

**LAPORAN HASIL  
PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)**



**PELATIHAN AFIRMASI POSITIF SAAT BREAST CARE  
POSTPARTUM TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA  
IBU MENYUSUI DI RSIM SUMBEREJO**

**TIM PENGUSUL**

Ponco Indah Arista Sari, S.SiT., M.Kes	NIDN 0710038501
Amrina Nur Rohmah, S,Tr.Ked., M.Keb	NIDN 0712049401
Safa Puspita Rohmah	NIM 2202021847
Ati'ul Qo'idah	NIM 2202080013

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN  
2022**

**HALAMAN PENGESAHAN  
PROGA KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)**

**Judul PKM** : Pelatihan Afirmasi Positif Saat Breast Care Postpartum Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di RSIM Sumberejo

**Nama Mitra Progam** : Rumah Sakit Islam Sumberejo

**Ketua Tim PKM**

- a. Nama Lengkap : Ponco Indah Arista Sari, S.SiT., M.Kes
- b. NIDN : 0710038501
- c. Jabatan/Golongan : Penata Muda Tk/IIIb
- d. Fakultas/Progam Studi : Ilmu Kesehatan/S1 Kebidanan
- e. Bidang Keahlian : Kebidanan
- f. Alamat Email : -

**Jumlah Anggota Tim**

- a. Nama Anggota I : Amrina Nur Rohmah, S.Tr.Ked., M.Keb
- Bidang Keahlian : Kebidanan
- b. Nama Anggota II : Safa Puspita Rohmah
- Ati'ul Qo'idah

Mahasiswa Kebidanan

Jumlah Mahasiswa Yang Terlibat : 2

**Jumlah Lokasi Kegiatan/Mitra (1)**

- a. Wilayah Mitra (Desa/Kecamatan) : Sumberejo
- b. Kabupaten/Kota : Bojonegoro
- c. Provinsi : Jawa timur
- d. Jarak PT ke lokasi mitra 1 (km) : 46 km

**Luaran yang dihasilkan** : Artikel Jurnal Ilmiah Nasional Terakreditasi Sinta 3.

**Jangka Waktu Pelaksanaan** : 6 bulan

**Biaya Total**

**Internal UM Lamongan** : Rp 10.240.000,00

Lamongan, 5 September 2022

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Ketua Tim PKM

  
Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes  
NIDN 0721087801

  
Ponco Indah Arista Sari, S.SiT., M.Kes  
NIDN 0710038501

Menyetujui  
Kepala LPPM

  
Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN 0720018801

## IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

---

1. Judul Program Kemitraan Masyarakat: Pelatihan Afirmasi Positif Saat Breast Care Postpartum Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di RSIM Sumberejo

2. Tim Pelaksana

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Instansi Awal	Alokasi Waktu (jam/minggu)
1	Ponco Indah Arista Sari,S.SiT.,M.Kes	Ketua	Kebidanan	UM Lamongan	10 jam/minggu
2	Amrina Nur Rohmah,S.Tr.Ked.,M.Keb	Anggota 1	Kebidanan	UM Lamongan	8 jam/minggu
3	Safa Puspita Rohmah	Anggota 2	Kebidanan	UM Lamongan	5 jam/minggu
4	Firdausi	Anggota 3	Kebidanan	UM Lamongan	5 jam/minggu

3. Objek (khalayak sasaran) Program Kemitraan Masyarakat: Masyarakat

4. Masa Pelaksanaan

Mulai : bulan: September tahun: 2022

Berakhir: bulan: Agustus tahun: 2023

5. Usulan Biaya UM Lamongan: Rp 10.240.000,00

6. Lokasi Program Kemitraan Masyarakat : Rumah Sakit Islam Muhammadiyah Sumberejo

7. Mitra yang terlibat: Pasien Postpartum Di RSIM sumberejo

8. Permasalahan yang ditemukan dan solusi yang ditawarkan:

Permasalahan yang dihadapi berupa : Perawatan payudara pasca persalinan terhadap produk asi

Solusi Permasalahan yang ditawarkan berupa : Melakukan dan mengajarkan breast care ( perawatan payudara) pada seua ibu postpartum (pasca persalinan)

9. Kontribusi mendasar pada khalayak sasaran: Apabila seorang ibu nifas diberi rangsangan berupa metode breast care akan membantu peningkatan produk asi sehingga ibu bisa menyusui secara efektifitas.

10. Rencana luaran berupa: artikel jurnal nasional terakreditasi sinta 3.

Jurnal yang dituju: Jurnal Kebidanan Indonesia

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM.....	iii
RINGKASAN.....	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Pemasalahan Mitra.....	3
1.3 Solusi .....	3
BAB 2 TARGET DAN LUARAN .....	4
2.1 Target .....	4
2.2 Luaran .....	5
BAB 3 METODE PELAKSANAAN .....	6
BAB 4 KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI .....	7
BAB 5 HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI.....	9
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....	15
DAFTAR PUSTAKA .....	16
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	18

## RINGKASAN

Perawatan Payudara Pasca Persalinan merupakan suatu kebutuhan bagi ibu pasca melahirkan. Perawatan payudara memang membantu keluarnya ASI sehingga akan berdampak pada peningkatan produksi ASI. Sekresi ASI cukup dan bayi Anda akan menerima ASI murni. Cakupan pemberian ASI eksklusif di wilayah tersebut. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya cakupan ASI eksklusif, salah satunya adalah stimulasi berupa perawatan payudara. Jika ibu nifas mendapat stimulasi metode perawatan payudara secara teratur maka akan membantu meningkatkan produksi ASI dan mencapai ASI eksklusif. (Soetjiningsih, 2010). Penelitian yang digunakan adalah penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan non-equivalent control group design, yaitu penelitian yang berisi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. (Notoatemojo, 2005). Kelompok kontrol adalah ibu nifas yang tidak mendapat perawatan payudara, dan kelompok perlakuan adalah ibu nifas yang mendapat perawatan payudara. Responden adalah ibu-ibu pada hari pertama sampai hari ketujuh pasca melahirkan. Kelompok perlakuan melakukan perawatan payudara dua kali sehari (pagi dan sore), kemudian dilakukan observasi produksi ASI pada hari ke-8. Responden berjumlah 36 ibu nifas yang disurvei dengan teknik purposive sampling, meliputi 18 ibu nifas yang mendapat perawatan payudara dan 18 ibu nifas yang tidak mendapat perawatan payudara. Hasil perhitungan uji t independen menunjukkan nilai t-hit (16,40) > t- tab (1,691). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa perawatan payudara pasca melahirkan efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

**Kata Kunci:** Produksi ASI, Breast Care Post Partum

## **PRAKATA**

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah- Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat (pengabmas) ini yang berjudul “Pelatihan Afirmasi Positif Saat Breast Care Postpartum Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di RSIM Sumberejo”. Laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diajukan untuk memenuhi tugas inti sebagai dosen dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu melaksanakan pengabdian kepada masyarakat atau pengabmas.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Lamongan karena telah memberikan dana dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, sehingga kegiatan ini telah berjalan dengan baik dan penulis dapat menyusun laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada pihak-pihak lain yang turut membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepadamasyarakat dan yang turut membantu penyusunan laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga dapat dipelajari oleh pembaca.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini masih jauh dari kesempurnaan, sehingga penulis mengharapkan saran dankritik yang membangun dari semua pihak untuk menyempurnakan laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Allah SWT. Semoga laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bermanfaat.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Penulis

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Pendahuluan**

Upaya pemeliharaan kesehatan anak dilakukan sejak janin masih dalam kandungan, saat dilahirkan, setelah dilahirkan, dan sampai dengan usia 18 (delapan belas) tahun. Upaya menjaga kesehatan anak ditujukan untuk mempersiapkan generasi penerus yang sehat, cerdas dan berkualitas serta menurunkan angka kematian anak. Indikator angka kematian terkait anak adalah Angka Kematian Neonatal (AKN), Angka Kematian Bayi (AKB), dan Angka Kematian Balita (AKABA). Untuk mencapai target penurunan AKB MDG tahun 2015 yaitu 23 per 1.000 kelahiran hidup, peningkatan akses dan kualitas pelayanan bayi baru lahir/bayi baru lahir menjadi prioritas utama. Salah satu indikator kesehatan anak adalah pemberian ASI eksklusif. (Profil Kesehatan Indonesia, 2014: 106). Pemberian ASI eksklusif harus diberikan pada 6 bulan pertama, agar bayi mencapai tumbuh kembang yang optimal. WHO/UNICEF merekomendasikan empat hal yang harus diperhatikan dalam mencapai tumbuh kembang yang optimal, yaitu pemberian ASI segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI sejak bayi berusia 6 – 24 bulan tua dan terus menyusui sampai 24 bulan. (Kementerian Kesehatan, 2011) Di Indonesia pada tahun 2014 cakupan ASI eksklusif masih dibawah target nasional sebesar 80% yaitu 52,3%. Pemberian ASI eksklusif pada bayi sejak lahir hingga usia 6 bulan sangatlah penting karena ASI merupakan satu-satunya makanan dan minuman yang terbaik bagi bayi. Komposisinya tepat untuk tumbuh kembang bayi, melindungi dari berbagai penyakit dan infeksi, mempererat hubungan batin antara ibu dan bayi sehingga bayi semakin sehat dan cerdas. Namun bagi sebagian ibu, proses pemberian air susu ibu (ASI) mungkin mengalami kendala karena produksi ASI terhenti. Masalah ini banyak dialami oleh ibu menyusui, tidak semua ibu menyusui melakukannya dengan benar, ada pula yang memberikan makanan padat atau susu formula sebelum bayi berusia empat atau enam bulan atau ibu mengalami stres atau kecemasan yang berkepanjangan. Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya cakupan ASI Eksklusif.

Meliputi pengetahuan, sosial budaya, psikologis, fisik ibu, perilaku/stimulus

dan tenaga kesehatan. Dari faktor psikologis ibu akan berhubungan dengan produksi ASI, dimana jika hati ibu senang, bahagia maka produksi ASI akan melimpah. Faktor rangsangan berupa perawatan payudara dengan metode perawatan payudara rutin juga akan membantu meningkatkan produksi ASI sehingga ibu dapat menyusui secara eksklusif, namun ketika pasien pulang biasanya hal ini tidak lagi dilakukan karena kurangnya pengetahuan dari keluarga. (Soetjiningsih, 2010). Produksi ASI merupakan hasil rangsangan payudara oleh hormon prolaktin. ASI diproduksi sebagai hasil kerja gabungan hormon dan refleksi. Saat bayi mulai menghisap ASI, akan terjadi dua refleksi yang menyebabkan keluarnya ASI. Hal ini disebut refleksi pembentukan atau refleksi prolaktin yang dirangsang oleh hormon prolaktin dan refleksi produksi ASI atau disebut juga refleksi “let down” (Roesli, 2008). Indikator produksi ASI dilihat dari faktor bayi yaitu (1) bayi menyusu 8-12 kali sehari, (2) bayi terlihat kenyang, sesekali bayi merasa lapar dan tidur yang cukup, (3) bayi buang air kecil 1-2 kali dalam 24 jam pertama. Dan 6 kali setelah hari ketiga, (4) bayi buang air besar 3-4 kali setiap 24 jam, feses berwarna kekuningan, (5) bayi mengalami peningkatan berat badan lebih dari 15-30 gram/hari setelah ASI matur keluar, (6) bayi mempunyai berat badan sama dengan atau di atas berat badan lahir pada saat umur 10 hari. Sedangkan faktor ibu adalah (1) payudara ibu terasa lembut dan ringan setiap kali selesai menyusui, (2) ibu dapat merasakan aliran ASI saat bayi menyusu, (3) ibu dapat merasakan kuatnya hisapan. mulut bayi, (4) ibu merasa nyaman dan tidak nyeri saat bayi menyusu. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI antara lain berat badan lahir, usia kehamilan saat lahir, psikologi ibu, kebiasaan merokok, nutrisi dan stimulasi (perawatan payudara atau pijat oksitosin). (Purnomo, 2013). Perawatan payudara post partum merupakan perawatan payudara bagi ibu setelah melahirkan sedini mungkin. Perawatan payudara merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar dan teratur untuk menjaga kesehatan payudara dengan tujuan mempersiapkan masa laktasi pada masa nifas. Pelaksanaan perawatan payudara nifas dilakukan pada hari ke 1 – 2 setelah melahirkan minimal dua kali sehari. Manfaat perawatan payudara pasca melahirkan antara lain memperlancar refleksi pengeluaran ASI atau refleksi payudara payudara/payudara bengkak. (Roesli, 2008). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas Perawatan Payudara Pasca Persalinan terhadap produksi ASI.<sup>1</sup>

## **1.2 Permasalahan Mitra**

Permasalahan yang dihadapi Mitra dilihat dari berbagai aspek antara lain :

Perawatan payudara pasca persalinan terhadap produk asi

## **1.3 Solusi Permasalahan**

Solusi Permasalahan yang ditawarkan dari berbagai aspek antara lain:

Melakukan dan mengajarkan breast care (perawatan payudara) pada semua ibu postpartum (pasca persalinan).

## **BAB 2. TARGET DAN LUARAN**

### **2.1 Target**

Target dari pengabdian masyarakat melalui perawatan payudara pasca melahirkan terhadap produk asi adalah sebagai berikut:

- a. Meningkatkan dan mengajarkan perawatan payudara pada semua ibu pasca persalinan
- b. Evaluasi setelah diberikan perawatan payudara pada semua ibu pasca persalinan

Program pemberdayaan keluarga ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan terkait perawatan payudara kepada para ibu . Ada beberapa topik dapat diberikan, antara lain memberikan hal positif kepada ibu menyusui.

### **2.2. Luaran**

Luaran dari program kemitraan masyarakat (PKM) ini adalah artikel terpublikasi di Jurnal Ilmiah Nasional Terakreditasi Sinta 3,4,5 di Jurnal Kebidanan Indonesia

### **BAB 3. METODE PELAKSANAAN**

Desain penelitian yang digunakan adalah Penyuluhan dengan adanya pre-test dan juga post-test. Dimana dalam Penyuluhan terdapat kelompok kontrol dan melakukan Penyuluhan afirmasi positif saat breastcare postpartum terhadap peningkatan produksi asi pada ibu menyusui Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas RSIM Sumberejo.

Setelah semua data terkumpul maka akan dilakukan uji prasyarat analisis terlebih dahulu yaitu uji normalitas dengan menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov dimana data dapat dikatakan normal jika probabilitas (sig)  $> 0,05$ . Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan SPSS diperoleh nilai probabilitas (sig) sebesar  $0,645 > 0,05$  artinya data penelitian berdistribusi normal. Selanjutnya data juga akan diuji homogenitasnya dengan menggunakan rumus One Way Anova dimana data dapat dikatakan homogen/sama jika nilai signifikansinya  $> 0,05$ . Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan SPSS diperoleh nilai signifikansi  $0,083 > 0,05$  artinya varian data penelitian homogen/sama. Terakhir, analisis data dilakukan dengan menggunakan uji independen (Riwidigdo, H; 2008).

#### **BAB 4. KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI**

Universitas Muhammadiyah Lamongan merupakan institusi pendidikan yang telah terakreditasi oleh BAN-PT dan dilengkapi dengan berbagai sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki lembaga yang mengorganisasikan penelitian dan pengabdian masyarakat yang dikenal dengan nama LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat). LPPM terbentuk dengan tujuan mengakomodir penelitian dan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh dosen di lingkungan Universitas Muhammadiyah Lamongan agar sesuai roadmap yang jelas sesuai dengan ranah keilmuan masing-masing. LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan memberikan kesempatan dan fasilitas bagi dosen untuk melakukan penelitian dan pengabdian secara reguler yang didanai oleh lembaga melalui anggaran dan pendapatan belanja Universitas.

Setiap tahun, Universitas Muhammadiyah Lamongan telah mengadakan berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat salah satunya terkait dengan masalah kesehatan. Kegiatan yang rutin dilakukan adalah penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan dan pengobatan massal, bantuan sosial, serta pemberdayaan orang tua. Hadirnya program pengabdian ini diharapkan mampu membantu memecahkan masalah di masyarakat terutama bagaimana cara afirmasi positif saat breastcare postpartum terhadap peningkatan produksi asi pada ibu menyusui.

Dalam hal ini diperlukan kerjasama yang baik dari pengusul maupun mitra sehingga proses kegiatan bisa dilaksanakan dengan baik. Untuk mengatasi persoalan mitra program Kemitraan Masyarakat diperlukan tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi tentang kesehatan reproduksi dan keluarga yaitu bidan, perawat, atau dokter. Tim pengusul yang sekaligus sebagai pelaksana dalam program Kemitraan Masyarakat ini adalah dosen kebidanan yang memiliki keahlian pada bidang afirmasi positif saat breastcare postpartum terhadap peningkatan produksi asi pada ibu menyusui. Dalam melaksanakan kegiatan program Kemitraan Masyarakat ini, tim pengusul telah dibagi tugas sesuai dengan bidang keahliannya seperti pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Pembagian tugas pada tim pengusul sesuai dengan bidang keahliannya

Nama	Kepakaran/Keahlian	Jenis Kegiatan
Ponco Indah Arista Sari,S.SiT.,M.Kes (Ketua Tim pengusul)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kebidanan (Dosen pengampu mata kuliah Psikologi Kehamilan, Persalinan, Nifas dan BBL)</li> <li>2. Menguasai media sosial</li> <li>3. Menguasai metode pemberdayaan masyarakat, promosi kesehatan</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan materi afirmasi positif saat breast care postpartum terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui</li> <li>- Melakukan monitoring dan evaluasi</li> <li>- Membuat Laporan dan Publikasi</li> </ul>
Amrina Nur Rohmah,S.Tr.Ked.,M.Keb (Anggota Tim Pengusul)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kebidanan (Dosen pengampu mata kuliah Psikologi kehamilan, Persalinan, Nifas, dan BBL)</li> <li>2. Menguasai media sosial</li> <li>3. Menguasai metode Promosi Kesehatan</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan materi parenting berdasarkan Al-Quran dan hadist</li> <li>- Melakukan monitoring dan evaluasi</li> <li>- Membuat Laporan dan Publikasi</li> </ul>
Safa Puspita Rohmah (Anggota Tim Pengusul)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa S1 Kebidanan yang sudah menempuh promosi kesehatan kebidanan</li> <li>2. Menguasai media sosial</li> <li>3. Menguasai metode pemberdayaan masyarakat, promosi kesehatan</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membantu mengumpulkan data</li> </ul>
Firdausi (Anggota Tim Pengusul)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa S1 Kebidanan yang sudah menempuh promosi kesehatan kebidanan</li> <li>2. Menguasai media sosial</li> <li>3. Menguasai metode pemberdayaan masyarakat, promosi kesehatan</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membantu mengumpulkan data</li> </ul>

## **BAB 5. HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI**

Dalam bab ini akan disajikan mengenai hasil yang dicapai pada program kemitraan masyarakat tentang “Penelitian afirmasi saat breast care postpartum terhadap peningkatan produk asi pada ibu menyusui”.

### **5.1 Koordinasi Tim dengan LPPM**

Setelah mendapatkan informasi mengenai diterimanya usulan Program Pengabdian Masyarakat dosen pada grup WAG SIMLITABMAS, dilaksanakan koordinasi tim dengan LPPM mengenai kontrak dan penjelasan teknis kegiatan. Selanjutnya koordinasi secara rutin dilaksanakan setiap bulan.

### **5.2 Koordinasi dengan Anggota Tim**

Koordinasi dengan anggota tim dilakukan bersama dengan anggota kegiatan pengabdian masyarakat untuk membuat rencana kegiatan yang dimulai dari pembelanjaan keperluan, pembuatan materi, dan pengurusan ijin kegiatan. Selanjutnya kegiatan edukasi kepada ibu afirmasi positif terhadap ibu menyusui dari segi kesehatan (biologis, psikologis, sosial, dan spiritual) serta parenting dengan metode ceramah dan *focus group discussion*. Media yang digunakan meliputi video edukasi dan *power point*. Monitoring dan evaluasi pelaksanaan program dilakukan guna memantau keberhasilan program. Kegiatan terakhir adalah penyusunan laporan akhir kegiatan program kemitraan masyarakat.

Setelah membuat rencana kegiatan, ketua tim membagi tugas kegiatan yang menjadi tugas ketua dan anggota. Hal ini dimaksudkan agar terjadi kerjasama dan pembagian tugas yang jelas antara ketua dan anggota sehingga kegiatan dapat terlaksana sesuai jadwal. Selanjutnya koordinasi tim dilaksanakan setiap minggu untuk membahas kemajuan kegiatan.

### **5.3 Belanja Bahan**

Setelah dilakukan koordinasi tim mengenai rencana kegiatan dan pembagian tugas, selanjutnya untuk mendukung operasional kegiatan pengabdian masyarakat membutuhkan beberapa bahan yang harus dipersiapkan.

#### 5.4 Penyusunan kuesioner dan materi

Tim pengabdian masyarakat menyiapkan kuesioner dan materi mengenai: 1) Tanpa breast care postpartum.

#### 5.5 Pengurusan Ijin

Pengurusan ijin kegiatan dimulai dengan membuat surat ijin melalui LPPM, selanjutnya mengajukan ijin penelitian kepada Kepala Rumah sakit Islam Muhammadiyah Sumberejo pada tanggal 5 September 2022 dengan menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan serta petunjuk teknis mengenai jalannya kegiatan pengabdian masyarakat. Kepala Rumah sakit Islam Muhammadiyah Sumberejo memberikan ijin melakukan kegiatan.

#### 5.6 Koordinasi Tim dengan melibatkan mahasiswa

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini juga melibatkan mahasiswa dalam tim. Tujuannya yaitu untuk memberikan pendidikan kepada mahasiswa serta menyiapkan mahasiswa agar mengetahui dan memahami mengenai teknis pengabdian masyarakat, keterlibatan mahasiswa disini yaitu dalam pelaksanaan pengumpulan data. Koordinasi tim dengan melibatkan mahasiswa dilakukan agar dalam pelaksanaan kegiatan mahasiswa mengetahui teknis pelaksanaan kegiatan dan terjadi persamaan persepsi dalam melaksanakan kegiatan tersebut.

Mahasiswa terlibat secara penuh dalam kegiatan ini mulai dari koordinasi dalam para kegiatan mulai dari membantu menyiapkan materi, pembuatan kuesioner, dan pelaksanaan pengabdian masyarakat.

#### 5.7 Seminar Pemberian Materi

Kegiatan perawatan payudara pasca persalinan terhadap produk asi di RSIM dilakukan secara offline atau tatap muka. Pengabdian masyarakat dilakukan di Rumah sakit Islam Muhammadiyah Sumberjo Kabupaten Bojonegoro perawatan ini dilakukan Dua kali sehari (pagi dan sore),kemudian dilakukan observasi produk asi pada hari ke-8. Pelaksanaan dihadiri peserta sebanyak 18ibu-ibu. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan *pre-test* dan *post-test* pada ibu-ibu untuk mengetahui kesehatan

Tabel 5. Jadwal kegiatan Program Kemitraan masyarakat

No	Hari/Tanggal	Materi	Pemateri
1	1 November 2022	Tanpa breast care postpartum	Ponco Indah Arista Sari,S.SiT.,M.Kes
2	1 November 2022	Breast care postpartum	Amrina Nur Rohmah,S,Tr.Ked.,M.Keb



Gambar 5.1. Pengisian kuesioner *pre-test*



Gambar 5.2. Antusias peserta saat diberikan penyuluhan melakukan dan mengajarkan breast care (perawatan payudara) pada semua ibu postpartum (pasca persalinan)

### 5.8 Monitoring dan Evaluasi Kegiatan

Monitoring dan evaluasi pelaksanaan program dilakukan guna memantau keberhasilan program yang telah dilakukan. Pemantauan dilakukan setiap satu bulan melalui observasi ke rumah mitra (*door to door*).



Gambar 5.3. Pengisian kuesioner *post-test* setelah penyuluhan melakukan dan mengajarkan breast care (perawatan payudara) pada semua ibu postpartum (pasca persalinan)

### 5.9 Analisa Data

Tabel 1. Hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan ibu Tanpa tentang breast care postpartum

No.	Pengetahuan		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	Tanpa reast care postepartum	Baik	5(25%)	11(45%)

		Cukup	4(20%)	8(35%)
		Kurang	11(55%)	4(20%)
2	Breast care postpartum	Baik	1(5%)	6(30%)
		Cukup	5(25%)	12(60%)
		Kurang	14(70%)	2(10%)

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa hasil *pre-test* menunjukan sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang kurang Tanpa breast care postpartum (55%) dan breast care postpartum (70%). Hasil *post-test* menunjukan hampir separuh ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang Tanpa breast care postpartum (45%) dan sebagian besar memiliki pengetahuan yang cukup tentang Breast care postpartum (70%).

Tabel 2. Nilai rata-rata *pre-test* dan *post-test* pengetahuan ibu Tanpa breast care postpartum

No.	Nilai rata-rata Pengetahuan	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	Tanpa breast care postpartum	61,6	71,7
2	Breast care postpartum	54,5	65

Terjadi kenaikan pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan melihat hasil *pre-test* dan *post-test* pada pengetahuan ibu. Rata-rata nilai pengetahuan ibu tentang Tanpa breast care postpartum awalnya 50,1 meningkat menjadi 71,7; sedangkan rata-rata nilai pengetahuan ibu tentang Breast care postpartum yang awalnya 45,5 meningkat menjadi 65 (lihat Tabel 2). Dapat disimpulkan bahwa program ini memberikan manfaat dalam peningkatan pengetahuan peserta tentang afirmasi positif saat breastcare posttum terhadap peningkatan produksi asi pada ibu menyusui.

Beberapa hal yang bisa dipelajari dari hasil pelaksanaan program ini antara lain (1) Pemberdayaan keluarga dengan edukasi dapat meningkatkan pengetahuan keluarga. Efektifitas edukasi dengan media video dan *power point* terhadap peningkatan pengetahuan, ini sejalan dengan studi terdahulu didapatkan hasil bahwa penggunaan media video dan *power point* dapat meningkatkan

pengetahuan ibu (Angraini et al., 2022). Media video dan *power point* mempermudah ibu memahami materi (2) proses jalannya pendidikan kesehatan yang menarik bagi ibu-ibu, terbukti ibu-ibu bertanya, menjawab pertanyaan dengan antusias, dan ibu-ibu menghadiri acara sampai selesai.

Tabel 3. Nilai rata-rata pengetahuan Tanpa breast care postpartum

<b>No.</b>	<b>Nilai rata-rata Pengetahuan</b>	<b><i>Pre-test</i></b>	<b><i>Post-test</i></b>
1	Tanpa breast care postpartum	66,75	86,55

Adapun monitoring dari hasil program ini selain *pre-test* dan *post-test* pada ibu. juga melakukan dan mengajarkan tentang perawatan payudara pada ibu pasca persalinan. Agar terjadi peningkatan produk asi pada ibu mnyusui.

#### 5.10 Penyusunan Laporan Akhir

Penyusunan laporan akhir dilaksanakan untuk mengetahui kegiatan telah terlaksana dengan mengacu pada format yang ada.

## **BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **6.1 Kesimpulan**

Terjadi peningkatan pengetahuan ibu yang signifikan setelah pemberian edukasi dari narasumber dengan media video dan *power point*. Rata-rata nilai pengetahuan ibu tentang breast care postpartum saat *pre-test* 50,1 meningkat menjadi 71,7 saat *post-test*. Rata-rata nilai pengetahuan ibu tentang tanpa breast care postpartum saat *pre-test* 45,5 meningkat menjadi 65 saat *post-test*. Terjadi peningkatan pengetahuan tentang breast care postpartum setelah pemberian edukasi. Rata-rata nilai pengetahuan breast care post partum *pre-test* 66,75 meningkat menjadi 86,55 saat *post-test*. Pemberdayaan keluarga melalui edukasi dapat meningkatkan pengetahuan keluarga.

### **6.2 Saran**

Pemberdayaan keluarga melalui edukasi harus dilakukan secara terus menerus. Selain untuk menghidupkan fungsi keluarga juga untuk pencegahan primer terhadap masalah-masalah kesehatan yang mungkin terjadi pada keluarga maupun anggota keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asnawati, Asnawati, Ibrahim Bafadhol, dan Ade Wahidin. "Pemberian Asi Pada Anak Dalam Perspektif Al- Quran." *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 01 (2019): 85–98.
- Wijayanti, Titik, dan Atik Setyaningsih. "Efektifitas Breast Care Post Partum Terhadap Produksi Asi." *Jurnal Kebidanan*, 2016.  
<https://ejurnal.stikeseub.ac.id/index.php/jkeb/article/view/224>.

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### Lampiran 1. Biodata Ketua dan Anggota Tim Pengusul yang telah ditandatangani Biodata Anggota Pengusul

#### A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Ponco Indah arista sari
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten ahli
4	NIP/NIK	19850310201702082
5	NIDN	0710038501
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Lamongan, 10 maret 1985
7	E-mail	pindaharistaszulianto@gmail.com
8	Nomor Telepon/HP	085335340333
9	Alamat Kantor	Jl raya plalangan plosowahyu km 3lamongan
10	Nomor Telepon/Fax	0322 322356
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	Belum ada
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Gizi Dalam Kespro 2. Asuhan Kebidanan Pasca Salin dan Menyusui 3. Dokumentasi Kebidanan 4. Komunikasi Kesehatan 5. Psikologi Dalam Praktik Kebidanan 6. Terapi Komplementer 7. Estetika Kebidanan 8. Anatomi dan Fisiologi 9. Asuhan Kebidanan Komplementer 10. Managemen Dalam Pelayanan Kebidanan 11. Kewirausahaan

#### A. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Ngudi Waluyo Semarang	Universitas Airlangga Surabaya	
Bidang Ilmu	Kebidanan	Kesehatan masyarakat	
Tahun Masuk-Lulus	2007-2008	2014-2016	
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Perbedaan frekuensi diare bayi yang diberikan asi dan susu formula	Faktor-faktor yang memepengar uhi keikutsertaan ibu hamil untuk pmtct	
Nama Pembimbing/Promotor	Dr. djati		

**B. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir (Bukan Skripsi, Tesis dan Disertasi)**

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2018	Hubungan Stimulasi Orang Tua Tentang Toilet Training Dengan Kemandirian Anak Usai 3-5 Tahun Dalam Mengontrol BAB dan BAK	UMLa	500.000,00
2	2019	Pengaruh Kemampuan Vulva Hygiene Terhadap Waktu Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum	Mandiri	500.000
3	2019	Efektifitas Kelas Balita Terhadap pemanfaatan Buku KIA	Kemenristek dikti	20.000.000
4	2019	Pengaruh Aromaterapi Ginger Oil Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum	Mandiri	250.000
5.	2021	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Menyusui Pada Masa Pandemi Covid-19	Mandiri	250.000
6	2021	Peningkatan Pengetahuan Tentang pentingnya Konsumsi Sayuran Pada Ibu Nifas	UMLa	1.000.000
7	2022	Pemberian Dukungan Suami Terhadap Kejadian Gangguan Post Partum Mood	Mandiri	500.000
8	2022	Antisipasi Kegawatdaruratan Post Partum Melalui Pengenalan Tanda Bahaya Post Partum	Mandiri	500.000
9	2022	Effectiveness of Early Exercise Against Uterine Involution in Spontaneous Postpartum Patients	UMLa	1.000.000
10	2022	Penerapan Metode Loci Terhadap Kepatuhan Ibu Mengonsumsi pil KB	UMLa	1.000.000
11	2023	The Effect of Playing Origami on the Fine Motor Development Among Preschool Children at Putra Buana Kindergarten in Lamongan Regency	UMLa	2.000.000

12	2023	The Relationship Between Parenting and Nutrition-Aware Family Behavior with The Incidence of Stunting in Toddlers at Klaten Regency Central Java Province	Mandiri	2.000.000
----	------	---	---------	-----------

*Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema penelitian DRPM maupun dari sumber lainnya.*

**C. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2019	Kegiatan Efektifitas Kelas Balita terhadap Pemanfaatan Buku KIA	Kemenristekdikti	20
2	2019	Kegiatan Komunikasi Informasi dan Edukasi tentang Manfaat Cuci Tangan di Ruang Anak Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	Mandiri	0,5
3	2020	Kegiatan Komunikasi Informasi dan Edukasi tentang Manfaat Cuci Tangan di Ruang Anak Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	Mandiri	0,5
4	2020	Edukasi Pasien Post Partum Tentang Cara Menyusui Yang Benar di Ruang Nifas RSUD Lamongan	Mandiri	0,5
5.	2020	Ketahanan Dan Dukungan Pangan Bagi Masyarakat Dengan Sayurla (Sayuran Um Lamongan) Organik Di Masa Pandemi	UMLa	1
6	2021	Kegiatan Pemberian Edukasi Tentang Jajanan Sehat dan Cuci Tangan Pakai Sabun di MI Hidayatus Shibyan Karanggeneng Lamongan	UMLa	0,5
7	2021	Kegiatan Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang ASI Eksklusif di Ruang Bersalin RS Islam Muhammadiyah Sumberejo Bojonegoro	Mandiri	0,5
8	2021	Senam Otak Pada Balita dan Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Stunting Di Desa Tambakploso, Kec. Turi, Kab. Lamongan	Mandiri	0,5
9	2022	Pijat Pada Bayi baru lahir di RSML	Mandiri	0,5
10	2022	Pencegahan Komplikasi Pada masa nifas di RSML	Mandiri	0,5
11	2023	Promotif Dan Preventif Melalui <i>Happy And Healthy Class</i> Sebagai Upaya Mencegah Stunting Pada Anak Di Wilayah Resiko Banjir	UMLa	2,5

\* *Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema penelitian DRPM maupun dari sumber lainnya.*

**D. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/Tahun
1	Hubungan Stimulasi Orang Tua Tentang Toilet Training Dengan Kemandirian Anak Usai 3-5 Tahun Dalam Mengontrol BAB dan BAK	Jurnal Sains dan Teknologi	2018
2	Pengaruh Kemampuan Vulva Hygiene Terhadap Waktu Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum	Jurnal Oksitosin (Jurnal Ilmiah Kebidanan)	2019
3	Pengaruh Aromaterapi Ginger Oil Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum	The Indonesian Journal Of Public Health	2019
4.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Menyusui Pada Masa Pandemi Covid-19	Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada	2021
5	Peningkatan Pengetahuan Tentang pentingnya Konsumsi Sayuran Pada Ibu Nifas	Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)	2021
6	Gizi Dalam Kebidanan	PT Global Eksekutif Teknologi	2021
7	Pemberian Dukungan Suami Terhadap Kejadian Gangguan Post Partum Mood	Jurnal Surya Universitas Muhammadiyah Lamongan	2022
8	Antisipasi Kegawatdaruratan Post Partum Melalui Pengenalan Tanda Bahaya Post Partum	Jurnal Pengabdian Ahmad Yani	2022

**E. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Nama Temu Ilmiah / Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	Seminar Nasional Unisla	Hubungan Stimulasi Orang Tua Tentang Toilet Training Dengan Kemandirian Anak Usai 3-5 Tahun Dalam Mengontrol BAB	Unisla

		dan BAK	
Dst.			

**F. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Genetika dan Biologi Reproduksi	2021		Yayasan Kita Menulis
2	Gizi Dalam Kebidanan	2021		PT Global Eksekutif Teknologi
3	Terapi Komplementer	2022		PT Global Eksekutif Teknologi
4	Asuhan Kebidanan Komplementer	2022		PT Global Eksekutif Teknologi
5	Pengantar Kesehatan Reproduksi Pada Wanita	2022		PT Global Eksekutif Teknologi
6	Perawatan Bayi Baru Lahir	2022		PT Global Eksekutif Teknologi

**G. Perolehan HKI dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	Genetika dan Biologi Reproduksi	2021	Book chapter referensi	000345873
2	Gizi Dalam Kebidanan	2021	Book chapter referensi	000335446
3	Terapi Komplementer	2022	Book chapter referensi	000386691
4	Asuhan Kebidanan Komplementer	2022	Book chapter referensi	000395681
5	Pengantar Kesehatan Reproduksi Pada Wanita	2022	Book chapter referensi	000424543
6	Perawatan Bayi Baru Lahir	2022	Book	000436703

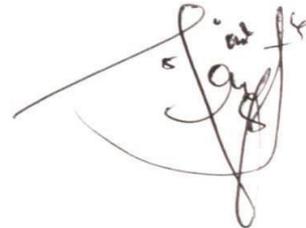
			chapter referensi	
--	--	--	----------------------	--

#### **H. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5**

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Penugasan Program Kemitraan Masyarakat

Lamongan, 16 Januari 2023

Ketua Pengusul



Ponco Indah Arista Sari S.SiT., M.Kes

## Biodata Anggota Pengusul

### A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Amrina Nur Rohmah. S.Tr.Keb., M.Keb
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NPP/NIK	19940412 202003 151
5	NIDN	0712049401
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Klaten, 12 April 1994
7	E-mail	<a href="mailto:amrinanurrohmah12@gmail.com">amrinanurrohmah12@gmail.com</a>
8	Nomor Telepon/HP	085728596996
9	Alamat Asal	Barengan RT02 RW01 Wunut Tulung Klaten
10	Nomor Telepon/Fax	-

### A. Riwayat Pendidikan

	DIII	DIV	S2
Nama Perguruan Tinggi	Poltekkes Kemenkes Surakarta	STIKES Karya Husada Semarang	Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Bidang Ilmu	Kebidanan	Kebidanan	Kebidanan
Tahun Lulus	11-08-2014	15-08-2016	19-08-2019

### B. Pengajaran

No	Nama Mata Kuliah	Wajib/Pilihan	SKS
1	Metodologi Penelitian Dasar dan Statistika Dasar	Wajib	0,5
2	Mutu Layanan Kebidanan dan Kebijakan Kesehatan	Wajib	1
3	Ilmu Sosial dan Budaya Dasar	Wajib	1
4	Promosi Kesehatan	Wajib	0,5
5	Anatomi Fisiologi	Wajib	0,5
6	Asuhan Kehamilan	Wajib	1
7	Ilmu Penyakit Anak	Wajib	0,5
8	Etika Hukum dan Kesehatan	Wajib	1
9	Komunikasi Kesehatan	Wajib	1,5
10	Asuhan Kebidanan Remaja dan Perimenopause	Wajib	1
11	Evidence Based dalam Praktik Kebidanan	Wajib	1,5

### C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

(Bukan Skripsi, Tesis dan Disertasi)

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2020/2021	Alat Permainan Edukatif (APE) Anak Berbasis Multiple Intelligences (MI) Dimasa Pandemi Covid-19	Hibah Internal UMLA	4.000.000
2	2022/2023	Intervensi "union pro" (youth companion program) Terhadap peningkatan status gizi pada remaja putri Sebagai upaya preventif <i>stunting</i> di smk muhammadiyah 1 Lamongan	Hibah Riset MU	10.000.000
3				

\*Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema penelitian DRPM maupun dari sumber lainnya.

**D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2021	Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Pada Anak	Institusi	1.000.000
2	2021	Pendidikan Kesehatan Resiko Tinggi Pada Kehamilan	Institusi	1.000.000
3	2022	Pendidikan Kesehatan Demam Berdarah	Institusi	1.000.000
4	2022	Pendidikan Kesehatan Perawatan Tali Pusat	Institusi	1.000.000
5	2023	Pendidikan Kesehatan TBC	Institusi	1.000.000
6	2023	Pendidikan Kesehatan Gizi Remaja	Institusi	1.000.000
7	2023	Pendidikan Kesehatan Kesehatan Reproduksi Remaja	Institusi	1.000.000

\*Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema penelitian DRPM maupun dari sumber lainnya.

**E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/Tahun	URL
1	Media informasi dan tingkat pendidikan berhubungan dengan kehamilan remaja Indonesia	Jurnal UNIMUS	Vol 9, No 2 (2020)	<a href="https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jur_bid/article/view/4819">https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jur_bid/article/view/4819</a>
2	The effect of Education Breastfeeding to Breastfeeding Self Efficacy in Central Java Indonesia	Jurnal PLACENTUM	Vol 9, No 3 (2021)	<a href="https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/view/54967">https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/view/54967</a>
3	Continuing Midwifery Education: Midwifery Encouragements of Continuing Professional Education in Profession Stage in Indonesia: A Qualitative Study	Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences	Vol. 10 No. G (2022): G - Nursing	<a href="https://oamjms.eu/index.php/mjms/article/view/8655">https://oamjms.eu/index.php/mjms/article/view/8655</a>
4.	Studi Qualitative penyebab kehamilan pranikah pada remaja	Jurnal Kesehatan Kusuma Husada	Vol. 13 No. 2, Juli 2022	<a href="https://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/858">https://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/858</a>
5.	The Incident Of Sibling Rivalry On Child With Mother Breastfeeding During Pregnancy	Jurnal MIDPRO	Vol 14, No 1 (2022)	<a href="http://jurnalkesehatan.unisla.ac.id/index.php/midpro/article/view/346">http://jurnalkesehatan.unisla.ac.id/index.php/midpro/article/view/346</a>
6.	Effect of Increased Corticosterone Levels Due to Chronic Stress on Body Weight Changes in Rattus norvegicus	Magna Medika Jurnal UNIMUS	Vol 9, No 2 (2022)	<a href="https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/APKKM/article/view/9314">https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/APKKM/article/view/9314</a>
7.	Decision-making and breastfeeding support primiparous mothers with a history of caesarean section in breastfeeding	International Journal of Life Sciences	Vol. 6 No. 3 (2022)	<a href="https://sciencescholar.us/journal/index.php/ijls/article/view/13762">https://sciencescholar.us/journal/index.php/ijls/article/view/13762</a>

**F. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir**

-

**G. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Perkembangan Metode Kontrasepsi Masa Kini BAB 6 : <i>Coitus Interruptus</i> ISBN : 978-623-5431-07-9	2022	245	Rena Cipta Mandiri No. Anggota IKAPI : 322/JTI/2021

2	Buku Referensi "Asuhan Kebidanan Bayi Baru Lahir (jilid 1)" BAB : Pencegahan Infeksi pada BBL ISBN : 978-623-5431-72-7 (jil.1)	2023	150	Rena Cipta Mandiri No. Anggota IKAPI : 322/JTI/2021
3	Buku Referensi "Asuhan Kebidanan Bayi Baru Lahir (jilid 2)" BAB : Asuhan pada BBL dengan Hipotermia ISBN : 978-623-5431-73-4 (jil.2)	2023	200	Rena Cipta Mandiri No. Anggota IKAPI : 322/JTI/2021

#### H. Perolehan HKI dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	Perkembangan Metode Kontrasepsi Masa Kini	2022	Buku	000400052
Dst.				

#### I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5 Tahun Terakhir

-

#### J. Penghargaan dalam 5 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No.	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Lomba video pembelajaran AIPKEMA	AIPKEMA	2021
Dst.			

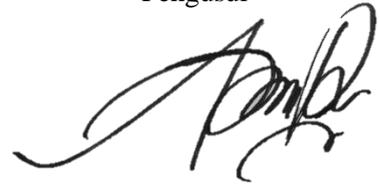
#### K. List ID

NO	ID Publikasi	Link
1	Google Scholar ID	odFRpUsAAAAJ <a href="https://scholar.google.com/citations?user=odFRpUsAAAAJ&amp;hl=id">https://scholar.google.com/citations?user=odFRpUsAAAAJ&amp;hl=id</a>
2	ID/URL Orchid	<a href="https://orcid.org/0000-0003-2211-4132">https://orcid.org/0000-0003-2211-4132</a>
3	Sinta ID	6778166
4	Publons ID	<a href="https://www.webofscience.com/wos/author/record/GPK-4085-2022">https://www.webofscience.com/wos/author/record/GPK-4085-2022</a>
5	Garuda ID	4163491
6	Researcher ID	GPK-4085-2022
7	Researchgate ID	-
8	Scopus ID	-

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak- sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Lamongan, 16 Januari 2023

Pengusul

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Amrina Nur Rohmah', written in a cursive style.

Amrina Nur Rohmah. S.Tr.Keb., M.Keb

## Biodata Anggota Pengusul

### A. Identitas Diri

Nama	: Safa Puspita Rohmah
Jenis Kelamin	: Perempuan
NIM	: 2202021847
Tempat Dan Tanggal Lahir	: Lamongan, 19 Maret 2004
E-Mail	: <a href="mailto:puspitasafa87@gmail.com">puspitasafa87@gmail.com</a>
No. Telepon/ Fax	: 081517308915
Progam Studi	: S1 Kebidanan

### B. Riwayat Pendidikan

	<b>SMP</b>	<b>SMA</b>	<b>S1</b>
Nama sekolah / perguruan tinggi	MTS Salafiyah Siman	SMA 1 Simanjaya Siman	Universitas Muhammadiyah Lamongan
Tahun masuk-lulus	2016 - 2019	2019 - 2022	2022 - Sekarang

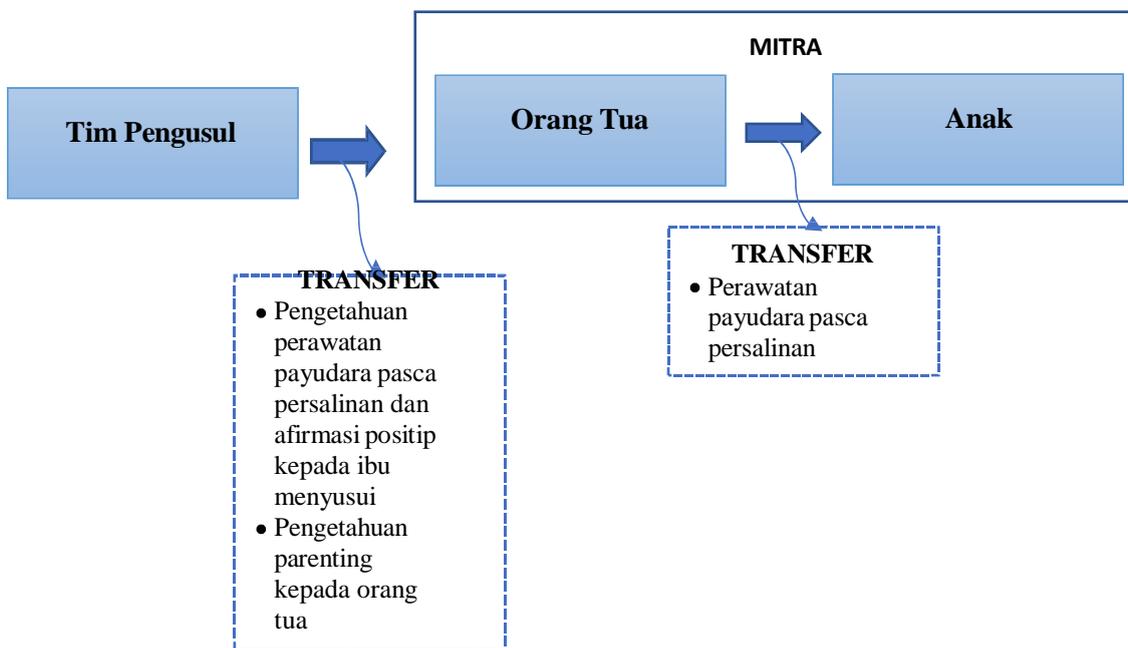
Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak-sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Penugasan Pengabdian Kepada Masyarakat.

Lamongan, 16 Januari 2023  
Pengusul



Safa Puspita Rohmah

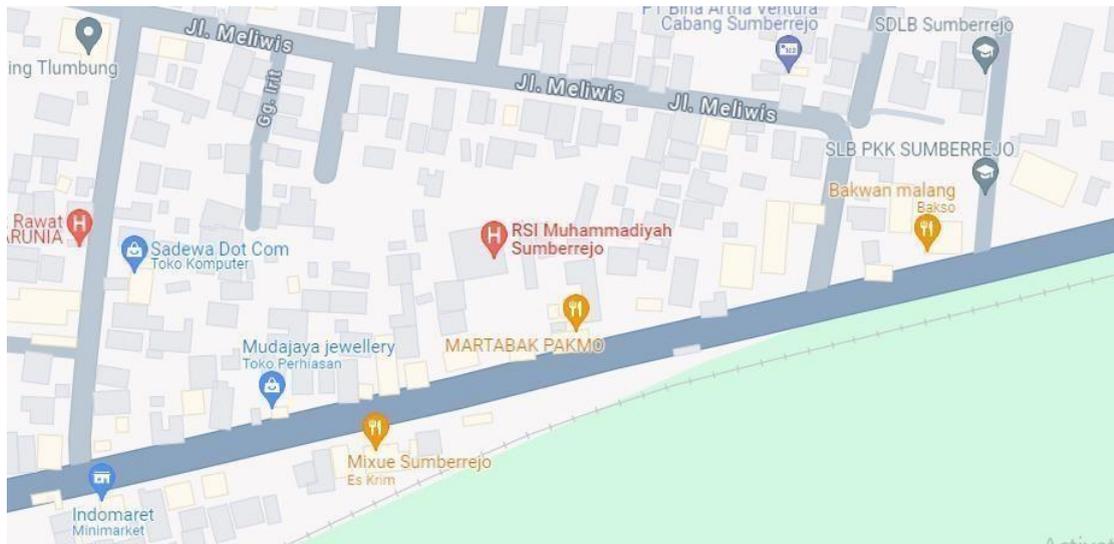
## Lampiran 2. Gambaran IPTEK



Gambar 1. Skema pemberdayaan keluarga

Gambar 1. mengilustrasikan bagaimana transfer IPTEK kepada mitra melalui mengajarkan breast care (perawatan payudara) pada semua ibu postpartum (pasca persalinan). Dalam hal ini Tim Pengusul memberikan edukasi kepada orang tua meliputi bahaya pernikahan anak dari segi kesehatan (biologis, psikologis, sosial, dan spiritual) serta parenting kepada orang tua. Lalu orang tua mentransfer ilmu yang didapat ke pada anak. Edukasi diberikan dengan metode ceramah dan *focus group discussion*. Media yang digunakan meliputi video edukasi dan *power point*. Evaluasi formatif (proses) dilakukan untuk mengetahui jalannya kegiatan pemberdayaan dan evaluasi submatif (hasil) dilakukan untuk mengetahui pengetahuan orang tua dan remaja (pre-test dan post-test).

### Lampiran 3. Peta Lokasi Mitra



**Lampiran 4. Surat Pernyataan Kesiediaan Bekerjasama**

**SURAT PERNYATAAN**

---

Yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama : dr.Hj. Umi Aliyah,M.Kes
2. Jabatan : Direktur RS Muhammadiyah Sumberejo
3. Alamat: Sumberejo, Bojonegoro

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan program PKM, guna menerapkan IPTEK dengan tujuan sosial lainnya, dengan:  
Nama ketua pengusul : Ponco Indah Arista Sari,S.SiT.,M.Kes

Eka T.RFakultas / Prodi: S1 Kebidanan

Program: Pelatihan Afirmasi Positif Saat Breastcare Postpartum

Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di RSIM Sumberejo

Bersama ini pula kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara kelompok dan pelaksanaan kegiatan program tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan usaha dalam wujud apapun juga.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Lamongan, 16 Januari 2023  
Direktur RS Muhammadiyah

Sumberejo



dr.Hj. Umi Aliyah,M.Kes

### SURAT PERNYATAAN KETUA PENELITI/PELAKSANA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ponco Indah Arista S, S.SiT., M.Kes  
NID : 0710038501  
Fakultas/Program Studi : Ilmu Kesehatan/S1 Kebidanan  
Alamat : Jl. Lamongrejo No.84, Jetis, Kec. Lamongan, Kabupaten  
Lamongan, Jawa Timur

Dengan ini menyatakan bahwa proposal penelitian saya dengan judul : **Pelatihan Afirmasi Positif Saat Breast Care Pospartum Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di RSIM Sumberejo** yang diusulkan untuk tahun anggaran 2023 bersifat original dan belum pernah dibiayai oleh Lembaga / sumber dana lain. Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidak sesuaian dengan pernyataan ini, maka aya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan mengembalikan seluruh biaya penelitian yang sudah diterima ke kas APB UM Lamongan.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Menyetujui,  
Kepala LPPM  
  
Abdurrahman, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN 0720108801

Yang Menyatakan,



Ponco Indah Arista S, S.SiT., M.Kes  
NIDN 0710038501

## Lampiran 5. Anggaran

<b>1. Pembelian Bahan Habis Pakai</b>				
Material	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Harga Peralatan Penunjang (Rp)
				Tahun Sekarang
Bahan habis pakai 1	Materai	5 Lembar	11.000	500.000
Bahan habis pakai 2	Map plastik	20 Buah	5.000	500.000
Bahan habis pakai 3	Notebook	20 Buah	5.000	500.000
Bahan habis pakai 4	Bolpoin	2 Box	47.500	500.000
Bahan habis pakai 5	Fotocopy materi	20 Paket	5.000	500.000
Bahan habis pakai 6	Map batik	3 Buah	3.000	500.000
Bahan habis pakai 7	Banner	1 Buah	150.000	1.000.000
<b>Subtotal (Rp)</b>				<b>4.000.000</b>
<b>2. Pengumpulan Data</b>				
Material	Justifikasi	Kuantitas (Orang/Hari)	Harga Satuan (Rp)	Biaya per Tahun (Rp)
				Tahun Sekarang
Material 1	Konsumsi Kegiatan Penyuluhan	23 OH	20.000	1.000.000
Material 2	Honor Pemateri	2 OH	150.000	1.000.000
Material 3	Honor Pengumpul data	1 OH	100.000	1.000.000
<b>Subtotal (Rp)</b>				<b>3.000.000</b>
<b>3. Analisa Data</b>				
Material	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Biaya per Tahun (Rp)
				Tahun Sekarang
Analisis 1	Konsumsi rapat analisis data	3 OH	25.000	1.240.000
<b>Subtotal (Rp)</b>				<b>1.240.000</b>
<b>4. Pelaporan, Luaran Wajib, Luaran Tambahan</b>				
Material	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Biaya per Tahun (Rp)
				Tahun Sekarang
Pelaporan	Penjilidan laporan	3 Bendel	50.000	1.000.000
Luaran Wajib	Jurnal Nasional Sinta 3/4/5	1 Paket	800.000	1.000.000
<b>TOTAL ANGGARAN SETIAP TAHUN (Rp)</b>				<b>2.000.000</b>
<b>TOTAL ANGGARAN SELURUHNYA (Rp)</b>				<b>10.240.000</b>

## Lampiran 6. Pamflet



### Dampak yang bisa terjadi jika tidak dirawat !

- Puting susu tenggelam
- Anak susah menyusui
- ASI lama keluar
- Produksi ASI terbatas
- Pembengkakan payudara
- Payudara meradang
- Payudara kotor
- Ibu belum siap menyusui
- Kulit payudara terutama puting akan mudah lecet.

## Definisi

kegiatan yang dilakukan oleh ibu pasca melahirkan sebagai upaya untuk memelihara kesehatan payudara dan membantu memperlancar produksi ASI.

## Manfaat

- Mencegah sumbatan asi disaluran dan kelenjar susu
- Memperbaiki dan meningkatkan peredaran darah.
- Meningkatkan produksi asi.
- Mencegah kanker payudara



Oleh :

- Ponco Indah Arista Sari 0710038501
- Windy Saputri Agustin 2002021786
- Wahyu Ela Putri 2002021795
- Nur Hayati-B 2002021799



Prodi D3 Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Lamongan  
Tahun 2023

### "Penggunaan Afirmasi Positif Saat Breast Care Postpartum Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui"



"Ayo rawat payudara, demi kesejahteraan anak!"



## Lampiran 7. Pamflet

### Hal apa aja sih yang harus diperhatikan sebelumnya?



1. Puting susu dikompres dengan kapas minyak selama 3-4 menit
2. Puting susu dipegang dengan ibu jari dan jari telunjuk diputar kedalam 20x keluar 20x
3. Adanya penonjolan puting susu yaitu dengan cara :
  - Puting susu cukup ditarik sebanyak 20 kali
  - Dirangsang dengan menggunakan ujung waslap
  - Memakai pompa puting susu

### Afirmasi Positif Terapi Berdoa "hypno-breastfeeding"

"Saya Mampu memberikan ASI kepada bayi saya", "ASI saya akan mengalir deras dan mampu memenuhi kebutuhan Si Kecil", "Anak saya akan tumbuh sehat berkat ASI yang saya berikan"



upaya alami menggunakan energi bawah sadar agar proses menyusui dengan nyaman lancar, bahwa mampu mensugesti diri sendiri dan kelenjar pituitari yang meningkatkan hormon yang berperan dalam proses menyusui ada 2, yaitu prolaktin (untuk produksi ASI) dan oksitosin (untuk mengalirkan ASI).

Caranya adalah dengan memasukkan kalimat-kalimat afirmasi positif dalam keadaan sangat rileks atau sangat berkonsentrasi pada suatu hal (keadaan hipnosis). Dengan menyakinkan diri sambil mengucap doa kepada Allah Swt.

### Langkah-Langkah Perawatan Pada Payudara

#### Alat dan Bahan

1. Baby Oil / Minyak kelapa
2. Handuk besar dan 1 handuk kecil
3. 2 washlap, 2 buah baskom sedang masing-masing diisi air hangat dan air biasa



#### Persiapan Ibu

- Cuci tangan
- Baju ibu bagian depan dibuka
- Pasang handuk dibawah payudara

#### Tahap, Pengurutan dan Perangsangan

- Payudara dikompres air hangat lalu Telapak tangan diberi babyoil kemudian diratakan
- Peganglah payudara lalu diurut dari pangkal ke puting susu sebanyak 20 kali lalu Pijatlah puting susu pada daerah areola
- Bersihkan payudara dengan air bersih memakai waslap.

**Lampiran 8. Daftar Hadir**

**DAFTAR HADIR**

**SATUAN ACARA PENYULUHAN**

**“Penggunaan Afirmasi Positif Saat Breast Care Postpartum Untuk  
Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui”**

**Di Ruang Mina RSIM Sumberjo Bojonegoro**

TANGGAL	NAMA	TTD
15-3-23	Khair	
	Naura	
	Dwi	