

## Lampiran 1 SOP Breast Care

	<b>POLTEKKES KEMENKES MALANG</b>	<b>No.Dokumen: SOP.MAT.001</b>
	<b>STANDARD OPERASIONAL PROSEDUR</b>	<b>No.Revisi:00</b>
	<b>BREAST CARE</b>	<b>Tanggal Terbit: Halaman:</b>
<b>Unit Laboratorium Keperawatan</b>		<b>Petugas/Pelaksana: Perawat, Dosen, CI, Mahasiswa</b>
<b>Pengertian</b>	Perawatan payudara / <i>Breast Care</i> adalah tindakan yang dilakukan demi memelihara kesehatan pada daerah payudara. perawatan payudara sangat diperlukan oleh ibu setelah melahirkan, karena sangat berpengaruh terhadap lancarnya produksi ASI	
<b>Indikasi</b>	1) Ibu nifas dengan masalah menyusui	
<b>Tujuan</b>	g. Memelihara <i>hygiene</i> payudara h. Melenturkan dan menguatkan puting susu i. Payudara yang terawat akan memproduksi ASI cukup untuk kebutuhan bayi j. Dengan perawatan payudara yang baik puting susu tidak akan lecet saat dihisap oleh bayi k. Melancarkan aliran ASI l. Mengatasi puting susu datar atau tenggelam supaya dapat dikeluarkan sehingga siap untuk disusukan kepada bayi	
<b>Persiapan Alat</b>	1) Baby oil / minyak kelapa 2) Dua buah baskom yang berisi air hangat dan air dingin 3) Dua buah waslap / handuk kecil 4) Dua buah handuk bersih 5) Kapas secukupnya	
<b>Persiapan Pasien</b>	1) Lakukan tindakan dengan 5S (senyum, salam, sapa, sopan, santun). 2) Lakukan perkenalan diri dan identifikasi pasien 3) Jelaskan tujuan yang akan dilakukan 4) Jelaskan prosedur pelaksanaan 5) Buat informed consent	
<b>Persiapan Lingkungan</b>	1) Jaga privasi klien dengan memasangketsel/sampiran 2) Ciptakan lingkungan yang aman dan nyaman	
<b>Pelaksanaan</b>	Tahap pelaksanaan	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Buka handuk pasien dan ganti dengan handuk yang lain</li> <li>2) Puting susu dikompres dengan kapas minya</li> <li>3) Puting susu dipegang dengan menggunakan ibu jari dan jari telunjuk kemudian diputar ke arah dalam sebanyak 5-10 kali dan ke arah luar sebanyak 5-10 kali</li> <li>4) Puting susu ditarik sebanyak 20 kali</li> <li>5) Merangsang dengan menggunakan ujung waslap</li> <li>6) Licinkan kedua tangan dengan minyak lalu tempatkan kedua telapak tangan tadi diatas kedua payudara</li> </ol> <p style="text-align: center;">Pengurutan I</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7) Lakukan pengurutan, arahkan pengurutan dimulai kearah atas kemudian kesamping, telapak tangan kiri dan telapak tangan kanan kearah sisi kanan. Selanjutnya diteruskan kearah bawah samping.</li> <li>8) Selanjutya letakkan kedua telapak tangan disalah satu payudara bagian bawahnya dengan posisi telapak tangan yang satu diatas dan yang satu dibawah (posisi bertumpuk).</li> <li>9) Lalu digerakkan secara bergantian keatas sambil menyentuh sedikit payudara dan dilepas perlahan – lahan, lakukan sebanyak 15-30 kali.</li> <li>10) Dilanjutkan dengan arah gerakan yang terakhir adalah melintang yaitu tempatkan kedua telapak tangan dibawak kedua payudara kiri dan kanan, kemudia secara bersamaan digerak-gerakkan seatas sambil menyentuh sedikit payudara dan dilepas perlahan-lahan, lakukan sebanyak 15-30 kali.</li> </ol> <p style="text-align: center;">Pengurutan II</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>11) Salah satu tangan menopang payudara sedang tangan yang lain mengurut payudara dari pangkal menuju puting susu dengan tangan dikepalkan.</li> <li>12) Lakukan sebanyak 15-30 kali</li> </ol> <p style="text-align: center;">Pengurutan III</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>13) Satu payudara dan telapak tangan menopang yang lainnya mengatur payudara dari pangkal menuju ke puting susu.</li> <li>14) Lakukan secara bergantian pada payudara kiri dan kanan, lakukan sebanyak 15-30 kali.</li> </ol> <p style="text-align: center;">Pengurutan IV</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>15) Merangsang payudara dengan mengompreskan air hangat dan air dingin secara bergantian dengan memakai waslap, dilakukan sebanyak 15-30 kali.</li> <li>16) Bisa juga dilakukan oleh ibu pada saat mandi dikamar mandi dengan menggunakan baskom kecil berisi air hangat diguyur atau diciprat-cipratkan ke payudara dan untuk air dinginnya bisa dilakukan saat ibu mandi</li> </ol>
--	---

	<p>dengan air dingin.</p> <p>17) Selanjutnya dikeringkan dengan handuk dan alat-alat yang dipakai dibereskan .</p> <p>18) Pakailah bra khususnya untuk menyusui bayi (bra yang menyangga payudara).</p> <p>19) Perawatan dilakukan 2 kali sehari sebelum mandi</p>
<b>Evaluasi</b>	<p>1) Dokumentasi tindakan</p> <p>2) Evaluasi hasil tindakan dan respon pasien</p>

