dan peralatan dibersihkan.

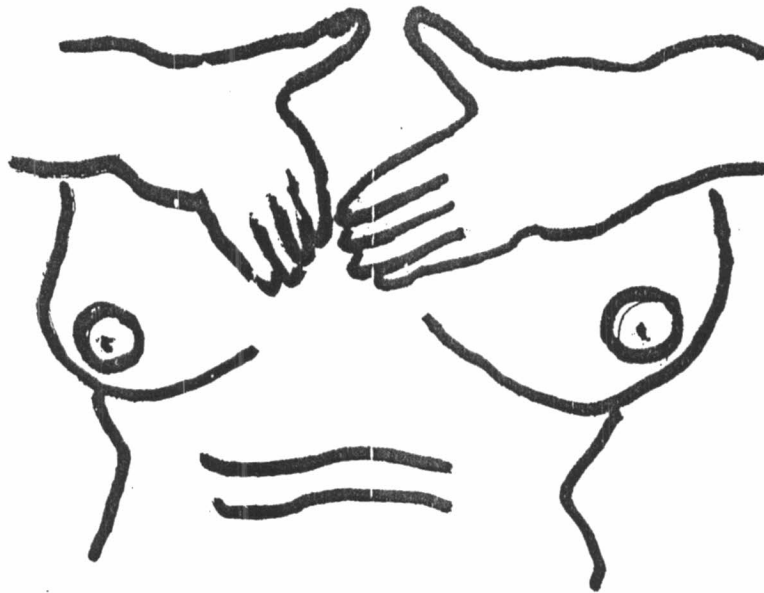
◆ Waktu

Kegiatan perawatan payudara sebaiknya dilakukan sehari sekali ( pagi hari )



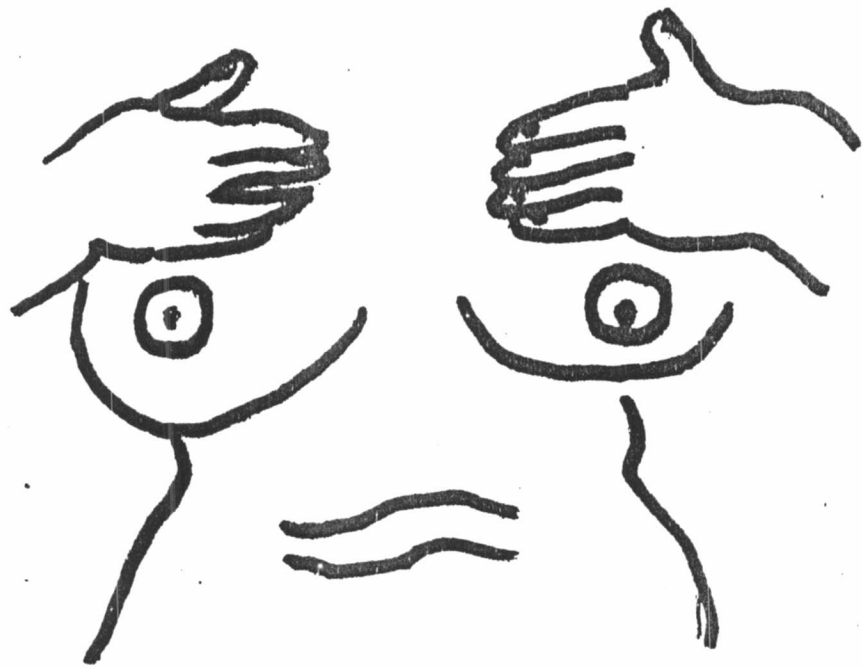
C. Pengurutan Buah Dada Berputar dari tengah ke samping kemudian ke bawah

Gb. Perawatan Buah Dada



A. Pengurutan buah dada dari tengah ke samping kemudian ke bawah





B. Pengurutan Buah Dada berputar dari tengah ke samping kemudian kebawah



D. Pengurutan buah dada dari pangkal ke puting

Kutipan dari : Perawatan Kebidanan  
Jilid I

