

EFEKTIFITAS TREATMENT BRAST CARE UNTUK MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BARUGA

Sumarni¹, Husnul Khatimah², Atika Sulastris³, A. Nurhikma Dea Oktavia⁴

^{1,2,3}Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba

sumarni.unhas66@gmail.com

ABSTRACT

Mother's Milk (ASI) is one of the most important parts where the production and its smoothness need to be considered by prospective mothers. So many benefits that will be obtained for the mother and of course for the baby. To ensure the implementation of breastfeeding, the Government of Indonesia has regulated by making an official regulation, namely Government Regulation (PP) No. 33 of 2012. The purpose of this study is to determine the effectiveness of the Brast Care Treatment to facilitate milk production in the work area of the Baruga Health Center. The design of this research is an analytical survey with a cross sectional approach, namely research that tries to explore how and why this phenomenon occurs. Based on the results of statistical tests with Chi-Square obtained p value of 0.004 ($p < 0.05$), which means that Brast Care Treatment is effective in increasing breast milk production.

Keywords: *Brast Care Treatment, Breast Milk Production*

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan salah satu bagian terpenting dimana produksi beserta kelancarannya perlu diperhatikan oleh calon ibu. Begitu banyaknya manfaat yang akan didapatkan bagi ibu dan tentunya untuk bayi. Untuk menjamin pelaksanaan pemberian ASI, sudah diatur oleh Pemerintah Indonesia dengan membuat peraturan secara resmi yaitu Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 33 tahun 2012. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektifitas Treatment Brast Care untuk memperlancar produksi ASI di wilayah kerja Puskesmas Baruga. Desain penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan cross sectional yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi. Berdasarkan hasil uji statistik dengan Chi-Square diperoleh p value 0,004 ($p < \alpha 0,05$), yang berarti Treatment Brast Care efektif dalam meningkatkan produksi ASI

Kata Kunci : *Treatment Brast Care, Produksi ASI*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan salah satu bagian terpenting dimana produksi beserta kelancarannya perlu diperhatikan oleh calon ibu. Begitu banyaknya manfaat

yang akan didapatkan bagi ibu dan tentunya untuk bayi. Untuk menjamin pelaksanaan pemberian ASI, sudah diatur oleh Pemerintah Indonesia dengan membuat peraturan secara resmi yaitu

Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 33 tahun 2012 didalamnya terdapat aturan bahwa bayi yang dilahirkan berhak mendapatkan ASI tanpa penambahan bahan makanan lainnya (tidak termasuk obat, mineral dan vitamin) hingga bayi berumur enam bulan atau disebut sebagai ASI eksklusif. Pemerintah juga membuat Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Permenkes RI) Nomor 15 Tahun 2013 untuk mendukung keberhasilan dari pelaksanaan pemberian ASI eksklusif dengan menerapkan tata cara penyediaan fasilitas khusus menyusui atau memerah ASI.

Berdasarkan data dari WHO tahun 2015 diperkirakan 130 juta bayi dilahirkan di dunia setiap tahun dan 4 juta bayi meninggal dalam 28 hari pertama kehidupannya. Menurunkan angka kesakitan, WHO merekomendasikan agar bayi baru lahir mendapat ASI eksklusif (tanpa tambahan makanan) paling sedikit enam bulan. Makanan padat seharusnya di berikan setelah enam bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berusia dua tahun. Tahun 2011 hanya 35,5% bayi berusia kurang dari 6 bulan di dunia mendapatkan ASI eksklusif, pada sidang kesehatan dunia ke-65 negara-negara anggota WHO menetapkan target di tahun 2025 bahwa sekurang-kurangnya 50% dari jumlah bayi di bawah usia enam bulan diberi ASI eksklusif (Saputri, Tri Muliani, 2017).

Berdasarkan survei di Indonesia pada tahun 2010 didapatkan cakupan ASI eksklusif yaitu sebesar 33,6%, meningkat sebesar 38,5% pada tahun 2011 dan pada tahun 2012 sebesar 42% serta mengalami penurunan pada tahun 2013 sebesar 30,2%. Cakupan ASI eksklusif belum mencapai target yang diinginkan secara Nasional yaitu sebanyak 80%. Hal ini

terjadi karena rendahnya pencapaian program ASI eksklusif pada setiap Provinsi dan wilayah Kabupaten dan Kota di Indonesia. Untuk itu perlu mendapat perhatian lebih dari pemerintah maupun swasta serta masyarakat dengan program penggalakan ASI sebagai upaya untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif. (SDKI, 2012; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013; Riset Kesehatan Dasar, 2013).

Banyak jenis metode untuk merangsang pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin yang menjadi pilihan bagi ibu yang mengalami masalah selama menyusui, seperti pijat oksitosin, pijat prolaktin, pijat marmet, perawatan payudara dan lain sebagainya. Salah satu teknik yang sering dilakukan oleh tenaga kesehatan yaitu perawatan payudara. Perawatan payudara dapat dilakukan dengan melakukan suatu tindakan oleh ibu post partum sendiri maupun di bantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan. Gerakan perawatan merupakan cara efektif untuk meningkatkan volume ASI dan melancarkan refleks pengeluaran ASI. Terakhir yang tak kalah penting, mencegah bendungan pada payudara (Saryono dan Pramitasari, 2008; Anggraini, 2010). Tujuan penelitian adalah mengetahui pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ASI dan tingkat kecemasan pada ibu nifas.

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 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, Wijayanti, & 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.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan kepada 10 ibu nifas, dimana 2 orang mengatakan melakukan perawatan payudara tetapi tidak rutin dan ASI tidak lancar, sedangkan 7 orang tidak pernah melakukan perawatan payudara dan ASI tidak lancar dan 1 orang mengalami bendungan ASI.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Efektifitas *Treatment Brast Care* Untuk Memperlancar Produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Baruga.

METODE

Desain penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Baruga Tahun 2020.

Populasi adalah sekelompok subjek yang menjadi objek atau sasaran penelitian, yang memiliki karakteristik tertentu dan ditetapkan oleh peneliti untuk dapat ditarik kesimpulan. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang ada di wilayah Puskesmas Baruga bulan juli tahun 2020, yaitu sebanyak 40 responden. Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih berdasarkan teknik-teknik tertentu dan dapat mewakili populasinya (Notoatmodjo, 2012). Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*, yaitu sebanyak 40 responden.

Penelitian ini dilakukan dengan memberikan kuesioner variabel perawatan payudara yang terdiri dari 10 pernyataan tentang teknik treatment brast care dan kuesioner kelancaran ASI yang terdiri dari 10 pernyataan tentang tanda-tanda kelancaran ASI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian ini mendapatkan karakteristik responden yang dapat dilihat pada Tabel di bawah ini.

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, dan Paritas

Karakteristik	F	%
Umur		
Remaja Akhir	11	27,5

(17-25 thn)			
Dewasa Awal	21		52,5
(26-35 thn)			
Dewasa Akhir	8		20,0
(36-45 thn)			
Pendidikan			
SD	4		10,0
SMP	17		42,5
SMA	13		32,5
Sarjana	6		15,0
Paritas			
Primipara	25		62,5
Multipara	11		27,5
Grandmultipara	4		10,0

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari 40 responden, sebanyak 52,5% yang berumur dewasa awal (26-35 tahun), sebanyak 42,5% yang berpendidikan SMP, dan sebanyak 62,5% yang merupakan primipara (ibu yang pertama kali melahirkan).

Tabel 2 . Distribusi Frekuensi Berdasarkan Treatment Brast care pada Ibu Nifas

No	Treatment Brast Care	Jumlah	
		f	%
1	Tidak melakukan	22	55,0
2	Melakukan	18	45,0
	Total	40	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 40 responden, yang tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 22 orang (55,0%) dan responden yang melakukan perawatan payudara sebanyak 18 orang (45,0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelancaran ASI pada Ibu Nifas

No	Kelancaran ASI	Jumlah	
		F	%
1	Tidak lancar	20	50,0
2	Lancar	20	20,0
	Total	40	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 40 responden, yang ASInya tidak lancar sebanyak 20 responden (50,0%) dan responden yang ASInya lancar sebanyak 20 responden (50,0%).

Tabel 4. Tabulasi Silang Treatment Brast care dengan Kelancaran ASI pada Ibu Nifas

Treatment Brast care	Kelancaran ASI				Jumlah		P value
	Lancar		Tidak lancar		f	%	
	f	%	f	%	f	%	
Tidak melakukan	6	27,3	1	7	2	55,0	0,00
melakukan	4	22,2	4	44,0	8	20,0	
Total	2	50,0	2	50,0	4	100	

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa dari 22 responden (55,0%) yang tidak melakukan treatment brast care terdapat 16 responden (72,7%) yang ASInya tidak lancar dan 6 responden (27,3%) yang ASInya lancar. Sedangkan dari 18 (45,0%) responden yang melakukan *treatment brast care* terdapat 4 responden (22,2%) yang ASInya tidak lancar dan 14 responden (77,8%) yang ASInya lancar.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh *p value* 0,004 ($p < \alpha$)

0,05), yang berarti Treatment Breast Care efektif dalam meningkatkan produksi ASI

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi-Square* didapatkan *Treatment Breast Care* efektif dalam memperlancar produksi ASI. Sebagian besar ibu nifas yang tidak melakukan *treatment breast care* mengalami kesulitan dalam memberikan ASI kepada bayinya dikarenakan payudara yang bengkak, puting susu lecet, puting susu yang tidak menonjol sehingga produksi ASI sedikit dan tidak lancar. Dengan begitu, tidak sedikit ibu nifas yang kurang berhasil memberikan ASI kepada bayinya dengan lancar.

Teori yang mendukung penelitian ini menyatakan bahwa perawatan payudara merupakan suatu kebutuhan hidup yang baru saja melahirkan dan ini suatu tindakan yang sangat penting untuk memperlancar pengeluaran ASI (Saryono & RD Pramitasari, 2014).

Selama kehamilan, hormon prolaktin dari plasenta meningkat tetapi ASI biasanya belum keluar karena masih dihambat oleh kadar estrogen yang tinggi. Pada hari kedua atau ketiga pascapersalinan, kadar estrogen dan progesteron turun drastis, sehingga pengaruh prolaktin lebih dominan dan pada saat inilah mulai terjadi sekresi ASI. Kegiatan menyusukan lebih dini terjadi perangsangan puting susu, terbentuklah prolaktin oleh hipofisis, sehingga sekresi ASI semakin lancar. Dua refleks pada ibu yang sangat penting dalam proses laktasi, refleks prolaktin dan refleks aliran timbul akibat perangsangan puting susu oleh hisapan bayinya (Fatmawati, Syaiful, & Wulansari, 2019). Setelah melahirkan, oksitosin juga mengencangkan otot halus di sekitar alveoli untuk memeras ASI

menuju saluran susu. Pengeluaran ASI terjadi karena sel otot halus di sekitar kelenjar payudara mengerut sehingga memeras ASI untuk keluar, ASI dapat keluar dari payudara akibat adanya otot-otot yang mengerut yang dapat distimulasi oleh suatu hormon yang dinamakan oksitoksin (Rahayuningsih, Mudigdo, & Murti, 2016).

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

Hasil penelitian Taqiyah, Sunarti, dan Rais (2019) mendapatkan sebelum dilakukan masase payudara terdapat 81,3% ibu *postpartum* yang dikategorikan mengalami bendungan ASI dan setelah dilakukan masase laktasi terjadi penurunan bendungan ASI dari 81,3% menjadi 18,8%. Kesimpulan ada pengaruh masase laktasi terhadap bendungan ASI. Penelitian Prawita dan Salima (2018) mendapatkan ada hubungan pengetahuan dan sikap dengan pelaksanaan perawatan payudara di Klinik Pratama Niar Medan.

Hasil penelitian Tyfani, Utami, dan Susmini (2017) yang menyatakan bahwa pelaksanaan perawatan payudara akan memperlancar serta dapat meningkatkan produksi ASI ibu nifas. Semakin ibu melakukan perawatan payudara dengan baik maka ASI pun akan lancar. Pelaksanaan perawatan payudara sebaiknya dimulai sedini mungkin yaitu setelah bayi dilahirkan dan dilakukan dua kali sehari. Perawatan payudara dilakukan meliputi pengurutan payudara,

pengosongan payudara, pengompresan payudara dan perawatan puting susu.

Menurut hasil analisa peneliti, mayoritas ibu nifas merupakan primipara, dimana mereka belum banyak mengetahui tentang perawatan pasca melahirkan, yang salah satunya adalah perawatan payudara. Hasil wawancara yang didapatkan ibu nifas tidak segera melakukan perawatan payudara pasca melahirkan sehingga mereka kesulitan dalam menyusui bayinya. Kebanyakan ibu nifas melakukan perawatan payudara ketika sudah merasakan tanda dan gejala terjadinya bendungan ASI, seperti payudara bengkak dan teraba hangat, serta ibu merasa demam. Selain itu juga, ibu nifas masih kurang informasi tentang cara dan teknik melakukan sehingga mengakibatkan produksi ASI sedikit dan asupan ASI yang diberikan kepada bayi kurang. Akibatnya, bayi mereka sering menangis dan ibu merasa cemas karena menganggap bayi mereka belum kenyang sehingga beberapa ibu nifas memutuskan untuk memberikan susu formula sebagai tambahan ASI yang kurang.

Ibu nifas yang melakukan perawatan payudara selama menyusui berdampak baik sehingga tidak terjadi bendungan ASI. Gerakan pada perawatan payudara akan melancarkan reflek pengeluaran ASI, dapat mencegah dan mendeteksi dini kemungkinan adanya bendungan ASI, serta meningkatkan volume ASI sehingga gizi bayi terpenuhi dan pertumbuhan menjadi optimal.

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh *p value* 0,004 ($p < \alpha$ 0,05), yang berarti Treatment

Brast Care efektif dalam meningkatkan produksi ASI

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2017). *Profil Kesehatan Sumatera Utara Tahun 2017*.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Wulansari, N. A. (2019). Pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI Ibu Post Partum [Jour]. *Journals of Ners Community*, 10(2), 169–184.
- Heymann J, Earle A, 2013. Breastfeeding policy : a globally comparative analysis, (April), 398–406.
- Kemendes, R. I. (2017). Profil Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2017 [Jour]. *Kementerian Kesehatan RI. Jakarta*.
- Kumalasari, I. (2015). *Panduan praktik laboratorium dan klinik perawatan antenatal, intranatal, posnatal bayi baru lahir dan kontrasepsi* [Jour].
- Lusje, K., Mandan, J., & Kusmiyati, K. (2014). Hubungan rawat gabung dengan kelancaran produksi asi pada ibu post partum normal di Irina D Bawah BLU RSUP Prof. DR. RD Kandou Manado [Jour]. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 2(1), 41–45.
- 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.
- Mochtar, R. (2015). *Sinopsis Obstetri: Obstetri Fisiologi Obstetri Patologi Jilid I* (Edisi 3; EGC, Ed.). Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi penelitian kesehatan (Cetakan VI) [JOUR]. *Jakarta: Penerbit PT. Rineka Cipta*.

- Prawita, A. A., & Salima, M. (2018). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu nifas tentang perawatan payudara dengan pelaksanaan perawatan payudara di Klinik Pratama Niar Medan. *Jurnal Bidan Komunitas*. <https://doi.org/10.33085/jbk.v1i3.3991>
- Rahayuningsih, T., Mudigdo, A., & Murti, B. (2016). Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: A study in Sukoharjo Provincial Hospital [Jour]. *Journal of Maternal and Child Health, 1*(2), 101–109.
- 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).
- 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.
- Saputri, Tri Muliani, dkk. (2017). Faktor yang berhubungan dengan kelancaran ASI pada Ibu Post Partum di RSKD Ibu dan Anak Siti Fatimah Makasar [Jour]. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 10*(1), 60–65.
- Saryono dan RD Pramitasari. (2014). *Perawatan Payudara* (Nuha Medika, Ed.). Yogyakarta.
- SDKI. (2017). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017*.
- Suririnah. (2012). *Persalinan* (Gramedia Pustaka, Ed.). Jakarta.
- Taqiyah, Y., Sunarti, S., & Rais, N. F. (2019). Pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan asi pada ibu postpartum di RSIA Khadijah I Makassar. *Journal of Islamic Nursing, 22* <https://doi.org/10.24252/join.v4i1.7757>
- Tyfani, M. B., Utami, N. W., & Susmini, S. (2017). Hubungan perawatan payudara terhadap kelancaran ASI Pada Ibu Post-Partum di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang [Jour]. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan, 2*(1).
- WHO. (2015). *World health statistics 2015*. World Health Organization.
- 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.v015.iss1.16>