

Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara dengan Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui Gampong Nusa Aceh Besar

Rika Dewi¹, Desria Muliati², Safira³

^{1,2,3} Akademi Kebidana Saleha Banda Aceh

Email: rikadewi1983@gmail.com

Abstrak

Perawatan payudara adalah merawat payudara terutama pada masa nifas untuk memperlancar pengeluaran ASI. Tujuan perawatan payudara untuk melihara *hygiene* payudara, melenturkan dan menguatkan puting susu, payudara yang terawat akan memproduksi ASI dengan banyak. Tujuan: penelitian ini untuk menganalisis hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Gampong Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar. Metode: penelitian ini berbentuk *survey* analitik dengan menggunakan pendekatan *Cross sectional*, penelitian ini dilaksanakan pada September 2021 Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total sampling* yaitu sebanyak sebanyak 40 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Analisis data menggunakan Univariat dan Bivariat. Hasil: penelitian menunjukkan dari 40 ibu menyusui, kategori pengetahuan baik 10 orang (25,%) yang lancar ASI sebanyak 10 orang, yang berpengetahuan cukup sebanyak 17 orang (42,5%) dengan ASI yang lancar sebanyak 17 orang, dan pengetahuan kurang 13 orang (32,5%) yang lancar ASI 1 orang dan tidak lancar ASI 12 orang. Hasil penelitian berdasarkan uji *Chi-square test* menunjukkan *p-value* sebesar $0,00 < 0,05$, berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan kelancaran ASI. Kesimpulan bahwa pentingnya pengetahuan perawatan payudara agar ibu menyusui memiliki ASI yang banyak senantiasa rutin merawat payudara dan berkonsultasi kepada bidan sehingga pengeluaran ASI menjadi lancar.

Kata Kunci: *Pengetahuan Perawatan Payudara, ASI*

Abstract

Background: Breast care is caring for the breasts, especially during the puerperium (breastfeeding period) to facilitate the release of breast milk. The purpose of breast care is to maintain breast hygiene, flex and strengthen the nipples, breasts that are cared for will produce lots of milk. Purpose: This study was to analyze the relationship between knowledge of breast care and the fluency of breastfeeding in breastfeeding mothers in Gampong Nusa, Lhoknga District, Aceh Besar District. Methods: This research is in the form of an analytical survey using a cross sectional approach. This research was conducted in September 2021. The population in this study were all breastfeeding mothers. The sampling technique used total sampling as many as 40 people. Data was collected by means of a questionnaire. Data analysis using Univariate and Bivariate. Results: The study showed that from 40 breastfeeding mothers, 10 people with good knowledge (25.%) had good knowledge of breastfeeding as many as 10 people, 17 people with sufficient knowledge (42.5%) with smooth breastfeeding, and 13 people with less knowledge. people (32.5%) who breastfed 1 person and 12 people didn't. After statistical testing using the Chi-square test showed a *p-value* of $0.00 < 0.05$, it means that there is a relationship between knowledge and breastfeeding fluency. Conclusion: that the importance of knowledge of breast care so that breastfeeding mothers have a lot of breast milk

for babies. It is hoped that breastfeeding mothers always take care of their breasts regularly and consult their midwives so that breastfeeding becomes smooth.

Keywords: *Knowledge of Breast Care, ASI*

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) pada tahun 2018 Angka Kematian Ibu (AKI) Merupakan salah satu indikator keberhasilan layanan suatu negara. Setiap hari, sekitar 830 wanita meninggal karena sebab yang dapat dicegah terkait dengan kehamilan dan persalinan. 99% dari semua kematian ibu terjadi di negara berkembang. Sekitar 830 wanita meninggal karena komplikasi kehamilan atau persalinan di seluruh dunia setiap hari. Salah satu target di bawah tujuan pembangunan berkelanjutan (TPB) adalah untuk mengurangi resiko kematian ibu bersalin global menjadi kurang dari 70 per 100.000 kelahiran, dengan tidak ada negara yang memiliki angka kematian ibu lebih dari dua kali rata-rata global. Wanita meninggal akibat komplikasi selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Komplikasi utama yang menyebabkan hampir 75% dari semua kematian ibu adalah perdarahan hebat setelah melahirkan, infeksi, tekanan darah tinggi selama kehamilan (pre-eklampsia dan eklampsia), komplikasi dari persalinan, dan aborsi yang tidak aman (*WHO, 2018*).

WHO, menunjukkan bahwa angka kematian bayi (AKB) sebanyak 18 kematian per 1000 kelahiran hidup. Penyebab kematian bayi ada 2 yaitu langsung (endogen) dan tidak langsung (eksogen). Kematian bayi endogen atau kematian neonatal disebabkan oleh faktor-faktor yang dibawah anak sejak lahir, yang diperoleh oleh orang tuanya pada saat konsepsi. Kematian bayi yang berasal dari kondisi bayinya sendiri yaitu BBLR, bayi *premature*. Dan kelainan kongenital. Kematian bayi yang dibawa sejak lahir adalah asfiksia. Kematian bayi eksogen atau kematian post-neonatal disebabkan oleh faktor-faktor yang berkaitan dengan pengaruh lingkungan luar (*WHO, 2018*).

Berdasarkan profil Kesehatan Indonesia tahun 2016 presentase pemberian ASI di Indonesia dari bayi 0-6 bulan sebesar 29,5%, sedangkan untuk pemberian ASI 0-5 bulan presentasenya sebesar 54,0% (Kemenkes RI, 2016).

Data dari Kabupaten Aceh Besar tahun 2019 Cakupan kunjungan ibu nifas 67%. Cakupan kunjungan rendah berkaitan erat dengan cakupan persalinan oleh nakes semakin rendah cakupan persalinan nakes maka cakupan pelayanan nifas akan semakin rendah. Rendahnya cakupan pelayanan nifas dikarenakan adanya ibu nifas yang tidak kunjungan nifas sesuai standar minimal 3 kali kunjungan (Dinkes Aceh, 2019).

Data dari Kabupaten Aceh Besar tahun 2019 Cakupan ASI eksklusif 47%. ASI adalah cairan biologis yang kompleks yang mengandung semua nutrient yang diperlukan tubuh anak. Sifatnya yang sangat mudah di serap tubuh bayi, menjadikan nutrisi utama yang paling memenuhi persyaratan untuk tumbuh kembang bayi. Kabupaten Aceh Besar menyarankan pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan dan dilanjutkan sampai usia 24 bulan (Dinkes Aceh Besar, 2021).

Sebaiknya mulai umur 6 bulan bayi harus mendapatkan makanan pendamping ASI yang bergizi sesuai dengan tumbuh kembangnya. Menyusui secara eksklusif adalah tidak memberikan bayi makanan dan minuman lain. Mulai umur 6 bulan bayi mendapatkan makanan pendamping ASI yang bergizi sesuai dengan tumbuh kembangnya. Menyusui secara eksklusif adalah tidak memberikan bayi makanan dan minuman lain. Manfaat pemberian ASI bagi bayi dapat membantu memulai kehidupannya dengan baik, membantu pembentukan antibody ASI mengandung komposisi yang tepat, mengurangi kejadian *karies dentis*, memberi rasa nyaman dan aman pada bayi dan adanya ikatan antara ibu dan bayi, ASI meningkatkan kecerdasan bayi, membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi karena gerakan menghisap mulut bayi (Dinkes Aceh Besar, 2021).

Pengetahuan adalah hasil “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagai besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasarkan oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Wawan & Dewi, 2010).

Perawatan payudara adalah suatu tindakan atau merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI. Tujuan perawatan payudara adalah, melihara *hygiene* payudara, melenturkan dan menguatkan puting susu, payudara yang terawat akan memproduksi ASI cukup untuk kebutuhan bayi, dengan perawatan payudara yang baik ibu tidak perlu khawatir bentuk payudaranya akan cepat berubah sehingga kurang menarik, dengan perawatan payudara yang baik puting susu tidak akan lecet sewaktu dihisap oleh bayi, melanjutkan ASI, mengatasi puting susu datar atau terbenam supaya dapat dikeluarkan sehingga siap untuk disusukan kepada bayinya (Sinjai, 2010).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Gampong Nusa Januari-Juni 2021 Cakupan Ibu menyusui berjumlah 40 orang Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada 4 responden ibu menyusui didapatkan fenomena bahwa pada ibu menyusui di Gampong Nusa. 1 diantaranya menyatakan lancar ASI dengan tidak menyatakan adanya keluhan dan melakukan perawatan payudara, namun 3 diantaranya menyatakan keluhan tidak lancar ASI, diantara 3 ibu yang 2 sudah melakukan pijat payudara, meminum pil pelancar ASI dan memakan daun katuk namun ASI belum lancar, 1 lagi ASI nya tidak lancar dan tidak melakukan apapun, seperti memijat payudara, meminum pil pelancar ASI dan tidak memakan sayuran pelancar ASI, sehingga menyebabkan mereka untuk memilih mengkonsumsi obat pelancar ASI atau berhenti menyusui dan ibu tersebut memberikan susu formula untuk bayinya. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin meneliti tentang hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Gampong Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian survei yang bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu mengumpulkan data yang dilakukan sekaligus pada waktu yang bersamaan atau mengetahui hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Gampong Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar Tahun 2021. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Jumlah sampel sebanyak 40 orang semua dijadikan sampel. Pengumpulan data dilakukan dengan pembagian kuesioner pada tanggal 21 September 2021. Analisa data menggunakan analisa Univariat dan Bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada seluruh ibu yang menyusui bayi umur 0-24 bulan di Gampong Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar diperoleh hasil sebagai berikut:

Pengetahuan Perawatan Payudara

Berdasarkan tabel di bawah ini ditemukan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan ibu yang berpengetahuan cukup tentang perawatan sebanyak 17 orang (42,5%) dan pengetahuan baik sebanyak 10 orang (25%). Data dapat dilihat dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Perawatan Payudara di Gampong Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar Tahun 2021

Variabel	Kategori	f	(%)
Pengetahuan Perawatan Payudara	Baik	10	25
	Cukup	17	42,5
	Kurang	13	32,5
Total		40	100

(Sumber: Data Sekunder Tahun 2021)

Kelancaran ASI

Berdasarkan tabel 2. ditemukan bahwa ibu yang asinya lancar sebanyak 28 orang (70%). mereka untuk memilih mengkonsumsi obat dan ibu tersebut memberikan susu formula untuk bayinya.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelancaran ASI di Gampong Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar Tahun 2021

Variabel	Kategori	f	(%)
Kelancaran Asi	Lancar	28	70
	Tidak Lancar	12	30
Total		40	100

(Sumber: Data Sekunder Tahun 2021)

Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara dengan Kelancaran ASI di Gampong Nusa

Berdasarkan tabel 3. di bawah ini didapatkan hasil penelitian bahwa hubungan pengetahuan tentang perawatan payudara dengan kelancaran asi pada ibu dari 40 responden ada sebanyak 10 ibu (25,0%) yang memiliki pengetahuan yang baik tentang perawatan payudara dengan kategori yang lancar asi sebanyak 10 orang dan yang tidak lancar Asi tidak ada. Sementara ibu yang pengetahuan perawatan payudara yang cukup sebanyak 17 orang (42,5%) dengan kategori yang lancar asi sebanyak 17 orang dan yang tidak lancar tidak ada. Sementara ibu yang kurang pengetahuan sebanyak 13 orang (32,5%) dengan kategori yang lancar asi sebanyak 1 orang dan yang tidak lancar Asi sebanyak 12 orang. Berdasarkan tabel *Chi-square test* menunjukkan *p-value* sebesar $0,00 < 0,05$ maka ada hubungan antara pengetahuan tentang perawatan payudara dengan kelancaran Asi pada ibu menyusui di Gampog Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar.

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI di Gampong Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar Tahun 2021.

No	Pengetahuan	ASI				Total		P value
		Lancar		Tidak Lancar		f	%	
		f	%	f	%			
1	Baik	10	25,0	0	0	10	25,0	0,000
2	Cukup	17	42,5	0	0	17	42,5	

3	Kurang	1	2,5	12	30,0	13	32,5
	Total	28	70	12	30	40	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani (2018), dimana sebagian besar responden kurang memiliki pengetahuan dengan jumlah 16 responden (9,0%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* pada uji bivariate diperoleh *sig p value* = 0,000 < 0,05.

Upaya yang dilakukan untuk menanggulangi permasalahan di atas, yaitu dengan melakukan perawatan payudara pada ibu menyusui, sehingga membantu pengeluaran ASI secara lancar. Perawatan payudara pada ibu nifas merupakan perawatan yang sebaiknya dilakukan untuk mempersiapkan payudara agar dalam kondisi baik saat menyusui bayinya, meliputi perawatan kebersihan payudara baik sebelum maupun sesudah menyusui. Perawatan puting susu yang lecet dan merawat puting susu agar tetap lemas, tidak keras, dan tidak kering (Suririnah, 2012). Perawatan payudara merupakan upaya untuk merangsang sekresi hormone oksitosin untuk menghasilkan ASI sedini mungkin dan memegang peranan penting dalam menghadapi masalah menyusui. Teknik pemijatan dan rangsangan pada puting susu yang dilakukan pada perawatan payudara merupakan latihan semacam efek isapan bayi sebagai pemicu pengeluaran ASI (Rosita, 2017).

Perawatan payudara atau sering disebut Breast Care bertujuan untuk memelihara kebersihan payudara, memperbanyak atau memperlancar pengeluaran ASI. Tujuan perawatan untuk memperlancar produksi ASI dengan merangsang kelenjar-kelenjar air susu melalui pemijatan, mencegah bendungan ASI atau pembengkakan payudara, melenturkan dan menguatkan puting (Mochtar, 2015). Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian (Safitri & Werdani, 2016) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Bendan, Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh antara pelaksanaan inisiasi menyusui dini, ada pengaruh antara perawatan payudara, ada pengaruh antara penggunaan alat kontrasepsi, dan ada pengaruh antara keberadaan perokok pasif dengan kelancaran produksi ASI. Merawat payudara baik selama kehamilan maupun setelah bersalin akan menjaga bentuk payudara dan memperlancar keluarnya ASI. Gerakan perawatan pada payudara selain bermanfaat melancarkan reflex pengeluaran ASI juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI, serta tak kalah penting mencegah bendungan pada payudara (Saryono & Pramitasari, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Meihartati (2016) menyatakan bahwa ada hubungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI. Penelitian Wulan dan Gurusingan (2019) juga mendapatkan ada pengaruh yang signifikan terhadap volume ASI pada ibu postpartum sebelum dan sesudah diberikan perawatan payudara (*breast care*).

Hasil analisa peneliti bahwa masih banyak ibu-ibu nifas di Gampong Nusa yang belum mengetahui cara perawatan payudara yang baik, hal tersebut terlihat dari 40 ibu nifas hanya 10 ibu yang berpengetahuan baik, sementara sisa lainnya masih di kategori cukup dan kurang. Didukung dengan hasil wawancara peneliti dengan beberapa ibu nifas pada saat melakukan penelitian bahwa diantara mereka sudah banyak yang memberikan susu formula ketika ASI berkurang, mereka tidak paham bagaimana cara menghasilkan ASI yang banyak. Sebagai pengalaman ibu-ibu nifas ada sebagian yang hanya mengandalkan mengkonsumsi daun katuk untuk mendapatkan ASI yang banyak, namun untuk perawatan payudara masih belum banyak yang memahaminya.

SIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa ada hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancara ASI pada ibu nifas di Gampong Nusa Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar. secara umum ibu nifas yang memiliki pengetahuan perawatan payudara masih 10 ibu, sementara yang lain masih kurang. ibu-ibu nifas belum pernah atau jarang mendapatkan informasi tentang perawatan payudara yang baik untuk mendapatkan ASI yang lancar.

Disarankan kepada semua ibu nifas bahwa penting sekali untuk memahami cara melakukan perawatan payudara selama menyusui meskipun sudah mengkonsumsi daun katuk. Sebaiknya ibu nifas dapat melakukan perawatan payudara setelah bayi lahir dan dilakukan teratur minimal 2 kali sehari pascapersalinan sehingga dapat merangsang kelenjar-kelenjar payudara untuk menghasilkan ASI. jika ibu nifas kurang dapat melakukan perawatan payudara, maka ibu nifas dapat meminta bantuan kepada ibu bidan yang ada disekitar tempat tinggal.

Dianjurkan kepada para petugas kesehatan khususnya bidan agar dapat mengadakan pelatihan maupun penyuluhan tentang perawatan payudara yang baik sekaligus mendemonstrasikan cara dan Teknik perawatan payudara yang benar sebagai persiapan pada ibu hamil dan menyusui agar dapat memiliki produksi ASI yang cukup banyak dan lancar, sehingga bayi mendapatkan asupan nutrisi yang cukup selama 2 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. 2019. *Profil Kesehatan Aceh Tahun 2019*. Aceh Besar.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016. *Profil Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2016*.
- Mochtar, R. (2015). *Sinopsis Obstetri: Obstetri Fisiologi Obstetri Patologi Jilid I* (Edisi 3; EGC, Ed.). Jakarta.
- Meihartati, T. (2016). *Hubungan Antara Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Nifas Di Poskesdes Sumber Baru Kecamatan Angsana Kabupaten Tanah Bumbu*. [Jour]. *Kebidanan*, 1.
- Rosita, E. (2017). *Hubungan perawatan payudara pada ibu nifas dengan bendungan ASI (Studi Di Desa Jolotundo dan Desa Kupang Kecamatan Jetis Kabupaten Mojokerto)* [Jour]. *Jurnal Kebidanan*, 7(1).
- Saryono dan RD Pramitasari. (2014). *Perawatan Payudara* (Nuha Medika, Ed.). Yogyakarta.
- Safitri, I., Wijayanti, A. C., & Werdani, K. E. (2016). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI pada Ibu Menyusui di Desa Bendan, Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali* [Diss]. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sinjai R. (2010) *Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI Di RSUD Sinjai*. Skripsi.
- Suririnah. (2012). *Persalinan* (Gramedia Pustaka, Ed.). Jakarta.
- Sholichah N. 2011 *Hubungan Perawatan Payudara pada Ibu Postpartum dengan Kelancaran ASI*. Semarang
- WHO (2018) *Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi*.
- Wawan dan Dewi, 2010, *Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia*, Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wulan, S., & Gurusinga, R. (2019) *Pengaruh Perawatan Payudara (Breast Care) Terhadap Volume ASI Pada Ibu Post Partum (Nifas) di RSUD Deli Serdang Sumut tahun 2012*. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vo15.iss1.16>.