**JURNAL ILMIAH KARYA KESEHATAN**

<https://stikesks-kendari.e-journal.id/jikk>

Volume 03 | Nomor 02 | Mei | 2023

E-ISSN : 2747-2108

**Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Pengeluaran ASI ibu Post Partum di Rumah Sakit Umum Benyamin Guluh Kolaka.**

**Selfri Usman, Mien 2, Sitti Hadrayati Ananda3**

123 Prodi S1 Keperawatan StikesiKaryaiKesehatan

3 Prodi S1 Gizi StikesiKaryaiKesehatan

**Korespodensi :**

**Mien**

Keperawatan Reproduksi.

Jl. AH. Nasution No.89, Anduonohu, Kec. Kambu, KotaiKendari

**Kata Kunci :** perawatan payudara, pengeluaran ASI, post partum.

***Keywords*** *:breast care, breastfeeding, post partum*

**Abstrak.***Perawatan payudara juga bertujuan untuk memelihara hygiene pada payudara sehingga memperkecil kemungkinan infeksi, melenturkan atau menguatkan putting susu sehingga bayi bisa menyusui dengan baik, mengeluarkan putting susu yang terbenam (inverted) serta merangsang sekresi hormone prolactin dan oksitosin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI ibu post partum di RSU Benyamin Guluh Kolaka. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode the one group pretes-posttes design yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Bahteramas pada bulan Juni-Juli tahun 2022 dengan melibatkan sampel sebanyak 27 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Data dianalisis dengan menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum melakukan perawatan payudara, pengeluaran ASI yang lancar sebanyak 6 orang (22,2%) dan yang tidak lancar sebanyak 21 orang (77,8%) sedangkan setelah melakukan perawatan payudara, pengeluaran ASI yang lancar sebanyak 24 orang (88,9%) dan yang tidak lancar sebanyak 3 orang (11,1%). Disamping itu, terdapat pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI ibu post partum di RSU Benyamin Guluh Kolaka berdasarkan nilai ρ sebesar 0,000. Disarankan agar ibu menyusui sering melakukan perawatan payudara secara mandiri.*

*Kata kunci : perawatan payudara, pengeluaran ASI, post partum.*

**Absctract**. *Gastritis, known as ulcers among people, attacks young people or teenagers. One of the Breast care also aims to maintain hygiene in the breasts so as to minimize the possibility of infection, to flex or strengthen the nipples so that the baby can breastfeed properly, to remove the inverted nipples and to stimulate the secretion of the hormone prolactin and oxytocin. The purpose of this study was to determine the effect of breast care on the production of breast milk for post partum mothers at Benyamin Guluh Kolaka General Hospital. The type of research used is quantitative research with the one group pretest-posttest design method which was carried out at the Bahteramas General Hospital in June-July 2022 involving a sample of 27 people. Sampling using purposive sampling technique. Data were analyzed using Wilcoxon's test. The results showed that before doing breast care, 6 people (22.2%) smooth milk production and 21 people (77.8%) non-smooth milk production, while after doing breast care, 24 people smooth breast milk expenditure (88 people). ,9%) and 3 people are not fluent (11,1%). In addition, there is an effect of breast care on the release of breast milk for post partum mothers at Benyamin Guluh Kolaka General Hospital based on the value of 0.000. It is recommended that breastfeeding mothers often do breast care independently.*

**Pendahuluan**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan ideal untuk bayi yang memberi nutrisi sesuai dengan usia, faktor imunologis dan substansi anti bakteri. Pertumbuhan bayi sangat dipengaruhi oleh pengeluaran ASI. Pertumbuhan yang cepat dapat terjadi pada umur 2 minggu, 6 minggu dan 3 bulan dimana pada saat itu sangat membutuhkan ASI yang lebih banyak (Meilirianta dkk, 2014). Pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat komplek antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon1.

Angka pemberian ASI eksklusif secara global, walaupun telah ada peningkatan namun angka ini tidak meningkat cukup signifikan, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI eksklusif 2. Di Indonesia bahwa pada tahun 2020, hasil *recall* berjumlah 3.196.303 bayi yang berusia kurang dari 6 bulan terdapat 2.113.564 mendapatkan ASI Eksklusif atau sekitar 66,1% 3.

Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh faktor utama yakni faktor hormonal, terdiri dari hormon prolaktin yang berperan dalam membesarnya *alveoli* pada masa kehamilan dan memiliki peranan penting untuk memproduksi ASI, hormon *oksitosin*yang berperan dalam proses turunnya susu(*let-down/milkejectionreflex)* serta *Human placental lactogen* (HPL) 4.

Salah satu usaha yang dilakukan ibu agar proses menyusui lancar yaitu dengan perawatan payudara (*breast care)* secara teratur, dilakukan sebanyak 2 kali sehari sebelum mandi pada pagi dan sore hari selama 30 menit akan membantu kelancaran pengeluaran ASI 5. Tujuan dilakukannya tindakan perawatan payudara adalah agar sirkulasi darah menjadi lancar mencegah penghambatan saluran susu, sehingga proses keluarnya ASI menjadi lancar 4.

Perawatan payudara juga bertujuan untuk memelihara *hygiene* pada payudara sehingga memperkecil kemungkinan infeksi, melenturkan atau menguatkan *putting* susu sehingga bayi bisa menyusui dengan baik, mengeluarkan *putting* susu yang terbenam (*inverted*) serta merangsang sekresi hormone *prolactin* dan *oksitosin* 6. Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati tahun 2019 menunjukkan bahwa perawatan payudara dapat meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu *postpartum* 7.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti berinisiatif melakukan penelitian tentang pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum* di RSU Benyamin Guluh Kolaka

**Metode**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode *the one group pretes-posttes design* yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Bahteramas pada bulan Juni-Juli tahun 2022 dengan melibatkan sampel sebanyak 27 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Data dianalisis dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

**Hasil Dan Pembahasan**

**Analisis Univariat**

**Karakteristik Responden**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tabel 1** | **Distribusi Frekuensi berdasarkan Karakteristik Responden di Rumah Sakit Umum Benyamin Guluh Kolaka (n= 27)** | | |
| **Karakteristik Responden** | | **n (%)** | **Mean±Std.Deviasi** |
| **Umur (tahun)** | |  | **29,48±5,840** |
| **Pendidikan Terakhir** | | |  |
| SD | | 3 (11,1) |  |
| SMP | | 6 (22,2) |  |
| SMA | | 6 (22,2) |  |
| Perguruan Tinggi | | 12 (44,4) |  |
| **Pekerjaan** | |  |  |
| PNS/honorer | | 7 (25,9) |  |
| Wiraswasta | | 3 (11,1) |  |
| Ibu Rumah Tangga | | 17 (63) |  |

**Sumber : data primer, 2022**

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata umur responden adalah 29,48 tahun dengan nilai standar deviasi sebesar 5,840, pendidikan terakhir didominasi responden yang Sarjana/D3 pada perguruan tinggi sebesar 12 orang (44,4%) dan paling sedikit adalah SD sebesar 3 orang (11,1%) sedangkan pekerjaan responden didominasi oleh Ibu Rumah Tangga sebanyak 17 orang (63%) dan paling sedikit adalah wiraswasta sebanyak 3 orang (11,1%).

**Variabel Penelitian**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tabel 2** | **Distribusi Frekuensi berdasarkan Variabel Penelitian di Rumah Sakit Umum Benyamin Guluh Kolaka (n= 27)** | | |
| **Variabel Penelitian** | | **n (%)** | **Mean±Std.Deviasi** |
| **Pengeluaran ASI (*pretest)*** | | | |
| Lancar | | 6 (22,2) | **33,89±9,549** |
| Tidak lancar | | 21 (77,8) |  |
| **Pengeluaran ASI *(posttest)*** | | | |
| Lancar | | 24 (88,9) | **56,85±11,515** |
| Tidak lancar | | 3 (11,1) |  |

**Sumber : data primer, 2022**

Tabel 2 menunjukkan bahwa repsonden *pre test,* terdapat 6 orang (22,2%) yang lancar dalam mengeluarkan ASI dan tidak lancara sebanyak 21 orang (77,8%) dengan rata-rata jawaban responden 33,89 dan nilai standar deviasi sebesar 9,549 sedangkan setelah perawatan payudara, terdapat 24 orang (88,9%) memiliki pengeluaran ASI yang lancar dan tidak lancar sebanyak 3 orang (11,1%) dengan rata-rata jawaban responden 56,85 dan nilai standar deviasi sebesar 11,515.

**Analisis Bivariat**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tabel 3** | **Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Pengeluaran ASI Ibu *PostPartum* di RSU Benyamin Guluh Kolaka** | | |
|  | | **Median (Minimum-Maksimum)** | ***ρ value*** |
| Pengeluaran ASI sebelum perawatan payudara (n=27) | | 32 (21-62) | 0,000 |
| Pengeluaran ASI setelah perawatan payudara (n=27) | | 58 (35-72) |

Sumber : data primer, 2022

Tabel 3 menunjukkan bahwa pengeluaran ASI responden sebelum perawatan payudara, terdapat nilai median sebesar 32 dengan nilai minimal 21 dan maksimal 62 sedangkan nilai median pengeluaran ASI setelah melakukan perawatan payudara sebesar 58 dengan nilai minimum 35 dan maksimum 72. Disamping itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa hasil uji *wilcoxon* diperoleh nilai *p* sebesar 0,000 (<0,05) sehingga secara statistik terdapat perbedaan pengeluaran ASI ibu *post partum* antara sebelum perawatan payudara dengan setelah perawatan payudara sehingga ada pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran asi ibu post partum di RSU Benyamin Guluh Kolaka.

**Pembahasan**

**Pengeluaran ASI Sebelum Melakukan Perawatan Payudara pada Ibu *Post Partum* di RSU Benyamin Guluh Kolaka**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden sebelum melakukan perawatan payudara (pre test), terdapat 6 orang lancar dalam mengeluarkan ASI disebabkan oleh responden sering memberikan ASI saat bayi menunjukkan minat untuk menyusu (menangis dan meghisap jari atau mulutnya mencari-cari payudara), payudara tidak terasa nyeri atau sakit saat menyusui, ibu tidak pernah merasa geli karena terasa aliran ASI setiap kali menyusui dan bayi buang air kecil 6-8 kali dalam sehari serta kotoran bayi tidak keras dan tidak lembek.

Selain itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat 21 orang (77,8%) tidak lancar dalam mengeluarkan ASI disebabkan oleh responden menyusui tidak pernah 8-10 kali dalam sehari, kadang-kadang menyusui selama 5 menit setiap kali menyusui, ibu kadang menunda pemberian ASI saat malam hari, payudara responden terasa tegang sebelum disusukan, ibu jarang mendengarkan suara menelan bayi pada saat menyusui dan bayi dkadang rewel setelah disusui serta kotoran bayi sering berwarna kuning terang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Evi Lydianingsih tahun 2018 menemukan bahwa sebelum melakukan perawatan payudara *(pre test)* terdapat 3 responden (18,75%) mengalami nyeri dalam kategori nyeri ringan dengan intensitas skala 2, 6 responden (37,5%) mengalami nyeri dalam kategori nyeri ringan dengan intensitas skala 3, 4 responden (25%) mengalami nyeri dalam kategori nyeri sedang dengan intensitas skala 4, 3 responden (18,75%) mengalami nyeri dalam kategori sedang dengan intensitas skala 5 8.

Teori menyebutkan bahwa pada ibu nifas sebaiknya melakukan perawatan payudara secara teratur karena selain untuk memelihara kebersihan puting, perawatan payudara juga dapat memperlancar produksi ASI 9. Ibu-ibu yang menyusui tidak melakukan perawatan payudara pada masa menyusui sehingga banyak inu mengeluh setelah melahirkan ASI keluar tidak lancar atau bayi tidak mau menyusu 10.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa produksi ASI yang kurang karena ibu enggan dalam melakukan perawatan payudara karena kurangnya pengetahuan responden terkait tata cara melakukan perawatan payudara secara mandiri.

**Pengeluaran ASI Setelah Melakukan Perawatan Payudara pada Ibu *Post Partum* di RSU Benyamin Guluh Kolaka**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah melakukan perawatan payudara *(post test* terdapat 24 orang (88,9%) yang lancar dalam mengeluarkan ASI disebabkan oleh berdasarkan jawaban responden yakni ibu selalu menetapkan jadwal khusus untuk menyusui bayi, payudara sering terasa lembut dan kosong setiap kali selesai menyusui, ibu memberikan dua payudara setiap kali menyusu secara bergantian serta kotoran bayi tidak keras dan tidak lembek.

Disamping itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa masih ada 3 orang (11,1%) yang tidak lancar dalam mengeluarkan ASI disebabkan oleh responden berhenti menyusui saat bayi melepaskan sendiri mulutnya daru *putting, putting* ibu tidak terasa nyeri dan tidak lecet setelah menyusui dan bayi akan tertidur atau tenang selama 3-4 jam setelah disusui.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami tahun 2017 bahwa didapatkan rata-rata pada hasil *pretest* kelompok intervensi jumlah ASI yang dihasilkan 8,38% sedangkan hasil *posttest* jumlah ASI meningkat menjadi 18,19% 11. Penelitian lain menemukkan bahwa semakin baik ibu melakukan perawatan payudara maka 3,8 kali peluang untuk menghasilkan ASI yang lancar dari pada tidak melakukan perawatan payudara dengan baik 12.

Teori menyebutkan bahwa perawatan payudara merupakan suatu usaha yang dilakukan agar kondisi payudara baik demi mencapai keberhasilan menyusui yang dilakukan 2 kali sehari pada waktu mandi pagi dan sore hari dengan kriteria mengetahui lancarnya produksi ASI pada ibu post partum, seperti sebelum disusukan payudara terasa tegang, ASI merembes keluar melalui puting susu, frekuensi BAK >6 kali/hari dan terjadi kenaikan berat badan bayi 13.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa responden yang tidak lancar mengeluarkan ASI pada saat menyusui disebabkan oleh responden melakukan perawatan payudara tidak sesuai dengan prosedur karena malas melakukan perawatan payudara disebabkan membutuhkan waktu lama

**Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Pengeluaran ASI Ibu *Post Partum* di RSU Benyamin Guluh Kolaka**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum* di RSU Benyamin Guluh Kolaka berdasarkan hasil analisis uji *wilcoxon* diperoleh nilai *ρ* sebesar 0,000 (<0,05) disebabkan oleh responden responden kadang-kadang berhenti menyusui saat bayi melepaskan sendiri mulutnya dari *putting,* bayi dapat menempelkan mulutnya pada aerola (daerah lingkaran berwarna agak kehitaman) saat bayi menyusui, responden tidak pernah merasa lelah setelah menyusui, pipis bayi berwarna kuning terang, responden selalu merasa yakin dapat memberikan ASI sesuai kebutuhan bayi dan bayi buang air kecil 6-8 kali dalam sehari serta kotoran tidak keras dan tidak lembek.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Soleha menemukan bahwa terdapat pengaruh antara perawatan payudara terhadap produksi ASI pada ibu nifas 14. Selain itu, terdapat pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada Ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule 15. Penelitian sejalan dengan hasil penelitian ini juga dilakukan oleh Taqiyah menemukan bahwa terdapat pengaruh hubungan Masase ASI pada ibu Post Partum di RSIA Khadijah I Muhammadiyah Khadijah Makassar 16.

Teori menyebutkan bahwa payudara sebagai tempat produksi ASI harus mendapatkan perawatan yang baik agar proses menyusui dapat berjalan dengan lancar dimana sangat membutuhkan proses perawatan payudara sebagai langkah awal untuk menjaga kebersihan agar payudara tetap sehat dan tidak terjadi infeksi dan dilakukan setelah melahirkan yang mempunyai tujuan untuk merangsang kelenjar-kelenjarair susu untuk merawat payudara agar bersih, tidak mudah lecet, memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan yang dilakukan berupa pemijatan pada daerah payudara. Pemijatan yang dilakukan ini bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI. Selain itu merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI yaitu untuk mencegah bendungan pada payudara 17.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa perawatan payudara berpengaruh terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum* namun ada beberapa ibu yang tidak lancar dalam mengeluarkan ASI disebabkan oleh responden tidak melakukan perawatan payudara dimana responden tidak mengetahui perawatan payudara karena membutuhkan waktu lama dan malas melakukan perawatan payudara.

**Simpulan Dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa perawatan payudara berpengaruh terhadap pengeluaran ASI ibu *post* partum di RSU Benyamin Guluh Kolaka berdasarkan nilai *ρ* sebesar 0,000. Disarankan bagi ibu sebaiknya meningkatkan pengetahuan terkait perawatan payudara yang benar sehingga melakukan perawatan payudara ketika sedang menyusui.

**Daftar Rujukan**

1. Mansyur. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Malang: Selaksa Media; 2014.

2. World Health Organization. Exclusive Breastfeeding For Optimal Growth, Development And Health Of Infants. 2020; Available from: www.who.int.ac.id

3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Kinerja Kementrian Kesehatan Tahun 2020. Kementeri Kesehat Republik Indones Tahun 2021. 2021;1–224.

4. Saleha S. Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jakarta : Salemba Medika; 2015.

5. Meilirianta dkk. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Post Partum di Rumah Bersalin Wargi Lestari Kelurahan Utama Kecamatan Cimahi Selatan tahun 2014. 2014; Available from: www.stikesrajawali.ac.id

6. Sutanto & Fitriana Y. Asuhan pada Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2016.

7. Fatmawati L, Syaiful Y, Wulansari NA. Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Pengeluara ASI Ibu Post Partum (The Effect of Breast Care in the Milk Output of Post Partum Mother). J Ners Community [Internet]. 2019;10(November):169–84. Available from: http://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/904/0

8. Evi L. Pengaruh Perawatan Payudara sebagai Terapi Bendungan ASI Terhadap Skala Pembengkakan dan Nyeri Payudara serta Jumlah ASI Pada Ibu Postpartum di RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan [Internet]. Vol. 1, World Development. epository.ub.ac.id/id/eprint/167481/1/Evi%20Lydianingsih.pdf; 2018. 1–15 p. Available from: http://www.fao.org/3/I8739EN/i8739en.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.01.003%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2011.10.007%0Ahttps://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/23288604.2016.1224023%0Ahttp://pjx.sagepub.com/lookup/doi/10

9. Jannah N. Buku Ajar Asuhan Kebidanan : Kehamilan. CV Andi OF SET: Yogyakarta; 2016.

10. Saryono dan Pramitasari. Perawatan Payudara. Yogyakarta: Mitra Cindikia Press; 2017.

11. Utami. Kata kunci Referensi : Perawatan Payudara, Pengeluaran ASI, Ibu Post Partum : 16 (2007-2017). 2017;16.

12. Permata D. Hubungan perawatan payudara dan IMD serta asupan gizi dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas kahean kota pematangsintar. 2017; Available from: http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/20024/157032057.pdf?sequence=1&isAllowed=y

13. Soetjiningsih. ASI Petunjuk Tenaga Kesehatan. Jakarta : EGC; 2017.

14. Sholeha SN, Sucipto E, Izah N. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas. Oksitosin J Ilm Kebidanan. 2019;6(2):98–106.

15. Muslim VY, Halimatusyaadiah S. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule Tahun 2017. J Midwifery Updat. 2019;1(1):1.

16. Taqiyah Y, Sunarti S, Rais NF. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan Asi Pada Ibu Post Partum Di Rsia Khadijah I Makassar. J Islam Nurs. 2019;4(1):12.

17. Maryunani A. Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan. Jakarta: CV. Trans Info Media; 2016.