

**UPAYA DALAM PEMBERIAN EDUKASI TENTANG
PENATALAKSANAAN *BREAST CARE* UNTUK MENCEGAH
BENDUNGAN ASI PADA IBU PASCA SALIN**

Ratih Septiana Arpen^{1*}, Gusmadewi²

^{1*} Universitas Sumatera Barat ratihseptiana17@gmail.com

² Universitas Sumatera Barat gusmadewi.2019@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History:

Received : 01-Oktober-2025

Revised : 20-Nov-2025

Accepted : 20 –Des -2025

Keyword:

*Knowledge; Breast Care; Breast
Milk Production;; Postpartum
Mothers;*

ABSTRACT

According to the (WHO) World Health Organization, the percentage of breastfeeding women who experienced breast milk engorgement was an average of 8,242 (87.05%) of 12,765 postpartum mothers, in 2019 there were 7,198 (66.87%) of 10,764 postpartum mothers experiencing breast milk engorgement in 2020 there were 6,543 (66.34%) of 9,862 postpartum mothers experiencing breast milk engorgement. in 2021 it was revealed that data on mothers experiencing breastfeeding problems was around 17,230,142 million people consisting of sore nipples 56.4%, breast engorgement 36.12% and mastitis 7.5%. From the initial survey at the service location, namely Posyandu Gerry Permai, Padang Sarai Village, Padang City, one of the things that was raised was that several problems were found, especially problems of postpartum mothers, then there were health problems regarding breast care management to prevent breast milk stagnation in postpartum mothers, around only 6 postpartum mothers knew the knowledge and experience of mothers in breastfeeding, especially about breast care to avoid breast swelling/ breast milk dams. Of the 14 postpartum mothers encountered, 8 were pregnant women who did not know they were experiencing breast swelling/ breast milk dams and sore nipples at the start of breastfeeding. The purpose of this community service on January 14, 2026, was to educate breastfeeding mothers on breast care to improve blood circulation and promote breast milk flow. Furthermore, breast care can also increase breast milk production. This activity involved direct counseling for postpartum mothers. The results of this community service activity showed an increase in knowledge, and breastfeeding mothers became proficient and skilled in practicing proper breast care and oxytocin massage, thus contributing to the success of exclusive breastfeeding.

ABSTRAK

Kata Kunci:

*Edukasi; Breast
Care; Bendungan*

ASI; Ibu Pasca Salin;

Menurut (WHO) World Health Organization, persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata sebanyak 8.242 (87,05%) dari 12.765 yang ibu nifas, pada tahun 2019 yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7.198 (66,87%) dari 10.764 ibu nifas pada tahun 2020 terdapat bendungan ASI sebanyak 6.543 (66,34%) dari 9.862 ibu nifas. pada tahun 2021 terungkap data ibu yang mengalami masalah menyusui sekitar 17.230.142 juta jiwa yang terdiri dari puting susu lecet 56,4%, bendungan payudara 36,12% dan mastitis 7,5%. Dari survei awal di lokasi pengabdian yaitu Posyandu Gerry Permai Kelurahan Padang Sarai Kota Padang yaitu salah satu yang dikemukakan adalah ditemukan beberapa permasalahan khususnya masalah ibu nifas, kemudian yaitu masalah kesehatan tentang penatalaksanaan breast care untuk mencegah bendungan asi pada ibu nifas sekitar hanya 6 orang ibu nifas yang mengetahui pengetahuan dan pengalaman ibu dalam menyusui terutama tentang perawatan payudara untuk menghindari pembengkakan payudara/bendungan ASI 14 orang ibu nifas yang ditemui 8 orang adalah ibu hamil yang belum mengetahui mengalami pembengkakan payudara/bendungan ASI dan puting lecet pada awal menyusui. Tujuan pengabdian masyarakat ini tanggal 14 Januari 2026 adalah untuk mengetahui Perawatan payudara untuk melancarkan peredaran darah sehingga ASI

dapat keluar dengan lancar. Selain itu, perawatan payudara juga dapat meningkatkan produksi ASI. Metode kegiatan ini melalui Penyuluhan langsung pada Ibu Pasca salin. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan adanya peningkatan pengetahuan, ibu menyusui dapat mahir dan terampil mempraktekan perawatan payudara dan pijat oksitosin yang baik dan benar sehingga keberhasilan menyusui ASI Eksklusif.

PENDAHULUAN

Menurut (WHO) World Health Organization, Persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata sebanyak 8.242 (87,05%) dari 12.765 yang ibu nifas, pada Tahun 2019 yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7.198 (66,87%) dari 10.764 ibu nifas pada Tahun 2020 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6.543 (66,34%) dari 9.862 ibu nifas. Menurut WHO pada Tahun 2021 terungkap data ibu yang mengalami masalah menyusui sekitar 17.230.142 juta jiwa yang terdiri dari puting susu lecet 56,4%, bendungan payudara 36,12% dan mastitis 7,5 % menurut. (Danti et al., 2022)

Berdasarkan laporan dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Tahun 2020 menunjukkan bahwa 55% ibu menyusui mengalami mastitis dan puting susu lecet, kemungkinan hal tersebut disebabkan karena perawatan payudara yang tidak benar. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh badan penelitian dan pengembangan di bidang kesehatan, pada Tahun 2019 didapatkan 46% ketidak lancaran ASI terjadi akibat perawatan payudara yang kurang, 25% akibat frekuensi menyusui yang kurang dari 8x/hari, 14% akibat BBLR, 10% akibat prematur, dan 5% akibat penyakit akut maupun kronis menurut (Danti et al., 2022)

Salah satu masalah pada masa nifas adalah payudara bengkak atau bendungan ASI. Penyebab terjadinya bendungan ASI adalah ASI yang tidak segera dikeluarkan sehingga menyebabkan payudara bengkak. Gejala dari bendungan ASI antara lain odema, payudara terasa keras, panas, dan nyeri (dolor) tekan. Perawatan payudara berguna untuk meningkatkan kuantitas air susu ibu dengan merangsang ductus lactiferi melalui massage, control higienitas pada payudara agar terhindar dari infeksi, melenturkan dan menguatkan puting, kelainan puting susu, serta persiapan psikis ibu menyusui. Massage yang tepat pada payudara yang bengkak dan hisapan bayi yang kuat dapat melancarkan pengeluaran ASI dengan maksimal sehingga payudara menjadi kosong dan tidak terjadi bendungan ASI. Menurut oleh (Amrina Octaviana, Roslina, Ima Wastiani, Eva Berliana, 2025)

Pembengkakan payudara dapat terjadi dikarenakan adanya sumbatan pada saluran susu. Sumbatan pada payudara tersebut bisa terjadi pada satu atau lebih duktus laktiferus. Gangguan ini dapat menyebabkan bendungan ASI pada payudara dan apabila tidak segera ditangani akan menyebabkan terjadinya mastitis dan abses payudara yang dapat berdampak pada kegagalan menyusui. Pembengkakan payudara biasanya memuncak pada hari ketiga dan kelima sesudah melahirkan, puting susu membesar, payudara terasa keras dan mengencang serta ASI yang keluar sedikit berdasarkan dari (maria cindy clarita, 2025)

Salah satu masalah yang sering dialami pada masa nifas adalah Pembengkakan payudara. Mastitis adalah infeksi yang disebabkan adanya sumbatan pada duktus (saluran

susu) hingga puting susu atau disebut juga peradangan pada payudara. Bendungan asi adalah penyempitan pada saluran ASI yang disebabkan karna air susu mengental sehingga menyumbat lumen saluran menurut (wahyuni sri, 2019)

ASI adalah hadiah terindah dari ibu kepada bayinya yang disekresikan oleh kedua belah kelenjar payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik bernutrisi dan berenergi tinggi yang mudah dicerna dan mengandung komposisi nutrisi yang seimbang dan sempurna untuk tumbuh kembang bayi yang tersedia setiap saat, siap disajikan pada suhu kamar dan bebas dari kontaminasi. Secara alamiah, kedua belah kelenjar payudara ibu mampu menghasilkan ASI. Dengan demikian, merupakan makanan yang telah disiapkan untuk calon bayi saat ibu mengalami kehamilan. Selama hamil payudara ibu mengalami perubahan untuk menyiapkan produksi ASI tersebut sehingga jika telah tiba waktunya ASI dapat digunakan sebagai pemenuhan nutrisi bayi ini berdasarkan dari (Lilis Winarsih et al., 2023)

Kelancaran proses laktasi atau produksi ASI dipengaruhi oleh perawatan Payudara, frekuensi menyusui, psikologi ibu, kesehatan ibu, dan kontrasepsi. Penurunan produksi ASI juga disebabkan oleh kurangnya hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses laktasi. Upaya merangsang hormone prolaktin dan oksitosin dapat dilakukan dengan perawatan atau pijat payudara, pijat oksitosin, pembersihan puting susu, menyusui dini dan teratur serta Teknik marmet atau metode pemerah dan Masalah pada menyusui sering terjadi pada ibu pasca salin. (Kairupan, Sandra et al., 2024)

Sejak hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan, produksi ASI akan meningkat sehingga 1 payudara menjadi bengkak. Hal ini bersifat fisiologis dan dengan penghisapan yang efektif Dan pengeluaran ASI oleh bayi, rasa bengkak tersebut pulih dengan cepat. Namun apabila ibu tidak segera memberikan ASI kepada bayinya akan menyebabkan bendungan pada ASI sehingga ibu akan merasanya nyeri pada payudara dan demam Untuk mengatasi permasalahan tersebut maka dibutuhkan perawatan payudara menurut oleh (Septiani & Sumiyati, 2022)

Dari survei awal di lokasi pengabdian, salah satu yang dikemukakan adalah ditemukan beberapa permasalahan khususnya masalah ibu Pasca Salin, salah satunya yaitu masalah kesehatan tentang penatalaksanaan breast care untuk mencegah bendungan asi pada ibu Pasca Salin sekitar hanya 6 orang ibu Pasca Salin yang mengetahui pengetahuan dan pengalaman ibu dalam menyusui terutama tentang perawatan payudara untuk menghindari pembengkakan payudara/bendungan ASI 14 orang ibu Pasca Salin yang ditemui 8 orang adalah ibu Pasca Salin yang belum mengetahui mengalami pembengkakan payudara/bendungan ASI dan puting lecet pada awal menyusui.

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui Perawatan payudara untuk melancarkan peredaran darah sehingga ASI dapat keluar dengan lancar. Selain itu, perawatan payudara juga dapat meningkatkan produksi ASI. Kejadian bendungan ASI yang sering dialami oleh ibu menyusui juga dapat dicegah dengan melakukan perawatan payudara secara rutin. Dalam rangka mengoptimalkan masa laktasi, maka ibu menyusui perlu melakukan perawatan payudara secara benar dan rutin. Untuk itu, peran aktif petugas kesehatan terutama bidan sangat diperlukan dalam memberikan KIE (Konseling, Informasi, dan Edukasi) tentang perawatan payudara secara benar. Pemberian KIE dimulai sejak ibu hamil sampai masa nifas.

SOLUSI DAN TARGET

Solusi yang ditawarkan dalam permasalahan yang dihadapi yaitu dengan cara melakukan edukasi kelompok dan penyuluhan pada ibu Pasca Salin di Posyandu Gerry Permai Kelurahan Padang Sarai. Kegiatan edukasi kesehatan dan penyuluhan ini dilakukan pada Rabu, 14 Januari 2026. Kegiatan ini mengusung target untuk peningkatan pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku ibu. Jika Ibu Pasca Salin memiliki pengetahuan tentang Pemberian edukasi dilakukan dengan pendekatan komprehensif, baik melalui penyuluhan langsung, demonstrasi, maupun pendampingan sedangkan untuk targetnya yaitu Peningkatan Pengetahuan: Ibu memahami pentingnya *breast care* dan cara melakukannya secara mandiri., Mencegah payudara bengkak, keras, dan nyeri (bendungan ASI). Kemandirian Ibu mampu melakukan perawatan payudara sendiri di rumah. Keberhasilan ASI Eksklusif: Produksi ASI meningkat dan lancar, sehingga kebutuhan nutrisi bayi terpenuhi. Ibu dapat mendeteksi dini jika ada kelainan pada payudara (seperti tanda-tanda infeksi/mastitis).

Faktor penyebab bendungan ASI meliputi pengosongan payudara, tingkat pengetahuan, status paritas, dan kebiasaan menyusui. Ibu primipara lebih rentan karena minim pengalaman. Oleh karena itu, pengabdian Masyarakat ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian bendungan ASI pada ibu Pasca Salin.

Penyuluhan dilakukan pada hari Rabu tanggal 14 Januari 2026 dengan jumlah Ibu Pasca Salin yang datang pada hari itu adalah 14 orang. Ibu Pasca Salin yang datang secara bertahap. Saat Posyandu dilakukan metode ceramah, diskusi, demonstrasi langsung di bukalah sesi tanya jawab dan ternyata banyak diantara ibu Pasca Salin yang belum mengetahui mengalami pembengkakan payudara/bendungan ASI dan puting lecet pada awal menyusui. Sehingga Edukasi ini juga membantu mengurangi hambatan dalam proses menyusui serta meningkatkan kesiapan ibu dalam memberikan ASI yang optimal bagi bayinya.

METODE KEGIATAN

a) Persiapan

Persiapan kegiatan ini dimulai dengan melakukan koordinasi dengan Bentuk kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu memberikan edukasi Metode yang digunakan adalah observasi langsung dan sosialisasi kelas ibu Posyandu Gerry Permai Kelurahan Padang Sarai Kota Padang.

Kegiatan sosialisasi Bentuk kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu Teknik pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah materi tentang penatalaksanaan *breast care* untuk mencegah bendungan ASI pada ibu Pasca Salin. diberikan dengan teknik ceramah selama 30 menit. Setelah materi diberikan, dibuka sesi tanya jawab dan diskusi, bagi audiens yang bertanya dan dapat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim penyuluh akan diberikan dooprize. Kegiatan di akhiri Evaluasi akhir kegiatan dilakukan pemberian materi yang telah disampaikan oleh tim penyuluh. Kemudian dilakukan penilaian untuk dapat mengetahui keberhasilan dan pengetahuan ibu Pasca Salin, diadakan di pada hari Rabu Tanggal 14 Januari tahun 2026, dengan peserta yaitu ibu hamil sebanyak 14 orang. Kegiatan ini dibantu oleh mahasiswa dan bidan serta kader. Materi disajikan dalam bentuk Microsoft Power Point. Kegiatan tersebut berlangsung dalam dua tahap yaitu sosialisasi dengan demonstrasi langsung menggunakan metode presentasi dan dilanjutkan sesi tanya jawab yang di mulai jam 09.30 WIB s.d 11.30 WITA. Kegiatan

pengabdian masyarakat dimulai dengan tahap persiapan, diikuti tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi.

b) Pelaksanaan

1. Tahap persiapan dimulai dengan melakukan koordinasi dengan Bidan Dan Kader serta meminta izin kepada pimpinan Puskesmas untuk melakukan Pengabdian Masyarakat.
2. Setelah mendapatkan izin, kemudian pelaksana kegiatan mempersiapkan diri dan mempersiapkan materi untuk melakukan kegiatan pengabdian ini Setelah memperoleh persetujuan, maka penulis menetapkan waktu dan tempat dilakukannya pengabdian masyarakat.
3. Kemudian melakukan persiapan materi berupa power point, video dan peralatan/perlengkapan yang dibutuhkan pada saat kegiatan.
4. Kegiatan selanjutnya adalah memberikan edukasi kepada Ibu Pasca Salin setempat yang menjadi sasaran kegiatan.
5. Dilakukan monitoring dan evaluasi baik secara struktur maupun proses kegiatan.
6. Diakhir kegiatan seluruh peserta akan diberikan posttest sesuai materi yang telah diberikan. Dalam pelaksanaan kegiatan peserta tampak antusias dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat.

B. Sasaran Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Seluruh Ibu Pasca Salin yang hadir pada di Posyandu Gerry Permai Kelurahan Padang Sarai Kota Padang yaitu sebanyak 14 orang yang datang.

C. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan edukasi untuk memberikan peningkatan pengetahuan Melalui upaya peningkatan pengetahuan ibu Pasca Salin menunjukkan pengosongan payudara berhubungan signifikan dengan kejadian bendungan ASI, bahwa ASI yang tidak dikeluarkan akan menumpuk dan menekan saluran susu Ibu, di Posyandu Gerry Permai Kelurahan Rabu tanggal 14 Januari 2026 Pukul 09.30 – Selesai.

D. Tim Pelaksana

Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan oleh 2 orang Dosen S-1 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Sumatera Barat dan dibantu oleh 2 orang mahasiswa Prodi S-1 Kebidanan, yaitu:

Tabel 1.1
Peserta Tim Pengabdian Masyarakat

No	Peran	Nama	NIDN
1.	Ketua	Bd. Ratih Septiana Arpen, S.Tr.Keb., M.KM	1017098802
2.	Anggota	Gusmadewi, S.Keb.SKM, M.Kes	1012087501
3.	Mahasiswa	Wiwin Citra Delli	
4.	Mahasiswa	Nori Oktavia	

BAHAN DAN METODE PENGABDIAN MASYARAKAT

Kegiatan pengabdian masyarakat yang di lakukan secara kolaborasi dosen dan mahasiswa Universitas Sumatera Barat ini dilakukan Kegiatan ini dilaksanakan pada hari selama 1 hari yaitu pada hari Rabu Tanggal 14 Januari 2026 pukul 09.30 WIB sampai dengan selesai. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 14 Orang. dalam proses pelaksanaannya, pelaksanaan mendapatkan ijin untuk menyampaikan materi penatalaksanaan Breast Care Untuk mencegah Kejadian bendungan ASI Pada ibu Pasca Salin, sebelumnya dilakukan apersepsi dengan memberikan pertanyaan kepada ibu Pasca Salin.

Selain itu, perawatan payudara juga dapat meningkatkan produksi ASI. Kejadian bendungan ASI yang sering dialami oleh ibu menyusui juga dapat dicegah dengan melakukan perawatan payudara secara rutin. Dalam rangka mengoptimalkan masa laktasi, maka ibu menyusui perlu melakukan perawatan payudara secara benar dan rutin. Untuk itu, peran aktif petugas kesehatan terutama bidan sangat diperlukan dalam memberikan KIE (Konseling, Informasi, dan Edukasi) tentang perawatan payudara secara benar. Pemberian KIE dimulai sejak ibu hamil sampai masa nifas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan memberikan edukasi berupa pendidikan Kesehatan, demonstrasi langsung dan kemudian diikuti dengan diskusi.

Edukasi merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi perilaku untuk lebih baik pada individu, kelompok, atau masyarakat Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, memberikan edukasi kepada ibu agar Peningkatan pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku ibu. Edukasi sebaiknya diberikan sedini mungkin, dimana produksi ASI mulai meningkat dan berpotensi menyebabkan ketidaklancaran jika tidak dikelola dengan benar. Dan pemberian ASI menjadi faktor utama dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. (Diah Pemiliana et al., 2023)

Pemberi materi pertama adalah Bd. Ratih Septiana Arpen, S.Tr.Keb yang ke dua Gusmadewi, S.Keb,SKM,M.Kes yaitu dosen Prodi S1 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Sumatera Barat.

Setelah penyuluhan diberikan, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab, demonstrasi langsung dengan Ibu Pasca Salin Terlihat Ibu Nifas antusias dalam memberikan pertanyaan karena rasa ingin tahu dan semangat untuk sehat sehat tinggi.

Tabel 1.2
LAMPIRAN DAFTAR HADIR PESERTA

NO	NAMA	UMUR	ALAMAT
1	Fatmawati	26 Tahun	Blok D. No. 54
2	Leovani Gusti Maria	38 Tahun	Blok R. No 1
3	Winda Susilawati	27 Tahun	Blok N. No 16
4	Misrayanti	25 Tahun	Blok D. No 55
5	Belni Surani	28 Tahun	Blok O. No 12
6	Wardina tanjung	27 Tahun	Blok O. No 13
7	Rafita Aulia	29 Tahun	Blok R. No 23
8	Leli Fitriani	25 Tahun	Blok D. No 9
9	Tri Kurnia Sari	24 Tahun	Blok D. No 39
10	Miranti Negra Yudi	26 Tahun	Blok X. No 1
11	Meri Yulia Sari	29 Tahun	Blok V. No 29

12	Sari Anggela	28 Tahun	Blok A. No 9
13	Nia Kurnia	30 Tahun	Blok B. No 16
14	Nana Yolanda	28 Tahun	Blok N. No 11

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan berisi hasil temuan selama melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dan pembahasannya secara ilmiah. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan, informasi kepada ibu hamil trimester III terkait dengan persiapan persalinan, sehingga diharapkan ibu Pasca Salin dapat mempersiapkan lebih dini serta untuk menghindari faktor risiko yang bisa terjadi.

Hasil pengabdian masyarakat dijelaskan sebagai berikut:

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari selama 1 hari yaitu pada hari Rabu tanggal 14 Januari 2026 pukul 09.30 WIB sampai dengan selesai. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 14 Orang. dalam proses pelaksanaannya, pelaksanaan mendapatkan ijin untuk menyampaikan materi Berdasarkan hasil yang diperoleh, terdapat beberapa temuan penting yang dapat dijadikan bahan diskusi lebih lanjut; Kurangnya edukasi tentang breast care sebelum persalinan menyebabkan banyak ibu postpartum tidak siap menghadapi tantangan menyusui. Oleh karena itu, edukasi sebaiknya diberikan sejak masa kehamilan, bukan hanya setelah melahirkan.

Faktor psikologis dan sosial memiliki peran besar dalam keberhasilan menyusui. Ibu yang mendapat dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan cenderung lebih percaya diri dalam memberikan ASI. Oleh karena itu, perlu adanya dukungan komunitas atau kelompok ibu menyusui.

Beberapa poin utama yang disampaikan meliputi: Pentingnya Praktik langsung tentang cara membersihkan payudara dan puting susu dengan benar sebelum dan setelah menyusui. Cara menangani masalah menyusui, seperti payudara bengkak, ASI seret, atau bayi sulit menyusu. Selama sesi demonstrasi, peserta didampingi secara langsung oleh tim pengabdian. Para ibu diberikan kesempatan untuk mempraktikkan sendiri teknik breast care, termasuk pemijatan oksitosin dengan bimbingan bidan dan tenaga kesehatan.

Hasilnya menunjukkan bahwa 90% peserta dapat mengikuti langkah-langkah dengan benar setelah diberikan arahan. Evaluasi Keberhasilan Program Keberhasilan kegiatan ini dievaluasi berdasarkan indikator berikut: 100% peserta mengikuti kegiatan dengan baik dan aktif dalam diskusi. Peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan peserta.

Gambar .1

Kegiatan pengabdian masyarakat telah terdokumentasi dengan baik. Berikut di bawah ini merupakan dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan Posyandu Gerry Permai Kelurahan Padang sarai kota Padang.

Gambar. 2

Metode Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat



Gambar. 3

Suasana saat memberikan edukasi secara bertahap dan Diskusi, demonstrasi, maupun pendampingan dengan ibu Nifas



KESIMPULAN

Berdasarkan hasil Pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa Koordinasi berjalan dengan baik antara tim pengabdian dengan ibu hamil di Posyandu Gerry Permai Kelurahan Padang Sarai Kota Padang Sasaran pengabdian memberikan respon yang baik terhadap materi yang telah diberikan.

Adapun jenis kegiatan yang dilakukan meliputi edukasi perawatan payudara yang baik dan benar dan pijat oksitosin untuk melancarkan dan meningkatkan produksi ASI. Sarana pendukung dalam kegiatan ini cukup memadai meliputi tempat, alat, media, bahan, dan SDM. Adapun saran yang dapat diberikan, diharapkan kegiatan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dalam bentuk pendampingan sehingga ibu menyusui dapat mahir dan terampil mempraktekan perawatan payudara dan pijat oksitosin yang baik dan benar sehingga keberhasilan menyusui ASI Eksklusif dapat meningkat di masyarakat.

Diharapkan menambah pengetahuan mengenai perawatan payudara yang benar serta penanganan dari bendungan ASI sehingga dapat menambah wawasan serta memberikan penjelasan kepada ibu bersalin pada masa nifas bendungan ASI yang dialami dengan benar.

Bidan dan Kader perlu memberikan edukasi teknik menyusui sejak masa antenatal. Ibu nifas dianjurkan menyusui bayi secara on demand dan mengosongkan payudara setiap kali menyusui. Puskesmas meningkatkan program konseling menyusui pada kunjungan nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrina Octaviana, Roslina, Ima Wastiani, Eva Berliana, I. T. (2025). *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*. 7(27), 51–56.
- Danti, R. R., Amin, M. Al, & Nikmah, A. N. K. (2022). Pengaruh Metode Breast Care terhadap Pencegahan Bendungan Air Susu Ibu (Asi) pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 9(2), 141–149. <https://doi.org/10.55500/jikr.v9i2.166>
- Diah Pemiliana, P., Rambe, K. S., Purwana, R., Novianti, W., & Harahap, M. C. (2023). *Hubungan frekuensi menyusui dan teknik menyusui dengan bendungan ASI pada ibu nifas di Klinik Alisha*. 1, 225–233.
- Kairupan, Sandra, F., Yahya, M, I., & Desiyanti, W, I. (2024). Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Berita Kesehatan*, 17(1), 61–69.
- Lilis Winarsih, Riski Oktafia, & Rusnaningsih Rusnaningsih. (2023). Intervensi Breast Care Pada Ibu Postpartum Dengan Human Immunodeficiency Virus (HIV) Terhadap Masalah Pemberian ASI. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 7(1), 103–113. <https://doi.org/10.57214/jusika.v7i1.284>
- maria cindy clarita. (2025). *Penerapan Intervensi Perawatan Payudara Terhadap*. 6, 1918–1926.
- Septiani, R., & Sumiyati. (2022). Efektivitas Perawatan Payudara (Breast Care) Terhadap Pembengkakan Payudara (Breast Engorgement) Pada Ibu Menyusui. *MJ (Midwifery Journal)*, 2(2), 67.
- wahyuni sri, T. (2019). DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/2trik9302> Bendungan ASI pada Ibu Postpartum Tengku Sri Wahyuni. 9, 208–211.