



## ***Cadre Education about Breast Care and Breastfeeding Techniques in the Cileunyi Community Health Center Working Area, Bandung Regency***

### **Edukasi Kader tentang Perawatan Payudara dan Teknik Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Cileunyi Kabupaten Bandung**

**Diana Ulfah, Yani Marlina, Tri Nur Jayanti\*, Ade Iwan Mutiudin, Roganda Situmorang**

Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana, Bandung, Indonesia

\*Corresponding author: [tri.nur@bku.ac.id](mailto:tri.nur@bku.ac.id)

Received: February 26, 2024

Accepted: July 14, 2024

Published: September 27, 2024

#### **Keywords:**

breast care,  
breastfeeding  
technique,  
education, kader

#### **ABSTRACT**

*Breast milk is the best food for babies because it has benefits. Babies who are not exclusively breastfed have been more susceptible to infections compared to babies who are exclusively breastfed. However, the benefits of breast milk do not necessarily mean that all mothers are providing breast milk as recommended. This can be caused by problems during breastfeeding, such as sore nipples, tenderness, swelling, mastitis, and even breast abscess. Therefore, breast care and breastfeeding training must be carried out so mothers avoid breastfeeding problems. Educational activities in this activity were conducted at Posyandu Mulus Rahayu 22, attended by 14 cadres, and Posyandu Shofa 11 A, B, C by 11 cadres. Education is carried out using lectures, demonstrations, and question-and-answer methods, such as PowerPoint, leaflets, and teaching aids. Pre-tests and post-tests were carried out to evaluate participants. The evaluation results showed increased participants' knowledge from an average of 6.44 at the pre-test to 7.6 at the post-test. Education is an important step that needs to be taken to increase knowledge. It is hoped that cadres who have taken part in this activity can convey information to mothers around them so that they avoid breastfeeding problems.*

#### **Kata Kunci:**

edukasi, kader,  
perawatan  
payudara, teknik  
menyusui

#### **ABSTRAK**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena memiliki berbagai manfaat. Bayi non ASI eksklusif terbukti lebih rentan terhadap infeksi bila dibandingkan dengan bayi dengan ASI eksklusif. Namun, kemanfaatan ASI tidak kemudian membuat semua ibu berhasil memberikan ASI sesuai anjuran. Hal tersebut dapat disebabkan karena permasalahan yang dialami ibu selama menyusui seperti putting lecet, nyeri, bengkak, mastitis, hingga abses payudara. Oleh karena itu, edukasi mengenai perawatan payudara dan teknik menyusui perlu dilakukan agar ibu terhindar dari permasalahan menyusui. Kegiatan edukasi dalam kegiatan ini dilakukan di Posyandu Mulus Rahayu 22 yang dihadiri oleh 14 kader dan Posyandu Shofa 11 A, B, C yang dihadiri oleh 11 kader. Edukasi dilakukan menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab dengan media powerpoint, leaflet, dan alat peraga. Pre-test dan post-test menggunakan kuesioner dilakukan untuk mengevaluasi peserta. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta dari rerata 6,44 saat pre-test menjadi 7,6 saat post-test. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan, edukasi menjadi langkah penting yang perlu dilakukan untuk

meningkatkan pengetahuan. Diharapkan kader yang telah mengikuti kegiatan ini dapat menyampaikan informasi kepada ibu-ibu disekitarnya agar mereka dapat mempraktikkan cara perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar sehingga terhindar dari permasalahan menyusui dan dapat memberikan ASI sesuai anjuran.

## PENDAHULUAN

ASI (Air Susu Ibu) merupakan makanan terbaik untuk bayi karena mengandung semua zat yang diperlukan oleh bayi (WHO, 2020). ASI memiliki kandungan antibodi yang dapat membantu anak bertahan hidup dengan melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi (Profil Kesehatan Kabupaten Bandung, 2022). ASI dianjurkan diberikan kepada bayi sampai usia 6 bulan tanpa tambahan makanan/minuman lain (ASI eksklusif) dan diteruskan sampai usia 24 bulan dengan tambahan nutrisi lainnya (WHO). Oleh karena itu, memberikan ASI/menyusui menjadi hal mutlak yang harus dilakukan untuk meningkatkan kesehatan bayi.

Kemanfaatan ASI tidak serta merta membuat semua ibu memberikan ASI sesuai dengan yang telah dianjurkan. Berdasarkan data Susenas BPS (2022), persentase bayi < 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 72,4%. Jawa Barat memiliki persentase di atas persentase Nasional, yaitu 77%. Meskipun demikian, angka tersebut masih belum mencapai target yang ditentukan, yaitu 80% (Riskesdas, 2018). Hal tersebut menunjukkan bahwa permasalahan tentang pemberian ASI masih perlu diprioritaskan.

Beberapa dampak akibat pemberian ASI yang tidak optimal telah dilaporkan oleh berbagai sumber. Wati, dkk (2021) dalam literatur reviewnya menyebutkan bahwa pemberian ASI eksklusif memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting. Anak yang tidak mendapatkan ASI eksklusif memiliki risiko sebesar 7,86 kali lebih tinggi untuk mengalami stunting bila dibandingkan dengan anak yang mendapatkan ASI eksklusif (Permadi, dkk, 2016). Yustianingrum dan Adriani (2017) menambahkan, anak dengan ASI eksklusif memiliki status gizi yang lebih baik dan memiliki riwayat sakit infeksi lebih rendah dibandingkan dengan anak non ASI eksklusif. Kapti (2017) menambahkan dalam penelitiannya yang menyebutkan adanya hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian diare dan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada anak. Dampak tersebut disebutkan menjadi beberapa penyebab kematian pada anak balita (UNICEF, 2020).

Permasalahan mengenai pemberian ASI memerlukan penanganan. Meskipun menyusui merupakan peristiwa alamiah bagi seorang ibu, tetapi pada kenyataannya prosesnya tidak mudah (Wattimena, 2012). Pada penelitian fenomenologi oleh Suryanti dan Utami (2022) disebutkan bahwa permasalahan bendungan ASI dialami ibu saat nifas menyebabkan pembengkakan dan nyeri pada payudara. Dalam studi Jeniawaty (2016) menyebutkan, salah satu informannya mengeluhkan ASI tidak keluar sama sekali sampai hari ke lima membuat ibu merasa sedih dan kecewa karena merasa tidak bisa menyusui dan tidak bisa menjadi ibu. Apriyanti dan Syahda (2022) menambahkan, 63,4% dari 41 ibu mengalami *nipple trauma* dan 22 diantaranya disebabkan karena teknik menyusui yang tidak tepat. Fujiana (2020) juga menyebutkan permasalahan terkait pemberian ASI, yaitu 3 dari 7 ibu memberikan susu formula dan Makanan Pendamping ASI (MPASI) instan saat usia bayi 3 bulan dan 2 dari 7 ibu tidak memberikan ASI kepada bayinya sejak lahir. Temuan fenomena tersebut memerlukan perhatian berbagai pihak terutama dari perawat sebagai pemberi pelayanan kesehatan.

Pemberian ASI memerlukan persiapan dari ibu sejak masa kehamilan hingga menyusui. Perawatan payudara selama kehamilan dan menyusui menjadi salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan dalam pemberian ASI. Selama

kehamilan dan awal masa menyusui, payudara akan membengkak sebagai tanda bahwa tubuh mulai mempersiapkan diri untuk menyusui. Namun, adanya pembengkakan tersebut dapat menyebabkan payudara menjadi mudah teriritasi bahkan luka. Beberapa permasalahan yang dapat terjadi selama masa menyusui antara lain puting lecet, payudara bengkak, sumbatan saluran payudara, mastitis, dan abses pada payudara. Permasalahan-permasalahan tersebut dapat muncul segera setelah persalinan atau selama menyusui yang mengakibatkan pengeluaran ASI menjadi tidak mencukupi (Boskabadi, Ramazanzadeh, Zakerihamidi, & Omran, 2014; Karaçam & Sağlık, 2018; Norazizah & Hidayah, 2013). Oleh karena itu, perawatan payudara selama masa kehamilan dan menyusui perlu dilakukan.

Puskesmas Cileunyi merupakan salah satu Puskesmas di Kabupaten Bandung yang memperhatikan kesehatan ibu dan anak. Puskesmas tersebut membawahi 56 Posyandu, yaitu 29 Posyandu di kelurahan Cileunyi Wetan dan 27 Posyandu di Cileunyi Kulon. Setiap Posyandu diketuai oleh ibu RW dan memiliki kader dengan jumlah yang berbeda-beda. Hasil kajian situasi yang dilakukan menunjukkan bahwa di wilayah kerja Puskesmas Cileunyi belum ada kegiatan edukasi terkait perawatan payudara dan menyusui baik pada ibu di komunitas maupun pada kader. Ketika menghadiri kelas ibu hamil, ibu-ibu hamil sering kali tampak bingung dalam mempraktikkan posisi menyusui yang benar. Hasil wawancara di lapangan menunjukkan, edukasi perawatan payudara dan menyusui sangat diperlukan oleh ibu hamil dan menyusui. Oleh karena itu, kami ingin memberikan edukasi kepada kader sebagai perpanjangan tangan dari bidan desa dan Puskesmas yang bertanggung jawab di wilayahnya masing-masing agar dapat memberikan informasi kepada ibu hamil dan menyusui tentang perawatan payudara dan teknik menyusui.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Cileunyi, yaitu di Posyandu Mulus Rahayu 22 dan Posyandu Shofa 11 A, B, C. Adapun tahapan langkahnya yaitu: 1) Kajian situasi untuk mengetahui gambaran masalah di masyarakat yang dilakukan pada akhir bulan Oktober 2023; 2) Penyusunan proposal untuk diajukan ke Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Bhakti Kencana; 3) Mengurus perizinan kegiatan dan penandatanganan kesediaan menjadi mitra antara pihak Puskesmas sebagai mitra dan dosen Universitas Bhakti Kencana sebagai pelaksana kegiatan; 4) Persiapan tim pelaksana meliputi pembuatan spanduk, media, dan kuesioner; 5) Pelaksanaan kegiatan yang terbagi menjadi 2 hari yaitu 3 November 2023 di Posyandu Mulus Rahayu 22 dan 9 November 2023 di Posyandu Shofa 11 A, B, C. Kegiatan yang dilakukan yaitu: a) pre-test menggunakan kuesioner, b) pemberian edukasi tentang perawatan payudara dan teknik menyusui dengan cara ceramah dan demonstrasi menggunakan media powerpoint, leaflet, dan alat peraga dilanjutkan tanya jawab, dan c) post-test menggunakan kuesioner yang sama saat pre-test; 6) Penyusunan laporan akhir untuk pelaporan pertanggungjawaban. Pengukuran pre-test dan post-test dilakukan menggunakan kuesioner yang dibuat oleh tim untuk mengetahui pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan sehingga dapat digunakan untuk mengevaluasi keberhasilan kegiatan ini.

Kegiatan ini dilakukan oleh tim dosen dari Fakultas Keperawatan dengan bidang keilmuan keperawatan maternitas yaitu Hj. Diana Ulfah, SKp., M.Kep; Yani Marlina, S.Kep., Ners., M.Kep; Tri Nur Jayanti, S.Kep., Ners., M.Kep dan keilmuan keperawatan medikal bedah Ade Iwan Mutiudin, S.kep., Ners., M.Kep serta keperawatan dasar Roganda Situmorang, S.Kep., Ners., M.Kep. Materi disusun dan disampaikan oleh dosen keperawatan maternitas yang menguasai tentang perawatan payudara dan teknik menyusui yaitu Hj.

Diana Ulfah, SKp., M.Kep dan Yani Marlina, S.Kep., Ners., M.Kep. Tim dosen sebagai pelaksana juga melibatkan mahasiswa keperawatan selama dua hari pelaksanaan kegiatan. Selain itu, beberapa pihak lain yang terlibat dalam kegiatan ini yaitu pihak Puskesmas, bidan desa, dan kader Posyandu sebagai mitra yang menghadiri kegiatan.

Hasil pengukuran *pre-test* dan *post-test* diolah dan dianalisis secara univariat untuk mendapatkan nilai rerata sebelum dan sesudah kegiatan kemudian ditampilkan dalam bentuk tabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di dua tempat, yaitu di Posyandu Mulus Rahayu yang dihadiri oleh 14 peserta dan di Posyandu Shofa 11 A, B, C yang dihadiri oleh 11 peserta (Gambar 1 dan Gambar 2). Kegiatan ini berlangsung secara kondusif dan sesuai dengan perencanaan



Gambar 1. Pelaksanaan Edukasi di Posyandu Mulus Rahayu 22



Gambar 2. Pelaksanaan Edukasi di Posyandu Shofa 11 A, B, C

Tabel 1 menunjukkan adanya perubahan pengetahuan peserta dari sebelum pemberian edukasi memiliki rerata 6,44 (min 4 dan max 9) mengalami peningkatan setelah pemberian edukasi menjadi 7,6 (min 5 dan max 10). Edukasi atau pendidikan

kesehatan adalah kegiatan pemberian informasi kesehatan kepada individu, keluarga, maupun masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku agar tercapai kesehatan yang optimal (Notoatmodjo, 2010). Definisi tersebut sesuai dengan perubahan pengetahuan yang terjadi pada peserta dalam kegiatan ini yang mana terdapat peningkatan nilai peserta setelah diberikan edukasi. Peserta yang menjadi sasaran dalam kegiatan ini adalah kader. Keterlibatan kader dalam meningkatkan cakupan pemberian ASI telah banyak dilaporkan dalam beberapa kegiatan. Prastyoningsih, dkk (2021) dalam kegiatan yang serupa juga memberdayakan kader untuk meningkatkan keberhasilan cakupan ASI eksklusif dengan cara edukasi. Siregar (2022) juga menyebutkan, terjadi peningkatan pengetahuan kader tentang perawatan payudara setelah intervensi pelatihan dan pendampingan kader oleh pelaksana pengabdian masyarakat di Bekasi dan terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pelatihan tentang perawatan payudara oleh kader. Dalam kegiatan ini pun diharapkan nantinya kader dapat berperan aktif sebagai perpanjangan tangan petugas kesehatan untuk menyampaikan informasi ke ibu-ibu yang mengalami permasalahan menyusui.

Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test

| No.    | Nilai Pre-Test | Nilai Post-Test |
|--------|----------------|-----------------|
| 1      | 6              | 9               |
| 2      | 5              | 7               |
| 3      | 4              | 8               |
| 4      | 7              | 7               |
| 5      | 7              | 9               |
| 6      | 7              | 7               |
| 7      | 7              | 10              |
| 8      | 6              | 8               |
| 9      | 9              | 8               |
| 10     | 5              | 8               |
| 11     | 5              | 6               |
| 12     | 7              | 8               |
| 13     | 6              | 7               |
| 14     | 7              | 8               |
| 15     | 7              | 9               |
| 16     | 7              | 9               |
| 17     | 6              | 6               |
| 18     | 6              | 5               |
| 19     | 8              | 8               |
| 20     | 7              | 5               |
| 21     | 7              | 8               |
| 22     | 7              | 7               |
| 23     | 6              | 9               |
| 24     | 5              | 7               |
| 25     | 7              | 7               |
| Rerata | 6,44           | 7,6             |
| Min    | 4              | 5               |
| Max    | 9              | 10              |

Kegiatan edukasi ini menggunakan kombinasi metode dan media yang kami sesuaikan dengan sasaran dan tujuan kegiatan. Media yang kami gunakan untuk menyampaikan informasi meliputi *powerpoint*, *leaflet*, dan alat peraga. *Powerpoint* dapat membantu

*educator* memfokuskan perhatian peserta. Hal tersebut dapat dinilai dari respon peserta yang mana seluruh peserta dapat tetap kondusif mendengarkan, memperhatikan, dan mengikuti instruksi selama kegiatan. Selain itu, kami memberikan *leaflet* agar peserta dapat membukanya kembali saat di rumah ketika lupa dengan informasi yang disampaikan. *Leaflet* juga dapat digunakan oleh peserta untuk menyampaikan informasi yang diterimanya ke orang lain di sekitarnya sehingga informasi lebih mudah dan luas tersampaikan. Penggunaan kedua media tersebut telah dibuktikan secara ilmiah oleh Khoiron dan Sulastri (2014) yang menyatakan *powerpoint* dan *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu mengenai deteksi dini kanker serviks dengan efektivitas *powerpoint* yang lebih tinggi dibandingkan dengan *leaflet*. Selain itu, kami menggunakan alat peraga untuk memudahkan *educator* mempraktikkan cara perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar. Efektivitasnya pun telah dibuktikan secara ilmiah oleh Nurrizka dan Wenny (2020) yang menyimpulkan, terdapat perubahan pengetahuan ibu secara signifikan setelah diberikan pelatihan perawatan payudara menggunakan media phantom.

Pemaparan di atas menggambarkan bahwa edukasi diperlukan sebagai langkah awal dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai cara perawatan payudara dan teknik menyusui. Dengan demikian, masyarakat nantinya dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh tersebut ketika menemukan permasalahan terkait menyusui di tengah-tengah masa menyusui, sehingga ibu dan bayi merasa nyaman ketika proses menyusui. Pada akhirnya diharapkan para ibu dapat memberikan ASI sesuai dengan anjuran yaitu sampai bayi berusia 6 bulan tanpa makanan/minuman pendamping lainnya dan diteruskan sampai bayi berusia 24 bulan dengan Makanan Pendamping ASI (MPASI).

## KESIMPULAN

Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa edukasi perawatan payudara dan teknik menyusui dapat meningkatkan pengetahuan kader di Posyandu Mulus Rahayu 22 dan Posyandu Shofa 11 A, B, C. Diharapkan para kader dapat menjadi perpanjangan tangan petugas kesehatan untuk menyampaikan informasi ini kepada para ibu sehingga ibu-ibu dapat menerapkan cara perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar agar mereka merasa nyaman ketika menyusui dan berhasil memberikan ASI kepada bayinya secara optimal sesuai dengan anjuran.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan kami ucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Bhakti Kencana yang telah mendanai kegiatan ini pada program hibah pengabdian masyarakat tahun anggaran 2023.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanti, F., & Syahda, S. (2022). Analisa hubungan teknik menyusui dengan kejadian nipple trauma pada ibu menyusui di Desa Laboi Jaya wilayah kerja UPT Puskesmas Laboy Jaya. *Jurnal Ners*, 6(1), 114–118.
- BPS. (2022). Persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif menurut provinsi (persen), 2020-2022. Badan Pusat

- Statistik. <https://www.bps.go.id/indicator/30/1340/1/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>. Diakses 1 November 2023.
- Fujiana, F. (2020). Studi fenomenologi: Pengalaman remaja perempuan menjalankan peran sebagai ibu. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 8(1), 26–33.
- Jeniawaty, S. (2016). Asuhan keperawatan psikososial pada ibu nifas dalam menghadapi ASI belum keluar pada 0-3 hari pasca persalinan. *Jurnal Ners*, 11(2), 159–173.
- Kapti. (2017). Hubungan antara pemberian ASI eksklusif terhadap kejadian diare dan infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) pada bayi usia 6-12 bulan. [Unpublished thesis].
- Khoiron, N., & Sulastri, S. K. (2014). Efektivitas pendidikan kesehatan dengan menggunakan media leaflet dan media slide power point terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku deteksi dini kanker serviks pada ibu-ibu PKK di wilayah kerja Puskesmas Kartasura Sukoharjo (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nurritzka, R. H., & Wenny, D. M. (2020). Efektivitas pelatihan dengan media phantom dalam meningkatkan pengetahuan perawatan payudara dan ASI eksklusif pada ibu hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 99–103.
- Permadi, M. R., Hanim, D., Kusnandar, K., & Indarto, D. (2016). Risiko inisiasi menyusui dini dan praktek ASI eksklusif terhadap kejadian stunting pada anak 6-24 bulan. *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 39(1), 9–14.
- Prastyoningsih, A., Noor, F. A., Nurjannah, S., Pratiwi, E. N., & Maharani, A. P. (2021). Upaya meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif melalui pemberdayaan kader dengan pemberian edukasi booklet “Sidara” (Laktasi dan perawatan payudara). *Abdikemas Mulawarman: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7–12.
- Siregar, R. (2022). Pelatihan dan pendampingan kader tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III dalam persiapan inisiasi menyusui dini dan pemberian kolostrum di Desa Karang Raharja Kecamatan Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(4), 2082–2087.
- Suryanti, Y., Rizkia, R., & Utami, R. (2022). Perawatan payudara terhadap bendungan ASI. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 12(24), 161–169.
- UNICEF. (2020). *Situasi anak di Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org/indonesia/files/2020-07/Situasi-Anak-di-Indonesia-2020.pdf>
- Wati, S. K., Kusyanti, A., & Fitriyah, E. T. (2021). Pengaruh faktor ibu (pengetahuan ibu, pemberian ASI eksklusif & MP-ASI) terhadap kejadian stunting pada anak. *Journal of Health Science Community*, 2(1), 40–52.
- Wattimena, I., Susanti, N. L., & Marsuyanto, Y. (2012). Kekuatan psikologis ibu untuk menyusui. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 7(2), 56–62.

WHO. (2020). *Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants*. World Health Organization.

Yustianingrum, L. N., & Adriani, M. (2017). Perbedaan status gizi dan penyakit infeksi pada anak baduta yang diberi ASI eksklusif dan non-ASI eksklusif. *Amerta Nutrition*, 1(4), 415–423.

---

@2024 Ulfah *et al.*

This is an open access article licensed under the terms of a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>).