

BIODATA



Nama	: Zahwa Ramadani Gunawan
Tempat, tanggal lahir	: Ujung Tanjung 1, 09 Oktober 2005
Agama	: Islam
Jenis kelamin	: Perempuan
Alamat	: Ujung Tanjung 1
Riwayat pendidikan	SD 05 Lebong SMP 01 Lebong SMA 03 Lebong



**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
PEMBERIAN DAUN KUBIS UNTUK PENYEMBUHAN
BENDUNGAN ASI**

Pengertian	Kubis merupakan salah satu bentuk terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi pembengkakan payudara. Kubis banyak mengandung vitamin C, Protein, Riboflavin, Niacin, Folate, vitamin K, Potasium, Magnesium, Pantothenic Acid, Zat Besi dan serat.
Indikasi	1. payudara bengkak dan keras akibat penumpukan ASI 2. nyeri pada payudara saat menyusui atau saat tidak menyusui 3. pembengkakan payudara pada masa awal menyusui (biasanya 2-5 hari setelah persalinan) 4. payudara terasa tegang dan keras karena bendungan asi 5. ibu mengalami kesulitan menyusui karena payudara terlalu penuh.
Kontraindikasi	1. alergi terhadap daun kubis 2. terdapat luka terbuka pada payudara seperti lecet atau robekan pada kulit payudara 3. Adanya luka terbuka pada payudara 4. puting susu lecet atau berdarah 5. infeksi payudara berat seperti mastitis yang disertai demam, kemerahan luas, dan nyeri hebat.
Tujuan	Membantu proses penyembuhan bendungan asi
Petugas	Mahasiswa
Persiapan Alat dan Bahan	1. freezer 2. daun kubis 3. Air 4. wash lap 5. wadah bersih 6. handuk kecil
Persiapan Pasien	1. Informend Consent 2. Melakukan kontrak waktu 3. Memberitahu tindakan yang akan dilakukan 4. Melakukan pemeriksaan TTV
Prosedur Tindakan	1. mencuci tangan 2. pilih kubis hijau ambil secara utuh perlembar, usahakan tidak robek 3. cuci bersih daun kubis di air mengalir

	4. daun kubis dimasukkan kedalam freezer kulkas selama 30 menit 5. membersihkan payudara ibu dengan waslap basah dan kering 6. kompres payudara dengan daun kubis dingin hingga menutupi seluruh permukaan payudara 7. penggunaan jumlah lembaran kubis tergantung ukuran luas payudara 8. memasang BH atau bra untuk menyanggah daun kubis agar tidak jatuh 9. kompres dilakukan selama 20 menit setiap kali pemberian 10. diberikan selama 4 hari berturut turut
Cara Pemakaian	kompres daun kubis dingin kompres dilakukan 20 menit setiap kali pemberian selama 4 hari.

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth:

Calon Responden

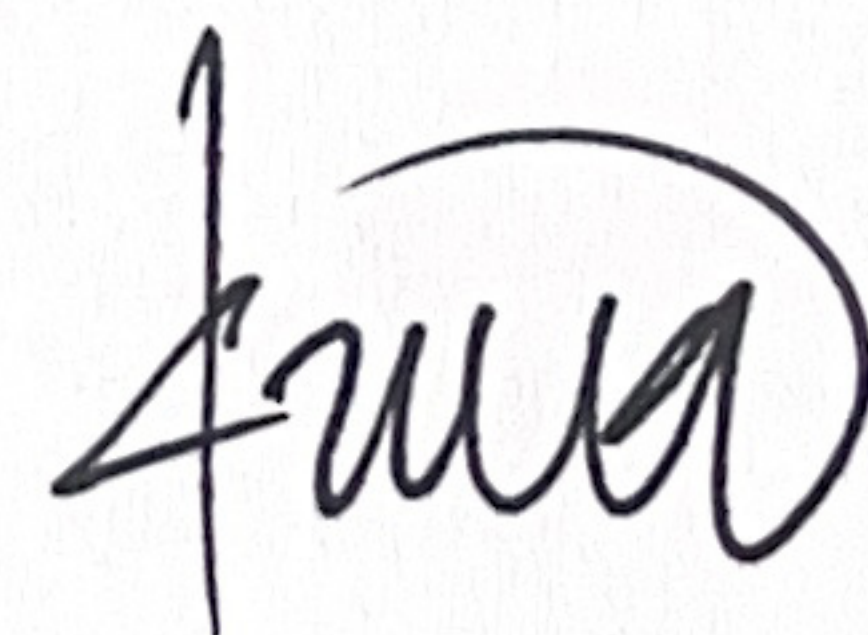
Di PMB "N" wilayah Kecamatan
Curup Timur

Kabupaten Rejang Lebong

Dengan Hormat

Saya Zahwa Ramadani, Mahasiswa prodi Diploma III Kebidanan Curup Poltekkes Kemenkes Bengkulu pada Studi Kasus Yang berjudul " asuhan kebidanan Ibu nifas Pada Ny. "N" Dengan bendungan ASI Di PMB "N" Wilayah Kecamatan Curup Timur Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2026, sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan diploma tiga kebidanan pada poltekkes kemenkes Bengkulu. Dalam Studi kasus ini dibutuhkan partisipasi ibu nifas dengan bendungan ASI untuk diberikan asuhan kebidanan pada masa nifas Serta pemberian intervensi kompres daun kubis dingin untuk mengurangi bendungan ASI pada ibu nifas. Untuk kepentingan tersebut, saya mohon kesediaan ibu untuk menjadi responden dalam studi kasus ini dan saya mohon ibu untuk menandatangani lembar persetujuan mengenai kesediaan menjadi responden. Saya menjamin kerahasiaan identitas ibu. Atas partisipasi dan kesediaan menjadi responden saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya



(Zahwa Ramadani Gunawan)

NIM P01740223057

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMEND CONSENT)

Bahwa saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Ibu : Nur Azizah
Umur : 29 tahun
Ibu Nifas Hari ke 3
Alamat : Talang rimbo

Menerangkan bahwa

Tanda tangan saya menunjukkan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan dari informasi mengenai

1. Studi Kasus yang berjudul "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Ibu Nifas dengan bendungan ASI Di PMB "N" Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2026".
2. Prosedur asuhan kebidanan.
3. Manfaat dari intervensi asuhan kebidanan yang akan diberikan.

Dan setelah mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut, maka saya dengan ini secara sukarela menyatakan (bersedia / tidak bersedia*) menjadi responden dalam studi kasus yang dilakukan oleh Zahwa Ramadani Gunawan, mahasiswa Prodi Diploma III Kebidanan Curup Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2026.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Curup ,.....2026

Responden



Nur Azizah

SURAT PERSETUJUAN TEMPAT STUDI KASUS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Bidan : Bdn. Novarita Simbolon S.Tr.Keb

No. SIPB :

Alamat : sukaraja, curup timur

Bahwa saya selaku pemilik/penanggung jawab di Praktik Mandiri bidan (PMB) Bdn. Novarita Simbolon S.Tr.Keb menyatakan bersedia untuk memberikan izin pengambilan studi kasus tugas akhir pada mahasiswa Tingkat III semester IV Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Kampus Curup Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2026 Atas nama:

Nama Mahasiswa : Zahwa Ramadani Gunawan

Nim : P01740223057

Judul Lta : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI Di PMB
"N" Wilayah Kecamatan Curup Timur, Kabupaten Rejang Lebong
Tahun 2026.

Demikian Surat Persetujuan kesediaan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Curup,.....2026

Hormat saya



(Bdn. Novarita Simbolon S.Tr.Keb)

NIP.197411112006042012

	PRODI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III KAMPUS CURUP		
	FORMULIR		
	LEMBAR BIMBINGAN LTA		
No. Dok: BA/BIMBLTA/AKADEMIK/18	No. Rev: 0	Tanggal Berlaku	Hal: 1/2

Lampiran 24 Lembar Bimbingan

LEMBAR BIMBINGAN/KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR

Nama Mahasiswa : Zahwa Ramadani Gunawan
 NIM : P01740223057
 Pembimbing : Wenny Indah PES, SST, M. Keb
 Judul Tugas Akhir : ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU NIFAS DENGAN
 BENDUNGAN ASI DI PMB 'N' KABUPATEN REJANG
 LEBONG TAHUN 2026

No	Hari/Tanggal	BAB/Topik	Saran Bimbingan	Paraf Pembimbing
1	09 Januari 2026	Konsul Proposal BAB 1 1 atar Belakang	1. Perbaiki tata cara penulisan, batas tepi dan ,arjin yang sudah di sesui kan 2. Tambah kan data yang terbaru serta angka kejadian yang terjadi di rejang leborg yag banyak terjadi pada Ibu Nifas dengan Bendungan asi	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
2	12 Januari 2026	Konsul perbaikan BAB 1 Pendahuluan	1. Perbaiki penyusun latar belakang proposal penulisan nya sistematis dan jelas sesuai dengan panduan 2. Perbaiki bagian cover dan judul 3. Perbaiki mengenai latar belakang yang terlalu Panjang dan meringkas latar belakang menjadi sedikit tepi lengkap dari yang sebelumnya	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb

3	21 Januari 2026	Konsul perbaikan BAB 2	1. Perbaikan tata cara penulisan, sepasi 2,5 dan batas tepih. 2. Menambah kan teori khusus tentang kunjungan nifas, penanganannya. 3. Menambah kan jurnal 4. Menambah kan materi yang lengkap tentang bendungan asi 5. Menambah kan jurnal yang berkaitan dengan bendungan asi	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
4	05 Januari 2026	Konsul perbaikan askeb dan BAB 3 Penutup	1. Perbaikan tentang penulisan dan askeb sesuai dengan teori dan tambah kan tata laksana umum dulu baru asuhan komplementer 2. Pada intervensi dan masukan askeb bagian kf 1 kemudian masukan sesuai kebutuhan dan pada M1 tentang masalah yang di ambil. 4. Di bagian bab 3 di jadwal kegiatan Tambah kan matriks kegiatan yang terlampir	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
5	05 Febuari 2026	Perbaikan sistematika penulisan	1. Merapikan dan menyesuaikan sistematika yang sudah di tentukan, serta mngganti logo dan membuat halaman	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
6	10 Febuari 2026	Penambahan lampiran	1. Membuat daftar Pustaka dan lampiran yang di siapkan untuk seminar.	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb

7	06 Mei 2026	BAB IV Ambil Kasus LTA	1. 1 Ambil kasus sesuai dengan kriteria LTA 2. Laporkan semua hasil pemeriksaan pasien yang sudah direncanakan 3. Implementasikan sesuai dengan intervensi 4. Buat laporan LTA	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
8	11 Mei 2026	BAB IV	1. Tambahkan jam disetiap kegiatan 2. Perhatikan inisial pasien harus sama di awal sampai akhir 3. Perhatikan waktu asuhan 4. Sinkronkan waktu tanggal jam asuhan dengan GPS	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
9	14 Mei 2026	BAB IV	1. Perbaiki sistem penulisan 2. Benarkan yang typo 3. Jelaskan di pembahasan kenapa tidak melakukan asuhan jika tidak sesuai Pre 4. Asuhan di pre di buat di Post	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
10	29 Juni 2026	BAB IV	1. Sinkronkan data di pre dengan di post 2. Berapa kali melakukan intervensi pengolesan minyak kelapa 3. Bagaimana asuhan bisa mengurangi bintik kemerahan pada miliariasis 4. Pantau keadaan kulit bayi	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
11	02.Juni 2026	BAB IV DAN V	1. Buat dokumentasi logbook kegiatan LTA 2. Rapihan penulisan 3. Pelajari cara pemeriksaan	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb

12	03 Juni 2026	BAB IV DAN V	1. Lengkapi lampiran yang diperlukan untuk ujian hasil 2. Bawa lampiran untuk ujian hasil 3. Print laporan 4. Pelajari lagi laporan LTA 5. Acc LTA	 Wenny Indah PES, SST, M. Keb
----	--------------	--------------	--	--

Curup, 17 Juni 2026

Mengetahui,

Ketua Prodi Kebidanan Program Diploma Tiga



Wenny Indah Purnama Eka Sari, SST, M.Keb

NIP. 198708012008042001

Cek Turnitin

Fix FILE TURNITINE

3. 논문 및 과제 검사 - 유사도 검사 시 DB 미 저장 (Originality Check - No Repository)

Document Details

Submission ID**trn:oid:::3618:147530484****Submission Date****6 Aug 2026, 22:23 GMT+7****Download Date****6 Aug 2026, 22:27 GMT+7****File Name****Fix FILE TURNITINE semhas besok.docx****File Size****364.6 KB****43 Pages****6,574 Words****43,074 Characters**

5% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Top Sources

- 0%  Internet sources
 - 0%  Publications
 - 5%  Submitted works (Student Papers)
-

Top Sources

0%	 Internet sources
0%	 Publications
5%	 Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	
	Universitas Muhammadiyah Semarang on 2025-09-18	2%
2	Student papers	
	LL Dikti IX Turnitin Consortium on 2026-07-20	1%
3	Student papers	
	Politeknik Kesehatan Kemenkes Mamuju on 2025-09-26	<1%
4	Student papers	
	LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part III on 2025-09-12	<1%
5	Internet	
	docplayer.info	<1%
6	Student papers	
	LL Dikti IX Turnitin Consortium on 2026-07-24	<1%

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Masa nifas (*puerperium*) merupakan masa setelah melahirkan bayi dan biasa disebut juga dengan masa pulih kembali, dengan maksud keadaan pulihnya alat reproduksi seperti sebelum hamil. Masa nifas (*puerperium*) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan (Mirani, 2024).

Bendungan ASI adalah salah satu masalah yang sering terjadi pada ibu nifas, di Indonesia menunjukkan bahwa angka kejadian bendungan ASI (*breast engorgement*) cukup tinggi pada ibu nifas, dengan data dari *Indonesian Demographic and Health Survey* (IDHS) 2019 melaporkan bahwa sebanyak 37,12% ibu postpartum mengalami bendungan ASI, yang menunjukkan bahwa hampir empat dari sepuluh ibu mengalami kondisi ini selama masa laktasi awal. Variasi angka kejadian ini mengindikasikan perlunya strategi pencegahan yang efektif, termasuk edukasi menyusui dan perawatan payudara yang tepat, untuk mengurangi terjadinya bendungan ASI pada ibu menyusui

Berdasarkan data profil dinas kesehatan provinsi Bengkulu tahun 2018 angka kejadian bendungan ASI pada ibu nifas sebanyak 8.375 (22,70%) dari 37.018 ibu nifas sedangkan di puskesmas Ulu talo pada tahun 2018 terdapat 32 (31,37%) ibu yang mengalami bendungan ASI dari 102 ibu nifas (Aulya & Supriaten, 2021).

Penyebab terjadinya bendungan ASI merupakan ketika payudara memproduksi lebih banyak ASI daripada yang dikeluarkan, terutama pada awal menyusui saat produksi meningkat cepat tetapi bayi belum menyusu secara efektif. Kondisi ini juga dapat disebabkan karena jarang menyusui, pelekatan yang kurang tepat, atau jadwal menyusui

yang tidak teratur sehingga ASI menumpuk dan menyebabkan payudara bengkak (Apriani et al., 2021).

Dampak bendungan ASI pada ibu mengakibatkan tekanan intraduktal yang akan mempengaruhi berbagai segmen pada payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat, akibatnya payudara sering terasa penuh, tegang, dan nyeri, walaupun tidak disertai dengan demam. Selain itu dampak pada bayi yaitu, bayi sukar menghisap, bayi tidak disusui secara adekuat sehingga bayi tidak mendapatkan ASI secara eksklusif akibatnya kebutuhan nutrisi bayi akan kurang terpenuhi karena kurangnya asupan yang didapatkan oleh bayi (Suryanti et al., 2024).

Asuhan esensial bendungan ASI pada ibu nifas meliputi mengajarkan ibu teknik menyusui yang benar agar ASI dapat keluar secara optimal, seperti posisi dan pelekatan bayi yang tepat, Ibu juga dianjurkan menyusui sesering mungkin atau sesuai kebutuhan bayi (on demand) untuk mencegah penumpukan ASI di payudara. Selain itu, ibu diberikan breast care berupa perawatan payudara dengan pijatan lembut untuk melancarkan aliran ASI serta mengurangi nyeri (Laisouw & Malawat, 2022)

Bendungan ASI tetap bisa terjadi meskipun asuhan esensial seperti teknik menyusui, pelekatan bayi dan frekuensi menyusui sudah benar karena penyebabnya tidak hanya faktor teknik, tetapi juga faktor fisiologis dan regulasi produksi ASI pada hari ke-3 sampai hari ke-5 postpartum terjadi transisi dari kolostrum ke ASI matang yang dipicu peningkatan hormon prolaktin dan penurunan hormon progesteron sehingga produksi ASI meningkat cepat sementara sistem pengeluaran dan kebutuhan bayi belum sepenuhnya seimbang. Peningkatan aliran darah dan cairan pada jaringan payudara yang membuat payudara terasa penuh dan tegang, kondisi oversupply menyebabkan produksi melebihi kapasitas pengosongan bayi walaupun menyusu secara efektif (Novayelinda et al., 2022).

Penanganan secara non farmakologis dapat dilakukan salah satunya dengan

melakukan kompres daun kubis dingin. Daun Kubis dapat dimanfaatkan untuk pengobatan karena berisi asam amino serupa anti mikroba dan terkandung bahan aktif lain dalam daun kubis seperti sinigran, minyak *mustard*, *magnesium*, dan *sulfur heterosida oksalat*. Zat-zat terkandung menjadikan pembuluh darah melebar serta membangun aliran darah. Kelebihan dari kandungan daunnya menghasilkan gel yang dingin sehingga dapat menyerap panas yang ada, ditunjukkan dengan keadaan klien yang menikmati intervensi kemudian setelah 20 menit menempel pada bagian payudara yang bengkak daun kubis menjadi layu (Nazira & Riyanti, 2023)

Kunjungan masa nifas bertujuan untuk memantau kondisi ibu, Kunjungan nifas pertama/KF1 (6 jam – 2 hari postpartum) asuhan yang perlu dilakukan melakukan pencegahan perdarahan dan pencegahan akibat atonia uteri, mendeteksi dan perawatan penyebab lain perdarahan serta pemberian ASI awal, Kunjungan nifas kedua/KF2 (3 - 7 hari postpartum) asuhan yang dilakukan meliputi memastikan involusi uteri tetap berjalan normal, kontraksi uterus baik, TFU di bawah umbilicus, dan tidak ada perdarahan yang abnormal, Kunjungan nifas ketiga/KF3 (8 hari – 28 hari postpartum), Asuhan yang diberikan pada kunjungan ketiga sama dengan asuhan yang diberikan pada kunjungan kedua, Kunjungan nifas keempat (29 hari – 42 hari postpartum), asuhan yang diberikan memberikan konseling KB secara dini dan menanyakan hal-hal yang menyulitkan ibu selama masa nifas (Kusumaningrum et al., 2023)

Berdasarkan survey awal dilakukan di PMB “N” pada tanggal 20 desember 2025 terdapat ibu nifas selama januari hingga desember 2025 terdapat 50 data yang diperoleh dari buku register jumlah ibu nifas januari-desember pada tahun 2025 yaitu ibu nifas sebanyak 50 orang, Hasil wawancara pada Bidan “N”, pada Bulan Desember, terdapat 50 ibu nifas, terdapat 8 orang ibu nifas yang mengalami bendungan asi fisiologis.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi latar belakang dan masalah yang ada , maka rumusan masalah pada laporan tugas akhir ini yaitu: “ Bagaimanakah asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan masalah bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian dengan mengidentifikasi data subjektif dan objektif pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026
- b. Melakukan interpretasi meliputi diagnosa, masalah dan kebutuhan pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026
- c. Menentukan diagnosa/masalah potensial pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026
- d. Menentukan kebutuhan segera pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026
- e. Menyusun rencana Tindakan kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026
- f. Memberikan Tindakan/implementasi kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026
- g. Mengevaluasi asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026
- h. Mengetahui kesenjangan antara teori dan kasus kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB “N” Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

Hasil studi kasus asuhan kebidanan selama nifas dapat sebagai pertimbangan masukan untuk menambah wawasan dan ilmu Kesehatan khususnya pada ilmu kebidanan.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi tenaga Kesehatan

Hasil penulisan LTA ini dapat dimanfaatkan sebagai masukan dalam pemberian asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI.

b. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penulisan LTA ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi untuk penulisan laporan selanjutnya dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI.

c. Bagi masyarakat

Agar masyarakat sekitar dapat melakukan deteksi yang mungkin timbul pada ibu nifas dengan bendungan ASI, sehingga dapat memungkinkan segera akan mencari pertolongan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

5

A. Gambaran Lokasi

PMB Novarita berada di wilayah Kecamatan Curup tengah, Kabupaten Rejang Lebong. Yang beralamat di Sukaraja. Secara geografis PMB Novarita mempunyai letak pada lokasi yang cukup strategis karena berada di tengah pemukiman penduduk. PMB Novarita mempunyai karyawan berjumlah 2 orang karyawan. PMB Novarita memiliki 4 ruang 1 ruangan tindakan pasien umum, 1 ruangan persalinan, 1 ruangan tindakan BBL, dan ruangan Nifas 1.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan penulis di PMB “N” kabupaten Rejang Lebong dari 25 ibu nifas yang disurvei terdapat 8 ibu nifas yang mengalami Luka Perineum. Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan dengan judul Asuhan Kebidanan pada ibu nifas dengan masalah Bendungan ASI.

B. HASIL

3

ASUHAN KEBIDANAN PADA NY. N UMUR

29 TAHUN P4A0 DENGAN NIFAS

FISIOLOGIS 3-7 HARI (KF 2)

Hari/tanggal pengkajian : Rabu, 15 juli 2026

Jam pengkajian : 08.00 wib

Tempat pengkajian : Rumah Ny. N

Pengkaji : Zahwa Ramadani Gunawan

I. INTERPRESTASI DATA

A. Data Subjektif

1. Biodata ibu dan suami

Nama Ibu	:Ny. N	Nama Suami	: Tn. I
Umur	: 29 tahun	Umur	: 29 tahun
Agama	: Islam	Agama	: Islam
Pendidikan	: SMP	Pendidikan	:SMP

Lamanya : 7 hari

Banyaknya : 3 x ganti pembalut

Masalah : Tidak Ada

5. Riwayat Kehamilan, Persalinan, dan Nifas yang lalu

No	Kehamilan			Persalinan					Bayi		Ket
	UK	ANC	TT	Tgl	Tempat	Penolong	Jenis	Penyulit	JK/BB	Hidup/Mati	
1.	36	6x	T4	2017	PMB	Bidan	Spontan	-	Perempuan 2.500gr	Mati	
2.	25	5x	T5	2019	PMB	Bidan	Spontan	-	Laki-laki 2.700gr	Hidup	
3.	39	6x	T5	2022	PMB	Bidan	spontan	-	Laki-laki 3.200gr	Hidup	

6. Riwayat kehamilan sekarang

Hamil anak ke : 4/ G4P3A0

Umur kehamilan : 38 minggu

HPHT : 30 Oktober 2025

TP : 17 juli 2026

Status TT : T5

ANC : 1x

Trimester 1 : 1x

Keluhan : mual muntah

Obat-obatan : Asam folat, Multivitamin

TB : 150 cm

Bb : 57,5kg

LILA : 27cm

Data penunjang

a) Hepatitis B : non-reaktif

b) HIV : non-reaktif

c) Sifilis : non-reaktif

d) Golongan darah : B

e) HB : 13 gr%

f) USG : Ya

Trimester II : 1x

Keluhan : tidak ada

Obat-obatan : multivitamin, fe, kalsium

Data penunjang

Urin protein : -

Urin reduksi : -

Malaria : -

Trimester III : 2x

Keluhan : nyeri punggung bagian bawah

Obat-obatan : Fe,kalsium

Fe : 60 Butir

USG : -

7. Riwayat persalinan sekarang

Tanggal persalinan : 04 mei 2026

Jam persalinan : 14.20 Wib

Jenis persalinan : Spontan pervaginam

Masalah pada kala II

Perineum kaku : Tidak ada

Induksi persalinan : Tidak ada

Penahan perineum : Tidak ada
 Epsiotomi : Tidak ada
 Penolong : Bidan
 Penyulit : Tidak ada
 BBL
 Jenis kelamin : Laki-Laki
 BB : 3.500 gram
 PB : 51 cm

8. Riwayat Kontrasepsi

Alat kontrasepsi : Suntik Kb 3 bulan
 Lama pemakaian : 9 bulan
 Masalah : Tidak Ada
 Alasan Berhenti Pakai KB : Ingin Merencanakan Kehamilan

9. Pemenuhan kebutuhan sehari-hari

a. Nutrisi

1) Makan

Pola : 2 x sehari
 Jenis : Nasi, sayur, lauk-pauk
 Nafsu makan : Biasa
 Pantangan : Tidak Ada

2) Minum

Frekuensi : 10 gelas / Hari
 Jenis : air putih
 Masalah : Tidak ada

b. Eliminasi

1) BAB

Frekuensi : 1x sehari

Warna : coklat

Konsistensi : Lembek

Bau : Khas feses

Masalah : Tidak Ada

2) BAK

Frekuensi : 6x/ hari

Warna : Kuning jernih

Bau : Khas urine

Masalah : Tidak Ada

c. Istirahat dan tidur

Tidur Siang : 1 jam

Tidur Malam : 7 jam

Masalah : Ada (kurang tidur menyusui pada malam hari, bayi rewel)

d. Pola personal hygiene

Mandi : 2 kali sehari

Cuci rambut : 3 kali seminggu

Gosok gigi : 3 kali sehari

Ganti pakaian dalam : 3 kali sehari

e. Aktivitas

Jenis aktivitas : kegiatan ibu lakukan sehari-hari

10. ASI

Pemberian makanan selain ASI : Tidak Ada

Frekuensi pemberian : setiap 2 jam sekali

Masalah dalam pemberian : bayi kurang menyusui

Dukungan dalam menyusui : Baik

11. Keadaan psikososial dan spiritual

- a. Hubungan suami istri : Baik
- b. Hubungan istri dengan keluarga : Baik
- c. Dukungan dalam masa nifas : Baik
- d. Keyakinan Terhadap agama : Taat
- e. Anak yang diharapkan : Ya

B. Data Objektif

1. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : composmentis

Tanda-tanda vital

TD : 110/80 mmhg

Nadi : 83 x/menit

RR : 22 x/menit

T : 36,5 C

BB : 67kg

2. Pemeriksaan Fisik

- a. Kepala
 - Keadaan : Bersih
 - Distribusi rambut : Merata
 - Benjolan : Tidak Ada
 - Nyeri tekan : Tidak Ada
- b. Muka
 - Keadaan : Tidak Pucat
 - Oedema : Tidak Oedema
 - Nyeri tekan : Tidak Ada
- c. Mata
 - Konjungtiva : An-anemis
 - Sclera : An-ikterik
 - Kelainan : Tidak Ada
- d. Hidung
 - Kebersihan : Bersih
 - Polip : Tidak Ada
 - Nyeri tekan : Tidak Ada
 - Pengeluaran : Tidak Ada
- e. Telinga
 - Kebersihan : Bersih
 - Pengeluaran : Tidak Ada
- f. Mulut
 - Warna bibir : Tidak Pucat
 - Mukosa : Lembab
 - Karies : Tidak Ada
 - Gusi : Tidak Ada

Kebersihan : Bersih

g. Leher

Pembesaran Kelenjar Limfe : Tidak Ada

Pembesaran Kelenjar Tyroid : Tidak Ada

Pembesaran Vena Jugularis : Tidak Ada

h. Payudara

Keadaan : Tidak simetris

Kebersihan : Bersih

Putting sebelah kanan : menonjol

Putting sebelah kiri : pendek

Areola : Hiperpigmentasi

Benjolan : Ada

Nyeri tekan : Ada

Pengeluaran ASI : Ada

Masalah : payudara bengkak, keras, terasa hangat,
dan nyeri apabila ditekan

i. Abdomen

Bekas operasi : Tidak ada

Linea nigra : Ada

TFU : 4 jari dibawah pusat

Diastasis Recti : 2 cm (relaksasi kontraksi)

Blass : Kosong

1. Genetalia dan anus

Kebersihan : Bersih

Keadaan perineum : Tidak Ada jahitan

Pengeluaran 3-7hari : lochea sanguilenta

Warna : merah kekuningan dan lendir

Bau : Khas lochea

Tanda infeksi : Tidak ada

Kelainan : Tidak ada

2. Ekstremitas atas dan bawah

a. Atas

Kebersihan : Bersih

Warna kuku : merah Muda

Oedema : Tidak ada

Kelainan : Tidak ada

b. Bawah

Kebersihan : Bersih

Warna kuku : Merah muda

Oedema : Tidak ada

Kelaianan : Tidak ada

Varises : Tidak ada

Reflex Homan :(-/-)

Reflek patella : (+/+)

3. Pemeriksaan Penunjang

Hb : 12,4 gr %

II. INTERPRESTASI DATA

a. Diagnosa

Ny N Umur 29 Tahun P4A0 Nifas 3 hari fisiologis

Data Subjektif

1. Ibu mengatakan telah melahirkan anaknya 3 hari yang lalu secara normal

2. Ibu mengatakan ada keluar darah dari kemaluannya berwarna putih bercampur darah, tidak berbau dan tidak demam
3. Ibu mengatakan payudara bengkak, keras, terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan
4. Ibu mengatakan bayi tidak menyusui secara optimal
5. Ibu mengatakan putting susu sebelah kiri pendek
6. Ibu sudah makan dan minum serta sudah mulai beraktivitas di rumah
7. Hb : 12,4 gr %

Data Obejktif

Pemeriksaan umum

Keadaan umum : Baik

Kesadaran : Composmentis

TTV

TD : 110/80mmhg

Nadi : 90 x/menit

RR : 23 x/menit

T : 36,7C

Pemeriksaan fisik

1. Mata

Konjungtiva : An-Anemis

Sklera : An-Ikterik

Masalah : Tidak

2. Payudara

Bentuk : Tidak simetris

Putting sebelah kanan : menonjol

Putting sebelah kiri : pendek

Kebersihan : Bersih

Putting : pendek

Nyeri tekan : Ada

Pengeluaran : Ada

Masalah : payudara bengkak, keras, terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan

3. Abdomen

Bekas operasi : Tidak ada

Linea nigra : Ada

TFU : 3 jari dibawah pusat

Diastasis Recti : 2 cm (relaksasi kontraksi)

Blass : Kosong

4. Genetalia dan anus

Kebersihan : Bersih

Kedaaan perineum : Ada jahitan

Pengeluaran 3-7hari : lochea sanguilenta

Warna : merah kekuningan dan lendir

Bau : Khas lochea

Tanda infeksi : Tidak ada

Kelainan : Tidak ada

5. Ekstremitas atas dan bawah

a. Atas

Kebersihan : Bersih

Warna kuku : merah Muda

Oedema : Tidak ada

Kelainan : Tidak ada

b. Bawah

Bawah Kebersihan : Bersih

Warna kuku : Merah muda

Oedema : Tidak ada

Kelaianan : Tidak ada

Varises : Tidak ada

Reflex Homan :(-/-)

Reflek patella : (+/+)

b. Masalah

Bendungan ASI

c. Kebutuhan

1. Informasi hasil pemeriksaan
2. Ajarkan Teknik menyusui yang benar
3. Penkes pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan
4. Penkes pemenuhan kebutuhan Tablet Fe
5. Penkes tentang mobilisasi
6. Penkes tentang personal hygiene
7. Anjurkan ibu melakukan Senam nifas
8. Penkes kebutuhan istirahat dan tidur
9. Penkes tanda bahaya masa nifas
10. Komplementer kompres dingin daun kubis

II. IDENTIFIKASI DIAGNOSA/MASALAH PONTESIAL

Mastitis

III. TINDAKAN SEGERA

Tidak ada

IV. INTERVENSI

No	Tujuan/Kriteria	Intervensi	Rasionalisasi
Dx	Tujuan : ibu nifas hari ke 4 normal Kriteria : - keadaan umum ibu baik - TTV TD : s:90-120mmhg D: 60-80 mmhg N: 60-80x/m P: 20-24x/m S:36,5-37C	- Informasikan hasil pemeriksaan kepada ibu dan keluarga. - Teknik menyusui yang benar dapat diartikan sebagai teknik memberikan ASI dari ibu ke bayinya dengan perlekatan dan posisi yang benar. Berikut langkah menyusui yang benar menurut (Zuliyanti et al., 2025) - Cucilah tangan sebelum menyentuh bayi - Sebelum memulai menyusui, keluarkan ASI sedikit lalu oleskan pada puting susu ibu dan sekitar areola mammae - Memegang bayi - Ibu dengan posisi nyaman - Topang bayi menggunakan lengan - Satu tangan bayi diletakkan di depan dan satu dibelakang badan ibu - Payudara disangga payudara dipegang dengan ara ibu jari diatas dan 4 jari menompang bagian bawah seperti huruf C - Anjurkan ibu makan makanan yang bergizi seimbang seperti makanan yang dianjurkan untuk memperbanyak produksi ASI yaitu: - Konsumsi 500 kalori tambahan setiap hari seperti nasi atau makanan pokok $\frac{3}{4}$ gelas atau 100gr - Makanan seimbang untuk memperoleh protein hewani seperti: 1 telur, ikan dan ayam 1 potong Protein nabati seperti: tempe 1 potong dan tahu 2 potong	- Dengan di informasikan hasil pemeriksaan ibu dan keluarga mengetahui hasil pemeriksaan - Diharapkan ibu sudah mengerti dan menyusui dengan benar - Diharapkan ibu makan makanan yang bergizi seimbang seperti makanan yang dianjurkan untuk memperbanyak produksi ASI yaitu: - Konsumsi 500 kalori tambahan setiap hari - akanan harus seimbang untuk memperoleh protein 75-85gram, lemak 20-30% ,mineral, dan

		Buah seperti pisang 1 potong, dan pepaya 1 potong Sayur seperti 1 mangkuk sayur tanpa kuah atau 100gr c. Minum 3 liter air sehari (dianjurkan minum sebelum menyusui (Martanti et al., 2025)) 4. Anjurkan ibu nifas mengonsumsi tablet FE selama 40 hari setelah melahirkan untuk mencegah terjadinya anemia pada masa nifas. 5. Menganjurkan Menjaga kebersihan seluruh tubuh, Membersihkan daerah kemaluan dengan sabun dan air mulai dari depan kebelakang kemudian membersihkan daerah anus dan membersihkan vulva setiap BAK maupun BAB, Mengganti pembalut atau kain pembalut minimal dua kali sehari, Mencuci tangan dengan sabun dan air sebelum dan sesudah membersihkan area genital 6. Anjurkan ibu Untuk memaksimalkan pemulihan otot, latihan senam nifas perlu dilakukan segera pasca persalinan normal dan tidak ada indikasi penyulit postpartum 7. Anjurkan Ibu nifas istirahat yang cukup, istirahat tidur yang dibutuhkan ibu nifas sekitar 8 jam pada malam hari dan 1 jam pada siang hari	vitamin yang cukup c. Minum 3 liter air sehari (dianjurkan minum sebelum menyusui (Martanti et al., 2025)) 4. Tablet Fe berperan penting bagi ibu nifas untuk mencegah terjadinya anemia selama masa nifas. 5. Diharapkan ibu menjaga kebersihan area genitalia dengan baik 6. Senam nifas pada masa postpartum membantu melancarkan proses involusi uteri, mencegah kemungkinan masalah Kesehatan yang bisa terjadi setelah persalinan, membangun Kembali kekuatan otot perut, panggul, dan otot gerak pasca melahirkan, meningkatkan aliran darah yang lancar setelah persalinan. 7. Diharapkan ibu Istirahat yang cukup seperti tidur siang dan istirahat saat bayi tidur untuk mencegah kelelahan berlebihan, karena kurang istirahat dapat mengakibatkan produksi ASI menurun, terganggunya perdarahan involusi uterus, dan dapat menyebabkan depresi
--	--	---	--

		8. Penkes Tanda bahaya masa nifas meliputi - Perdarahan postpartum - Infeksi pada masa nifas - Lochea yang berbau busuk (bau dari vagina) - Sub involusi uterus (pengecilan uterus yang terganggu) - Nyeri perut dan pelvis - Pusing dan lemas yang berlebihan, sakit kepala, nyeri epigastrik, dan penglihatan kabur Suhu tubuh ibu $>38^{\circ}\text{C}$ - Payudara yang berubah menjadi merah, panas, dan terasa sakit - Kehilangan nafsu makan dalam waktu yang lama - Rasa sakit, merah, lunak dan pembengkakan di wajah maupun ekstermitas - Demam, muntah dan rasa sakit waktu berkemih (Aliah et al., 2024)	dan kesulitan untuk merawat diri dan bayi. 8. Diharapkan ibu mengerti tanda bahaya pada ibu nifas dan segera melakukan pemeriksaan kefasilitas tenaga Kesehatan apabila terjadi tanda bahaya pada ibu (Aliah et al., 2024)
M1	Tujuan : bendungan ASI pada ibu teratasi Kriteria : - keadaan umum ibu baik - TTV TD : s:90-120mmhg D: 60-80 mmhg N: 60-80x/m P: 20-24x/m S:36,5-37C	- penkes menyusui sesering mungkin (<i>on demand</i>) mengosongkan payudara jika penuh - anjurkan ibu makan makanan yang bergizi seimbang seperti makanan yang dianjurkan untuk memperbanyak produksi ASI yaitu: - Konsumsi 500 kalori tambahan setiap hari seperti nasi atau makanan pokok $\frac{3}{4}$ gelas atau 100gr - Makanan seimbang untuk memperoleh protein hewani seperti: telur 1 butir, ikan dan ayam 1 potong	- Diharapkan ibu menyusui secara (<i>on demand</i>) dapat memastikan kebutuhan nutrisi dan cairan bayi terpenuhi sesuai kebutuhannya, serta mengosongkan payudara saat terasa penuh dapat mencegah bendungan ASI sehingga menjaga kenyamanan ibu (Jayanti & Yulianti, 2022) - Diharapkan ibu dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan ibu (Martanti et al., 2025)

		Protein nabati seperti: tempe 1 potong dan tahu 2 potong Buah seperti: pisang 1 potong dan pepaya 1 potong Sayur seperti : 1 magkuk sayur tanpa kuah atau 100gr c. Minum 3 liter air sehari (dianjurkan minum sebelum menyusui (Martanti et al., 2025) 3. Lakukan perawatan payudara (breast care) 4. Anjurkan ibu kompres payudara dengan menggunakan daun kubis dingin - dimasukkan lembaran daun kubis yang sudah dicuci kedalam freezer kulkas selama 30 menit. - Kompres payudara dengan daun kubis dingin sehingga menutupi seluruh permukaan payudara - Penggunaan jumlah lembaran kubis tergantung ukuran luas payudara - Memasang BH tau bra untuk menyanggah daun kubis agar tidak jatuh - Kompres dilakukan selama 20 menit setiap kali pemberian - Diberikan selama 4 hari berturut turut	3. perawatan payudara merupakan upaya dalam perawatan khusus lewat pemberian rangsangan terhadap otot-otot buah dada ibu, dengan cara pengurutan atau masase diharapkan dapat memberikan rangsangan kepada kelenjar air susu ibu agar dapat memproduksi susu tersebut. Perawatan payudara merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI 4. Kubis memiliki kandungan asam amino metionin yang bermanfaat sebagai antibiotik dan sinigrin (allylisothiocyanate) rapine, minyak mustard, magnesium, dan sulfur oxylate heteroside yang dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler pada payudara. Daun kubis dingin dapat membantu mencegah pembengkakan payudara dalam waktu yang relatif cepat yaitu 1-2 jam karena senyawa dalam kubis akan bereaksi cepat dan penggunaannya juga sederhana dengan ditempelkan pada payudara yang bengkak
MP	Mastitis	1. penkes menyusui sesering mungkin (on demand) mengosongkan payudara jika penuh	1. Melakukan menyusui secara (on demand) dapat memastikan kebutuhan nutrisi dan

		cairan bayi terpenuhi sesuai kebutuhannya, serta mengosongkan payudara saat terasa penuh dapat mencegah bendungan ASI sehingga menjaga kenyamanan ibu (Jayanti & Yulianti, 2022)
	2. Lakukan perawatan payudara (breast care)	2. Perawatan payudara merupakan upaya dalam perawatan khusus lewat pemberian rangsangan terhadap otot-otot buah dada ibu, dengan cara pengurutan atau masase diharapkan dapat memberikan rangsangan kepada kelenjar air susu ibu agar dapat memproduksi susu tersebut. Perawatan payudara merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI

V. IMPELMANTASI

Hari/ Tanggal jam	Implementasi	Respon	Paraf
Kamis, 07 mei 2026 08:30 08: 35 WIB 08: 38 WIB	1. Memberitahukan hasil pemeriksaan kepada ibu bahwa keadaan ibu baik 2. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral 3. Menganjurkan ibu untuk minum minimal 8 gelas/hari	1. Ibu mengetahui hasil pemeriksaa n bahwa dirinya dalam keadaan baik 2. Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral 3. Ibu mengerti dan bersedia minum minimal 8 gelas/hari	

	4. Menganjurkan ibu untuk beristirahat dan tidur yang cukup malam 8 jam dan siang jika bayi tidur upayakan ibu ikut tidur 5. Menganjurkan ibu untuk selalu memberikan bayinya ASI eksklusif yaitu ASI sampai 6 bulan dan jelaskan bahwa di ASI banyak protein yang baik untuk perkemangan dan pertumbuhan bayinya 6. Menganjurkan ibu untuk menjaga kebersihan secara keseluruhan untuk menghindari infeksi baik kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur maupun lingkungan dan memberikan rasa nyaman sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan 7. Melakukan breast care pada ibu atau cara perawatan payudara setiap sesudah maupun sebelum mandi yang bertujuan untuk melancarkan produksi ASI agar tidak terjadinya bendungan ASI dan menjaga kebersihan.	4. Ibu mengatakan akan beristirahat yang cukup apabila sudah dirumah 5. Ibu mengerti dan akan memberikan ASI selama 6 bulan 6. Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran untuk menjaga kebersihan 7. ibu mengerti dan akan melakukan breast care	
--	--	--	--

	8. Mengajarkan ibu untuk perawatan bendungan ASI dengan kompres dingin daun kubis sebanyak 2 x sehari selama 4 hari. Letakkan selebar daun kubis dingin di payudara ibu pastikan menutupi seluruh permukaan payudara. 9. Mengingatkan ibu kembali tentang tanda bahaya masa nifas seperti perdarahan yang hebat, keluarnya cairan dari vagina yang berbau busuk, nyeri perut bagian bawah, bengkak pada wajah dan kaki serta nyeri kepala yang hebat 10. Mengajarkan ibu teknik menyusui yang baik dan benar, sebelum menyusui ASI di keluarkan sedikit kemudian dioleskan ke puting susu, lalu susui kepada bayi Intervensi dilanjutkan pada kunjungan selanjutnya	8. ibu mengerti dan bersedia melakukannya 9. Ibu mengerti dan akan segera datang/melapor jika ada tanda seperti yang dijelaskan 10. Ibu mengerti dan mengetahui cara menyusui yang benar	
--	---	---	--

VI. EVALUASI

Hari/Tanggal	Evaluasi	Paraf

	S: 1. Ibu mengatakan payudara bengkak,keras, terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan 2. Ibu mengatakan bayi tidak menyusui secara optimal 3. Ibu mengatakan putting susu sebelah kiri pendek O: Keadaan Umum : Baik Kesadaran : Composmentis Tanda – tanda vital Tekanan Darah : 110/80 Mmhg Nadi : 88 kali/menit Suhu : 36,8 °C Payudara Bentuk : simetris Kebersihan : Bersih Putting sebelah kiri : pendek Nyeri tekan : Ada Pengeluaran : Ada Masalah : payudara bengkak,keras,terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan Genetalia Kebersihan : Bersih Keadaan Vulva : Tidak Ada Hematoma Keadaan perineum : tidak ada jahitan Pengeluaran lochea : Rubra (merah segar) Bau : Khas lochea Tanda infeksi : Tidak ada A: Ny N Umur 29 Tahun P4A0 Nifas 3 hari fisiologis	
--	--	--

	Masalah: Bendungan ASI P: 1. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral 2. Menganjurkan ibu untuk minum minimal 14 gelas/hari Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia minum minimal 14 gelas/hari 3. Menganjurkan ibu untuk beristirahat dan tidur yang cukup malam 8 jam dan siang jika bayi tidur upayakan ibu ikut tidur Evaluasi : Ibu mengatakan akan beristirahat yang cukup apabila sudah dirumah 4. Menganjurkan ibu untuk selalu memberikan bayinya ASI eksklusif yaitu ASI sampai 6 bulan dan jelaskan bahwa di ASI banyak protein yang baik untuk perkemangan dan pertumbuhan bayinya Evaluasi : Ibu mengerti dan akan memberikan ASI selama 6 bulan 5. Menganjurkan ibu untuk menjaga kebersihan secara keseluruhan untuk menghindari infeksi baik kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur maupun lingkungan dan memberikan rasa nyaman sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran untuk menjaga kebersihan	
--	--	--

	6. Mengajarkan dan mengajarkan ibu breast care atau cara perawatan payudara setiap sesudah maupun sebelum mandi yang bertujuan untuk melancarkan produksi ASI agar tidak terjadinya bendungan ASI dan menjaga kebersihan. Evaluasi : ibu mengerti dan akan melakukan breast care 7. Mengajarkan ibu untuk perawatan bendungan ASI dengan kompres dingin daun kubis sebanyak 2 x sehari selama 4 hari. Letakkan selembur daun kubis dingin di payudara ibu pastikan menutupi seluruh permukaan payudara. Evaluasi : ibu mengerti dan bersedia melakukannya 8. Mengingatkan ibu kembali tentang tanda bahaya masa nifas seperti perdarahan yang hebat, keluarnya cairan dari vagina yang berbau busuk, nyeri perut bagian bawah, bengkak pada wajah dan kaki serta nyeri kepala yang hebat Evaluasi : Ibu mengerti dan akan segera datang/melapor jika ada tanda seperti yang dijelaskan 9. Mengajarkan ibu teknik menyusui yang baik dan benar, sebelum menyusui ASI di keluarkan sedikit kemudian dioleskan ke puting susu, lalu susui kepada bayi Evaluasi : Ibu mengerti dan mengetahui cara menyusui yang benar Intervensi dilanjutkan hari ke-3	
--	--	--

CATATAN PERKEMBANGAN I

Hari/Tanggal	SOAP
Kamis, 07 Mei 2026	S : - Ibu mengatakan payudara bengkak,keras,terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan - Ibu mengatakan sudah makan nasi dan lauk dengan segelas air putih pada pukul 07.00 WIB - Ibu mengatakan sudah menyusui bayi 1 jam yang lalu O :

3

Keadaan umum :baik, Kesadaran: Composmentis, TD: 120/70 mmHg, Nadi 84 x/m, Suhu 36,6 oC, RR 23 x/m. Payudara: ASI (+), Abdomen: TFU 3 jari dibawah pusat, Diastasis recti 2 jari/2 cm, kontraksi uterus baik

A :

Ny N Umur 29 Tahun P4A0 Nifas 3 hari fisiologis

Masalah : Bendungan ASI belum teratasi

P :

1. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral untuk membantu mempercepat proses pemulihan

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

1. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

2. Menganjurkan ibu untuk minum minimal 8 gelas/ hari

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia minum minimal 8 gelas/hari

3. Menganjurkan ibu untuk beristirahat dan tidur yang cukup malam 8 jam dan siang jika bayi tidur upayakan ibu ikut tidur

Evaluasi : Ibu mengatakan akan beristirahat yang cukup apabila sudah dirumah

2

1

1

4. Mengajarkan ibu untuk selalu memberikan bayinya ASI eksklusif yaitu ASI sampai 6 bulan dan jelaskan bahwa di ASI banyak protein yang baik untuk perkembangan dan pertumbuhan bayinya

Evaluasi : Ibu mengerti dan akan memberikan ASI selama 6 bulan

5. Mengajarkan ibu untuk menjaga kebersihan secara keseluruhan untuk menghindari infeksi baik kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur maupun lingkungan dan memberikan rasa nyaman sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran untuk menjaga kebersihan

6. Mengajarkan dan mengajarkan ibu breast care atau cara perawatan payudara setiap sesudah maupun sebelum mandi yang bertujuan untuk melancarkan produksi ASI agar tidak terjadinya bendungan ASI dan menjaga kebersihan.

Evaluasi : ibu mengerti dan akan melakukan breast care

7. Mengajarkan ibu untuk perawatan bendungan ASI dengan kompres dingin daun kubis sebanyak 2 x sehari selama 4 hari. Letakkan selembar daun kubis dingin di payudara ibu pastikan menutupi seluruh permukaan payudara.

Evaluasi : ibu mengerti dan bersedia melakukannya

8. Mengajarkan ibu untuk mengosongkan payudara ibu sesering mungkin

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengosongkan payudara sesering mungkin

9. Mengajarkan ibu teknik menyusui yang baik dan benar, sebelum menyusui ASI di keluarkan sedikit kemudian dioleskan ke puting susu, lalu susui kepada bayi

Evaluasi : Ibu mengerti dan mengetahui cara menyusui yang benar

	Intervensi dilanjutkan hari ke-4
--	----------------------------------

CATATAN PERKEMBANGAN II

Hari/Tanggal	SOAP
Jum'at, 08 Mei 2026	S : - Ibu mengatakan\ - payudara bengkak,keras,terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan - Ibu mengatakan sudah makan nasi dan lauk dengan segelas air putih pada pukul 07.00 WIB - Ibu mengatakan sudah menyusui bayi 1 jam yang lalu O : Keadaan umum :baik, Kesadaran: Composmentis, TD: 120/70 mmHg, Nadi 84 x/m, Suhu 36,6 oC, RR 23 x/m. Payudara: ASI (+), Abdomen: TFU 3 jari dibawah pusat, Diastasis recti 2 jari/2 cm, kontraksi uterus baik

A :

Ny N Umur 29 Tahun P4A0 Nifas 3 hari fisiologis

Masalah : Bendungan ASI teratasi sebagian

P :

1. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral untuk membantu mempercepat proses pemulihan

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

2. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

3. Menganjurkan ibu untuk selalu memberikan bayinya ASI eksklusif yaitu ASI sampai 6 bulan dan jelaskan bahwa di ASI banyak protein yang baik untuk perkemangan dan pertumbuhan bayinya

Evaluasi : Ibu mengerti dan akan memberikan ASI selama 6 bulan

4. Menganjurkan ibu untuk menjaga kebersihan secara keseluruhan untuk menghindari infeksi baik kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur maupun lingkungan dan memberikan rasa nyaman sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikti anjuran untuk menjaga kebersihan

5. Menganjurkan dan mengajarkan ibu breast care atau cara perawatan payudara setiap sesudah

	maupun sebelum mandi yang bertujuan untuk melancarkan produksi ASI agar tidak terjadinya bendungan ASI dan menjaga kebersihan. Evaluasi : ibu mengerti dan akan melakukan breast care 6. 7. Mengajarkan ibu untuk perawatan bendungan ASI dengan kompres dingin daun kubis m sebanyak 2 x sehari selama 4 hari. Letakkan selembar daun kubis dingin di payudara ibu pastikan menutupi seluruh permukaan payudara. Evaluasi : ibu mengerti dan bersedia melakukannya 8. Mengajarkan ibu untuk mengosongkan payudara ibu sesering mungkin Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengosongkan payudara sesering mungkin 9. Mengajarkan ibu teknik menyusui yang baik dan benar, sebelum menyusui ASI di keluarkan sedikit kemudian dioleskan ke puting susu, lalu susui kepada bayi Evaluasi : Ibu mengerti dan mengetahui cara menyusui yang benar Intervensi dilanjutkan hari ke-5
--	--

CATATAN PERKEMBANGAN III

Hari/Tanggal	SOAP
Sabtu , 09 mei 2026	S : - Ibu mengatakan payudara bengkak,keras,terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan - Ibu mengatakan sudah makan nasi dan lauk dengan segelas air putih pada pukul 07.00 WIB - Ibu mengatakan sudah menyusui bayi 1 jam yang lalu O : Keadaan umum :baik, Kesadaran: Composmentis, TD: 120/70 mmHg, Nadi 84 x/m, Suhu 36,6 oC, RR 23 x/m. Payudara: ASI (+), Abdomen: TFU 3 jari dibawah pusat, Diastasis recti 2 jari/2 cm, kontraksi uterus baik A : Ny N Umur 29 Tahun P4A0 Nifas 3 hari fisiologis Masalah : Bendungan ASI teratasi Sebagian

P:

1. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral untuk membantu mempercepat proses pemulihan

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

2. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral

3. Menganjurkan ibu untuk beristirahat dan tidur yang cukup malam 8 jam dan siang jika bayi tidur upayakan ibu ikut tidur

Evaluasi : Ibu mengatakan akan beristirahat yang cukup apabila sudah dirumah

4. Menganjurkan ibu untuk selalu memberikan bayinya ASI eksklusif yaitu ASI sampai 6 bulan dan jelaskan bahwa di ASI banyak protein yang baik untuk perkembangan dan pertumbuhan bayinya

Evaluasi : Ibu mengerti dan akan memberikan ASI selama 6 bulan

5. Menganjurkan ibu untuk menjaga kebersihan secara keseluruhan untuk menghindari infeksi baik kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur maupun lingkungan dan memberikan rasa nyaman sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran untuk menjaga kebersihan

6. Menganjurkan dan mengajarkan ibu breast care atau cara perawatan payudara setiap sesudah maupun sebelum mandi yang bertujuan untuk melancarkan produksi ASI agar tidak terjadinya bendungan ASI dan menjaga kebersihan.

Evaluasi : ibu mengerti dan akan melakukan breast care

7. Mengajarkan ibu untuk perawatan bendungan ASI dengan kompres dingin daun kubis m sebanyak 2 x sehari selama 4 hari. Letakkan selemba daun kubis dingin di payudara ibu pastikan menutupi seluruh permukaan payudara.

Evaluasi : ibu mengerti dan bersedia melakukannya

8. Mengajarkan ibu untuk mengosongkan payudara ibu sesering mungkin

Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengosongkan payudara sesering mungkin

9. Mengajarkan ibu teknik menyusui yang baik dan benar, sebelum menyusui ASI di keluarkan sedikit kemudian dioleskan ke puting susu, lalu susui kepada bayi

Evaluasi : Ibu mengerti dan mengetahui cara menyusui yang benar

Intervensi dilanjutkan hari ke-6

CATATAN PERKEMBANGAN IV

Hari/Tanggal	SOAP
Minggu,10 Mei 2026	S : - Ibu mengatakan payudara bengkak,keras,terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan - Ibu mengatakan sudah makan nasi dan lauk dengan segelas air putih pada pukul 07.00 WIB - Ibu mengatakan sudah menyusui bayi 1 jam yang lalu O : Keadaan umum :baik, Kesadaran: Composmentis, TD: 120/70 mmHg, Nadi 84 x/m, Suhu 36,6 oC, RR 23 x/m. Payudara: ASI (+), Abdomen: TFU 3 jari dibawah pusat, Diastasis recti 2 jari/2 cm, kontraksi uterus baik A : Ny N Umur 29 Tahun P4A0 Nifas 3 hari fisiologis Masalah : Bendungan ASI teratasi P : 1. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral untuk membantu mempercepat proses pemulihan

	Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral
	2. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikuti anjuran dan bersedia untuk makan-makanan yang mengandung sumber energi, protein, vitamin dan mineral
	3. Menganjurkan ibu untuk beristirahat dan tidur yang cukup malam 8 jam dan siang jika bayi tidur upayakan ibu ikut tidur Evaluasi : Ibu mengatakan akan beristirahat yang cukup apabila sudah dirumah
	4. Menganjurkan ibu untuk selalu memberikan bayinya ASI eksklusif yaitu ASI sampai 6 bulan dan jelaskan bahwa di ASI banyak protein yang baik untuk perkemangan dan pertumbuhan bayinya Evaluasi : Ibu mengerti dan akan memberikan ASI selama 6 bulan
	5. Menganjurkan ibu untuk menjaga kebersihan secara keseluruhan untuk menghindari infeksi baik kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur maupun lingkungan dan memberikan rasa nyaman sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengikti anjuran untuk menjaga kebersihan
	6. Menganjurkan dan mengajarkan ibu breast care atau cara perawatan payudara setiap sesudah maupun sebelum mandi yang bertujuan untuk melancarkan produksi ASI agar tidak terjadinya bendungan ASI dan menjaga kebersihan. Evaluasi : ibu mengerti dan akan melakukan breast care

1 2	7. Mengajarkan ibu untuk perawatan bendungan ASI dengan kompres dingin daun kubis m sebanyak 2 x sehari selama 4 hari. Letakkan selemba daun kubis dingin di payudara ibu pastikan menutupi seluruh permukaan payudara. Evaluasi : ibu mengerti dan bersedia melakukannya 8. Mengajarkan ibu untuk mengosongkan payudara ibu sesering mungkin Evaluasi : Ibu mengerti dan bersedia mengosongkan payudara sesering mungkin 9. Mengajarkan ibu teknik menyusui yang baik dan benar, sebelum menyusui ASI di keluarkan sedikit kemudian dioleskan ke puting susu, lalu susui kepada bayi Evaluasi : Ibu mengerti dan mengetahui cara menyusui yang benar Intervensi dihentikan
---	--

C. Pembahasan

Dalam bab ini penulis membahas manajemen asuhan kebidanan yang telah dilakukan pada Ny. N nifas Hari ke-4 dengan masalah bendungan ASI

1. Nifas

Asuhan kebidanan pada Ny.N umur 29 tahun P4A0 dilakukan sejak hari postpartum sampai hari ke 6 masa nifas. Masa nifas merupakan masa pemulihan organ reproduksi dan adaptasi fisiologis maupun psikologis ibu setelah persalinan berlangsung selama kurang

lebih 42 hari/6minggu. Pada masa ini terjadi involusi uterus, pengeluaran lochea, pemulihan luka jalan lahir, adaptasi laktasi, serta perubahan psikologis ibu.

Berdasarkan hasil pengkajian pada 3 hari postpartum, Ny.N mengeluh payudara bengkak, keras, terasa hangat dan nyeri saat di tekan, dan perut bagian bawah terasa mulas. Keluhan mulas yang dialami ibu merupakan kondisi fisiologis akibat kontraksi uterus dalam proses involusi uterus. Hal ini sesuai teori bahwa after pain atau nyeri mulas postpartum disebabkan oleh kontraksi dan retraksi otot uterus untuk mengembalikan ukuran uterus seperti sebelum hamil.

Pada pemeriksaan objektif didapatkan keadaan umum ibu baik dengan kesadaran composmentis dan tanda-tanda vital dalam batas normal, yaitu tekanan darah 110/70 mmHg, nadi 83 kali/menit, respirasi 19 kali/menit, dan suhu 37,2°C. Hasil ini menunjukkan bahwa kondisi ibu stabil dan tidak ditemukan tanda infeksi. Menurut teori, tanda vital ibu nifas fisiologis umumnya berada dalam batas normal dan stabil selama masa observasi postpartum.

Pada pemeriksaan abdomen diperoleh tinggi fundus uteri (TFU) 3 jari di bawah pusat dengan kontraksi uterus baik dan kandung kemih kosong. Pada hari-hari berikutnya TFU mengalami penurunan bertahap hingga berada di pertengahan pusat dan simpisis pada hari ke-4 sampai hari ke-7. Hal ini menunjukkan proses involusi uterus berjalan normal. Secara teori involusi uterus berlangsung dengan penurunan TFU sekitar 1-2 cm per hari setelah persalinan akibat kontraksi dan retraksi serabut otot uterus.

Pengeluaran lochea pada Ny. N juga sesuai dengan teori. Pada hari ketiga ibu mengalami lochea rubra berwarna merah kehitaman, kemudian berubah menjadi kekuningan bercampur darah pada hari berikutnya. Pengeluaran lochea tidak berbau busuk dan tidak disertai tanda infeksi sehingga menunjukkan proses penyembuhan uterus berlangsung normal. Menurut teori, perubahan lochea terjadi secara bertahap mulai dari lochea rubra, sanguinolenta, serosa, hingga alba sesuai proses involusi uterus.

Pada pemeriksaan payudara ditemukan adanya bengkak, keras, terasa hangat, dan nyeri apabila ditekan. Kondisi ini menunjukkan terjadinya bendungan ASI (breast engorgement), yang umumnya dialami ibu pada hari ke-3 hingga ke-5 postpartum ketika

produksi ASI meningkat secara signifikan. Bendungan ASI terjadi karena ASI tidak dikeluarkan secara optimal, sehingga terjadi penumpukan ASI di dalam alveoli dan ductus laktiferus yang menyebabkan pembengkakan pada payudara.

Bendungan ASI disebabkan oleh produksi ASI yang meningkat, sementara bayi belum menyusui secara efektif atau frekuensi menyusui masih kurang. Akibatnya, ASI tertahan di dalam payudara sehingga menimbulkan rasa penuh, keras, hangat, dan nyeri. Apabila kondisi ini tidak segera ditangani, dapat menyebabkan ibu merasa tidak nyaman, menghambat proses menyusui.

Penatalaksanaan yang diberikan pada Ny.N meliputi pemberian edukasi kepada ibu untuk menyusui bayi sesering mungkin dengan pelekatan dan Teknik menyusui yang benar, mengosongkan payudara secara bergantian serta perawatan payudara (breast care) dan kompres dingin daun kubis. Intervensi ini dilakukan untuk mempercepat penyembuhan bendungan ASI dan mencegah terjadinya mastitis.

Hasil observasi pada ibu nifas dengan bendungan ASI menunjukkan adanya perkembangan yang baik setelah dilakukan intervensi selama 4 hari. Pada hari pertama intervensi (hari ke-3 postpartum), ibu mengeluh payudara terasa penuh, keras, tegang, nyeri saat ditekan, serta ASI keluar tidak lancar sehingga bayi belum dapat menyusui secara efektif. Setelah diberikan intervensi berupa edukasi teknik menyusui yang benar, anjurkan menyusui sesering mungkin sesuai kebutuhan bayi, dilakukan (breast care) perawatan payudara, dan kompres dingin daun kubis, kondisi ibu mulai menunjukkan perbaikan. Pada hari kedua intervensi, rasa nyeri dan pembengkakan payudara mulai berkurang, ASI mulai keluar lebih lancar, dan bayi mulai menyusui dengan lebih efektif. Hari ketiga intervensi, payudara terasa lebih lunak, bendungan ASI semakin berkurang, dan ibu merasa lebih nyaman saat menyusui. Pada hari keempat intervensi atau hari ke-6 postpartum, bendungan ASI telah teratasi, ditandai dengan payudara yang tidak tegang, nyeri menghilang, ASI keluar dengan lancar, bayi menyusui secara efektif, serta tidak ditemukan tanda komplikasi seperti kemerahan, demam, atau mastitis.

Kesesuaian hasil penelitian dengan jurnal terlihat dari pola penurunan keluhan yang terjadi secara bertahap. Pada awal intervensi ibu masih mengeluhkan payudara bengkak dan

nyeri, namun setelah penggunaan kompres daun kubis dingin secara rutin selama empat hari, keluhan berkurang hingga bendungan ASI teratasi. Dengan demikian, hasil penelitian ini mendukung temuan jurnal bahwa kompres dingin daun kubis dapat menjadi intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam menangani bendungan ASI pada ibu nifas.

Selain pemberian kompres daun kubis, keberhasilan penatalaksanaan bendungan ASI juga dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, antara lain: edukasi teknik menyusui yang benar, anjuran menyusui sesering mungkin atau on demand, pengosongan payudara secara teratur, perawatan payudara, serta pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan ibu nifas.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini sinkron dan sejalan dengan jurnal yang dilampirkan. Pemberian kompres dingin daun kubis dua kali sehari selama empat hari terbukti membantu mengurangi pembengkakan, nyeri, dan rasa tidak nyaman pada payudara hingga bendungan ASI teratasi pada ibu nifas.

LOGBOOK

ASUHAN PADA IBU NIFAS DENGAN BENDUNGAN ASI

NO	HARI/ TANGGAL	DOKUMENTASI
1.	Rabu , 15 Juli 2026	Melakukan Pemeriksaan Pada Kepala  Melakukan Pemeriksaan Pada Mata 

Melakukan Pemeriksaan Pada wajah



Melakukan Pemeriksaan Pada Hidung



Melakukan Pemeriksaan Pada mulut



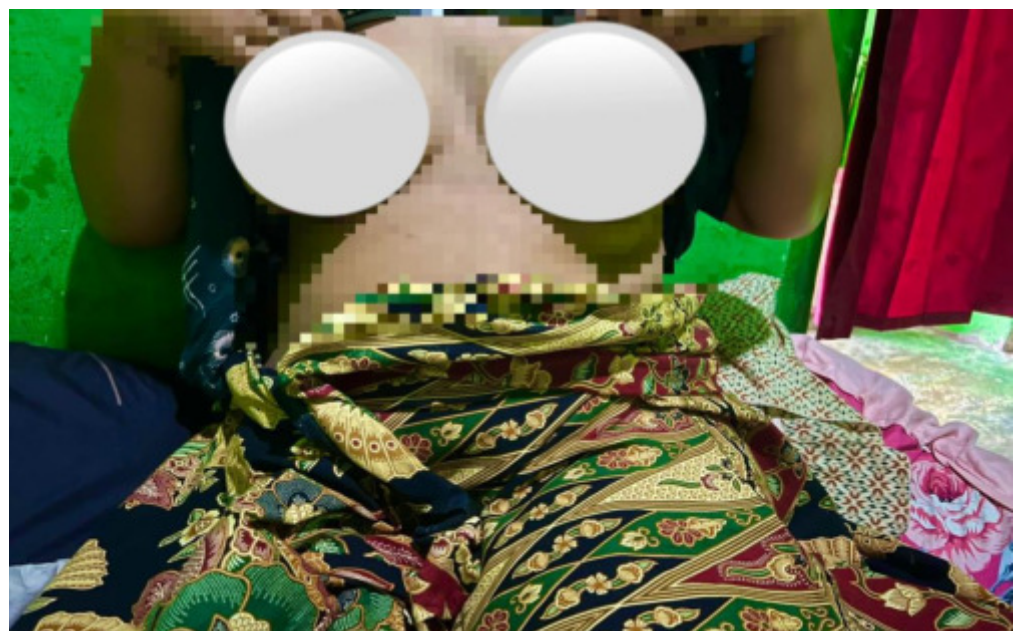
Melakukan Pemeriksaan Pada Telinga



Melakukan Pemeriksaan Pada leher



Melakukan pemeriksaan pada payudara



Melakukan pemeriksaan Pada Abdomen TFU



Melakukan pemeriksaan Pada Abdomen diastasis Recti



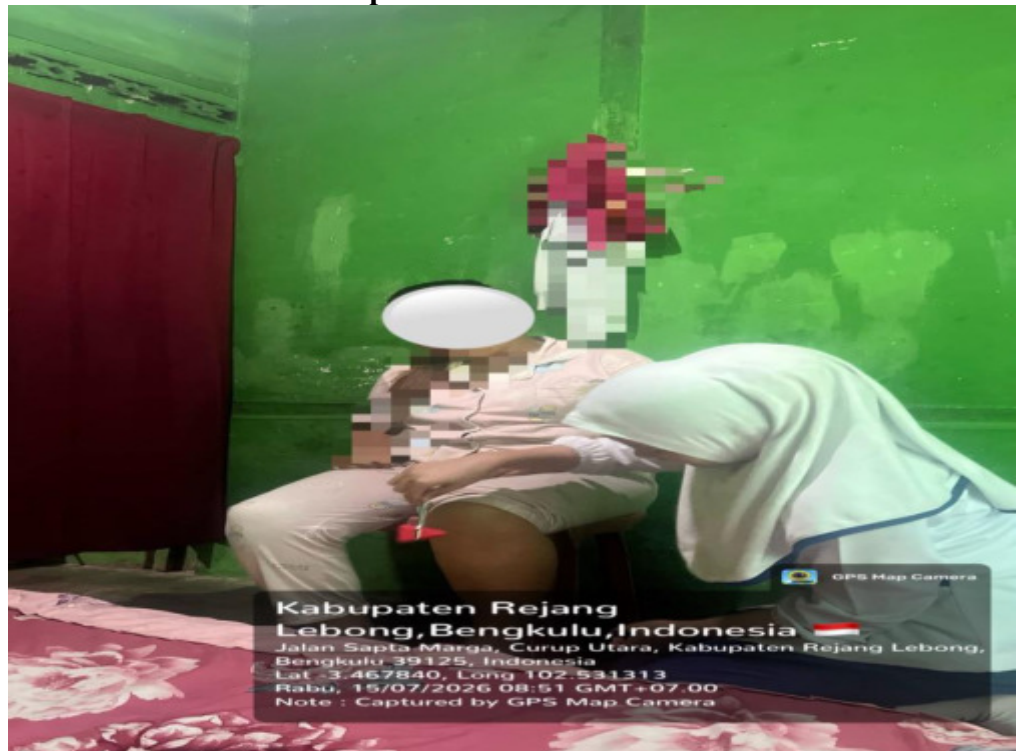
Melakukan Pemeriksaan Pada Genetalia



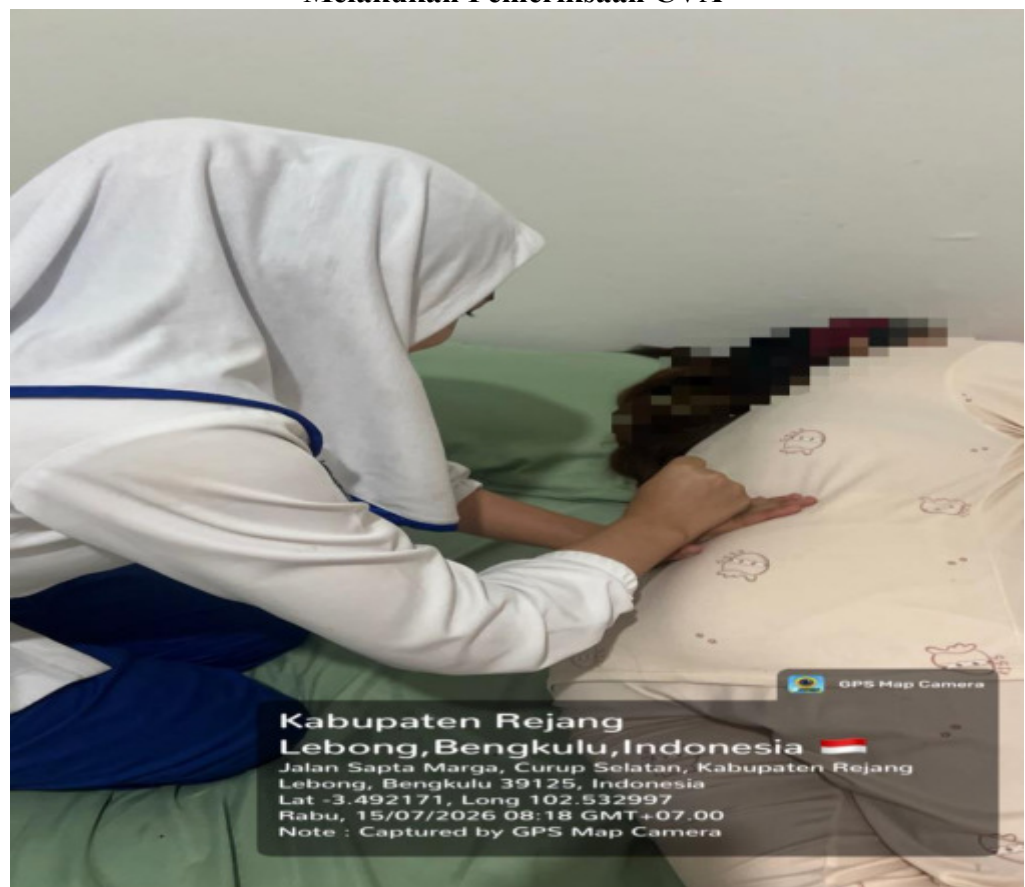
Melakukan pemeriksaan Tanda Homan



Melakukan pemeriksaan Pada Reflek Patella



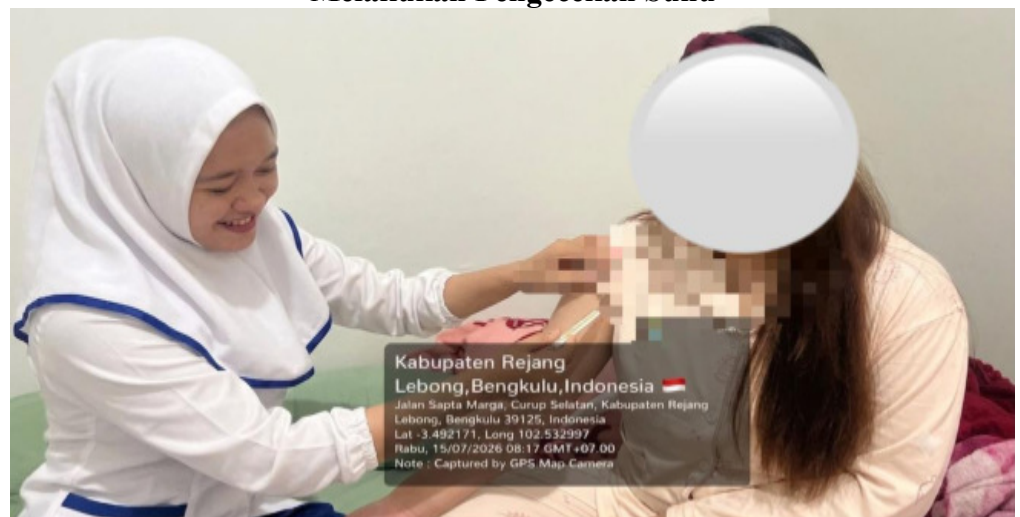
Melakukan Pemeriksaan CVA



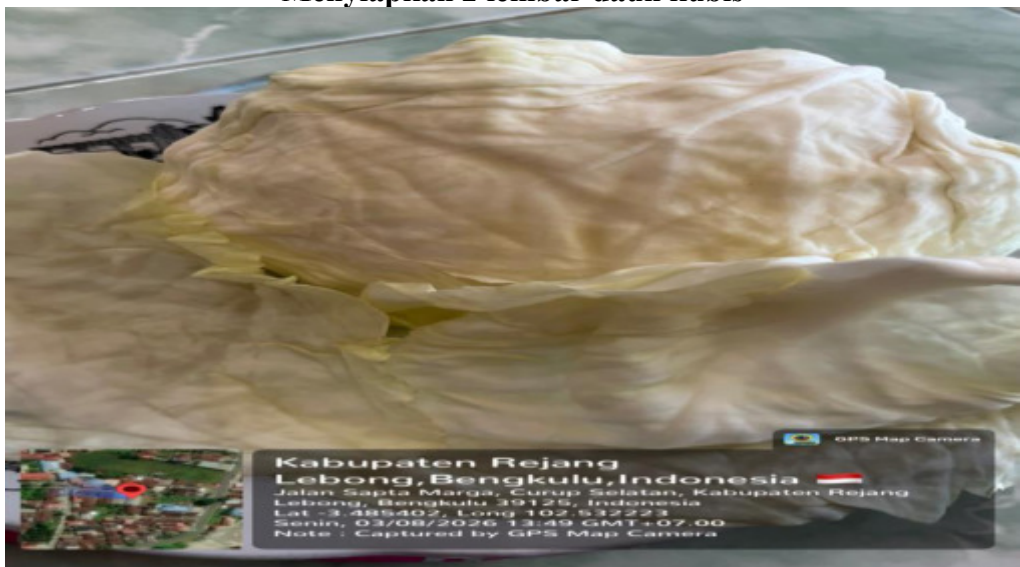
Melakukan tindakan pemeriksaaan tekanan Darah



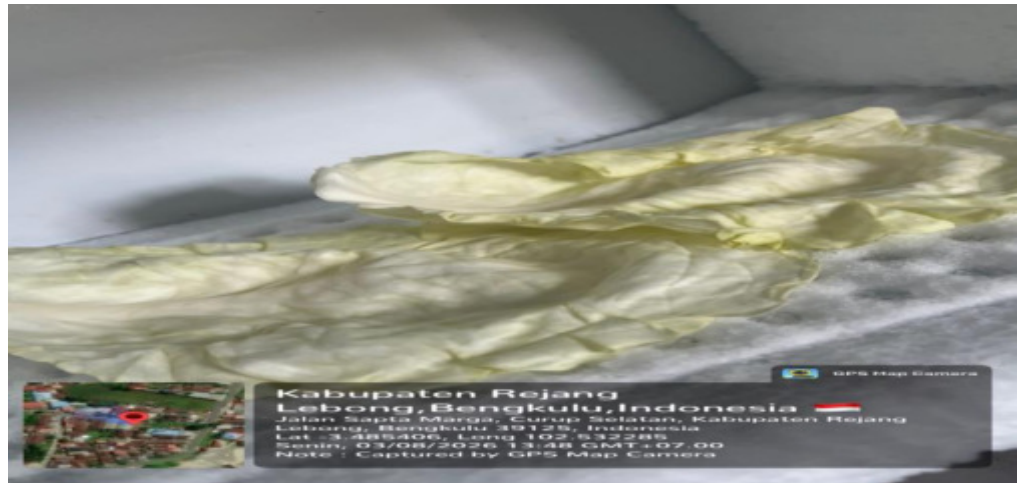
Melakukan Pengecekan Suhu



Menyiapkan 2 lembar daun kubis



Masukkan Freezer selama 15menit



Melakukan perawatan payudara (breast care)



Melakukan pengompresan daun kubis dingin pada payudara



Melakukan senam nifas

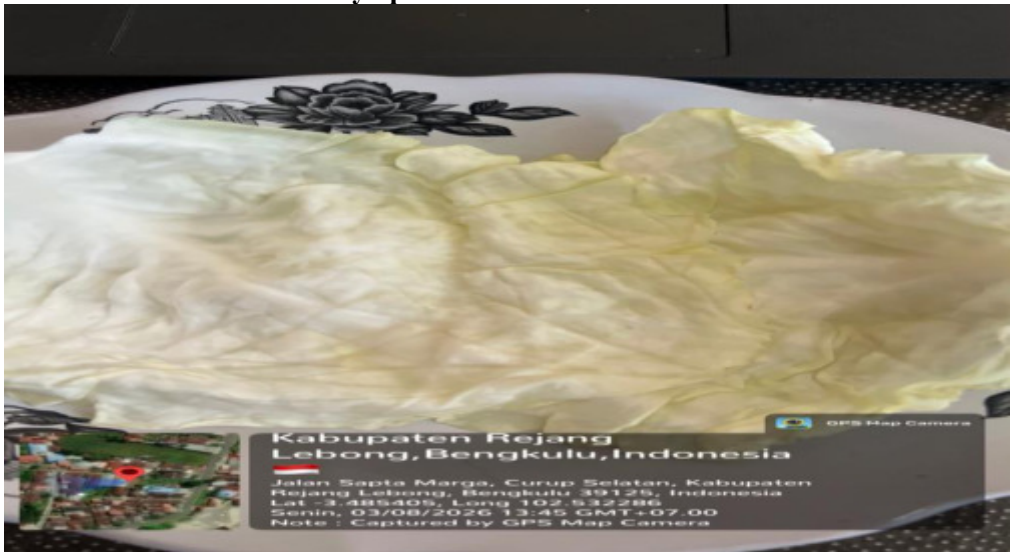


Melakukan Penkes pemenuhan nutrisi dan cairan

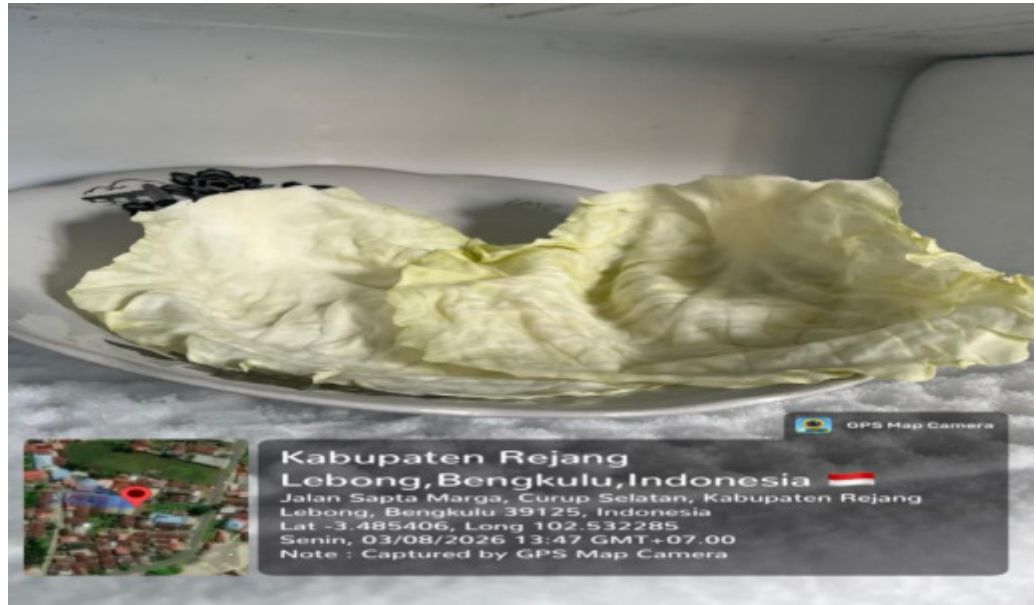


Melakukan Penkes pemenuhan Istirahat dan Tidur



		Melakukan kompres daun kubis dingin pada payudara di sore hari 
2.	Kamis 16 Juli 2026	Melakukan pemeriksaan tekanan darah  Menyiapkan 2 lembar daun kubis 

Masukkan Freezer selama 15menit

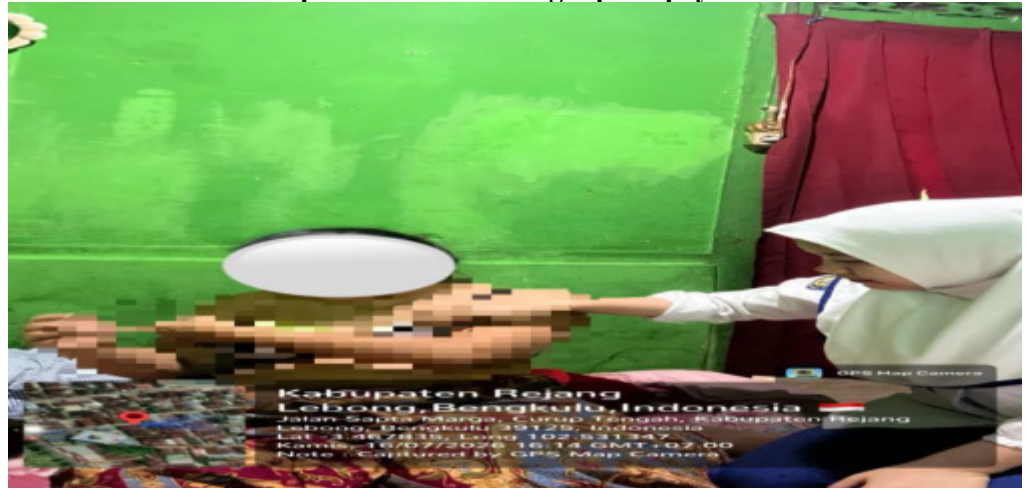


Melakukan perawatan payudara (breast care)

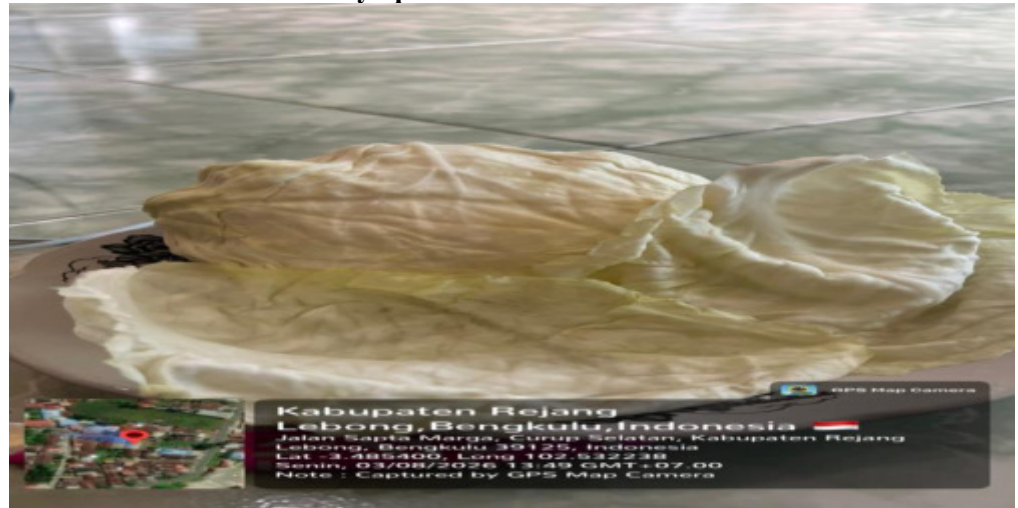


Melakukan pengompresan daun kubis dingin pada payudara



		Melakukan senam nifas 
		Melakukan kompres daun kubis dingin pada payudara di sore hari 
3.	Jum'at 17 Juli 2026	Melakukan pemeriksaan tekanan darah 

Menyiapkan 2 lembar daun kubis



Masukkan Freezer selama 15menit



Melakukan perawatan payudara (breast care)



Melakukan pengompresan daun kubis dingin pada payudara



Melakukan senam nifas



Melakukan kompres daun kubis dingin pada payudara di sore hari



4.

Sabtu
18 Juli 2026

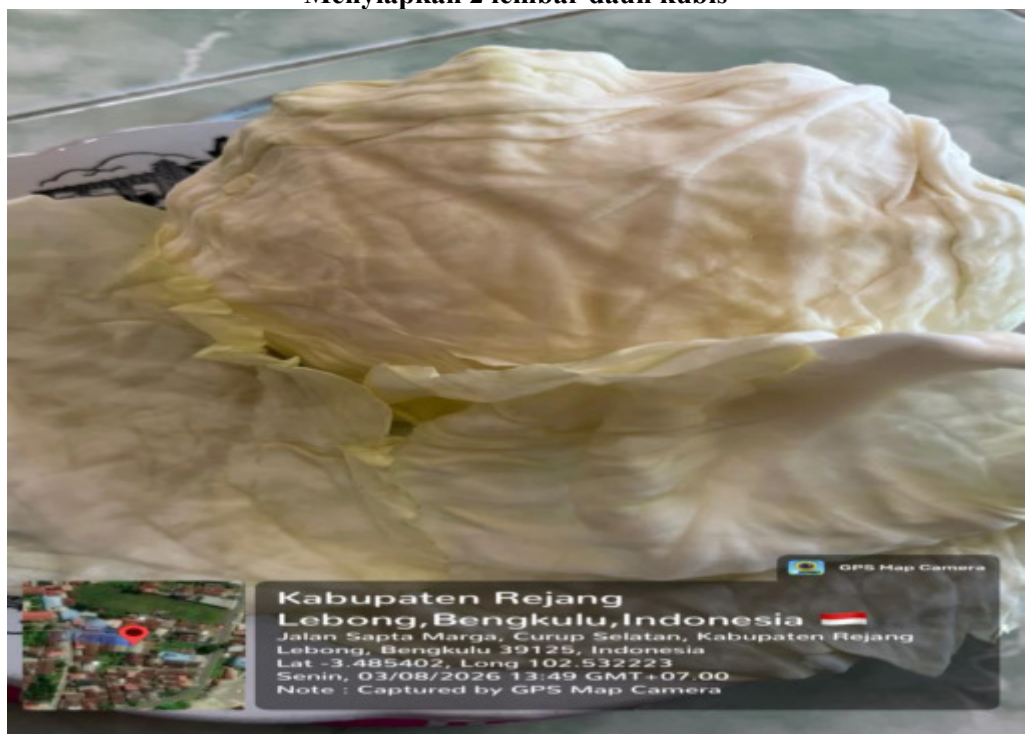
Melakukan pemeriksaan tekanan darah



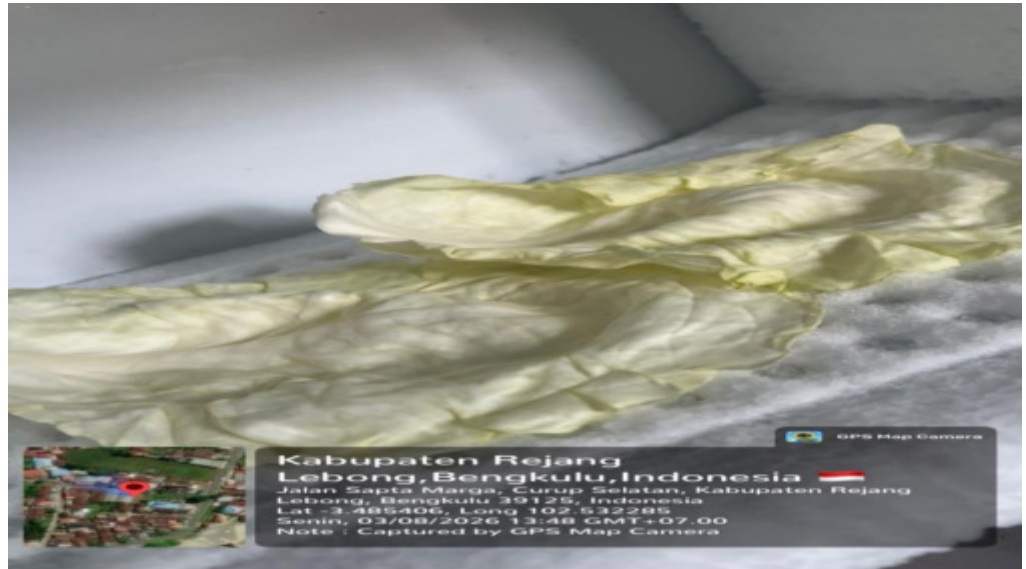
Melakukan pemeriksaan Pada Abdomen



Menyiapkan 2 lembar daun kubis



Masukkan Freezer selama 15menit



Melakukan perawatan payudara (breast care)



Melakukan pengompresan daun kubis dingin pada payudara



Melakukan senam nifas



Melakukan kompres daun kubis dingin pada payudara di sore hari



Melakukan penkes Teknik menyusui yang benar

