

PENGARUH MANAJEMEN LAKTASI PAKET *BREAST* TERHADAP MASALAH LAKTASI IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NANGGALO PADANG

Elvia Metti, Zolla Amely Ilda
Politeknik Kesehatan Padang

Abstract: Uterine contractions in postpartum mothers can be increased through the process of breastfeeding. However, this process can experience obstacles due to various factors, including maternal factors (mammary state and confidence). Proper breast care and lactation management are needed to help the process. The purpose of this study was to determine the effect of breast package lactation management on the problem of lactation in nursing mothers in the Nanggalo Padang Health Center Working Area. The research method is quasi experiment, with one group pre test - post test design approach. Data collection research was conducted in September - November 2017, with a purposive sampling technique for 21 pregnant / lactating women. The results showed that there were significant differences in lactation problems before and after the intervention ($p = 0.016$), where there were a decrease in the number of mothers who had lactation problems before the intervention as many as 9 people (42.9%) and after intervention 5 people (23.8%) This study recommends that Puskesmas officers inform the importance of breast care in addition to lactation techniques and make part of the program / class material for pregnant women.

Keywords: lactation management, lactation problems, breast care

Abstrak : Kontraksi rahim pada ibu nifas bisa ditingkatkan melalui proses menyusui. Akan tetapi proses ini bisa mengalami hambatan karena berbagai faktor, diantaranya faktor ibu (keadaan mammae dan kepercayaan diri). Diperlukan upaya perawatan payudara dan manajemen laktasi yang benar untuk membantu proses tersebut. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh manajemen laktasi paket Breast terhadap masalah laktasi ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. Metode penelitian adalah *quasi experiment*, dengan pendekatan *one group pre test - post test design*. Pengumpulan data penelitian dilakukan bulan September - November 2017, dengan teknik purposive sampling terhadap 21 ibu hamil/menyusui. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan masalah laktasi sebelum dengan sesudah intervensi ($p = 0,016$), dimana terdapat penurunan jumlah ibu yang mempunyai masalah laktasi sebelum intervensi sebanyak 9 orang (42,9%) dan sesudah intervensi 5 orang (23,8%). Penelitian ini merekomendasikan agar petugas Puskesmas menginformasikan pentingnya perawatan payudara selain teknik laktasi dan menjadikan bagian dari materi program/kelas ibu hamil.

Kata kunci: manajemen laktasi, masalah laktasi, perawatan payudara

A. LATAR BELAKANG

Penyebab terbesar kematian ibu adalah perdarahan. Walaupun proporsinya cenderung mengalami penurunan, tetapi dampaknya sangat besar (Kemenkes RI, 2015). Perdarahan bisa dialami ibu nifas diantaranya karena kontraksi rahim yang tidak adekuat. Kontraksi rahim pada ibu nifas bisa ditingkatkan melalui proses menyusui (Murray & McKinney, 2007; Pilliteri, 2010; Reeder, Martin, & Koniak-Griffin, 2014). Kegiatan menyusui akan membantu rahim berkontraksi secara normal dan mengurangi jumlah darah yang hilang (Newman, 2008). Wanita yang melakukan inisiasi dini dan menyusui secara terus menerus dapat mencegah terjadinya perdarahan setelah melahirkan (Thompson, Heal, Roberts & Ellwood, 2010). Ibu yang menunda menyusui segera setelah bayinya lahir dapat meningkatkan angka kematian neonatus. Ibu yang menyusui mulai hari pertama kelahiran

dapat menyelamatkan 16% kematian bayi, bahkan 22% jika ibu mulai menyusui pada jam pertama kelahiran (Edmond, Zandoh, Quigley, et.al, 2006)

Proses laktasi bisa mengalami hambatan karena berbagai faktor. Faktor tersebut bisa berasal dari ibu, bayi, manajemen pemberian ASI dan faktor lainnya. Faktor dari ibu bisa disebabkan karena masalah anatomi payudara dan puting ibu, kondisi atau penyakit yang diderita ibu (Cadwell & Turner-Maffei, 2011). Produksi ASI yang belum sempurna dan belum siapnya ibu post partum dalam memberikan ASI (tidak percaya diri) juga sebagai faktor dari kondisi ibu post partum yang mempengaruhi keberhasilan menyusui (Reeder, et.all, 2014).

Faktor manajemen pemberian ASI bisa disebabkan ketidakpahaman ibu tentang isyarat bayi untuk menyusu, kesalahan dalam teknik menyusui dan penjadwalan pemberian ASI (Cadwell & Turner-Maffei, 2011). Kegagalan proses manajemen laktasi juga dapat disebabkan karena kurang terpaparnya ibu tentang informasi cara menyusui yang baik. Menurut Djami, Noormartiny, & Hilmanto (2013) pengetahuan merupakan faktor paling dominan dalam pemberian ASI eksklusif. Pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif meningkatkan pemberian ASI eksklusif 4,30 kali lebih besar.

Cakupan program pemberian ASI eksklusif secara nasional pada tahun 2014 adalah sebesar 52,3% dan masih belum mencapai target (80%). Provinsi Sumatera Barat sudah mengalami peningkatan dari sebelumnya berada pada urutan ke enam (68,91%) menjadi urutan ke lima dengan persentase 73,6%. Akan tetapi masih dibawah target nasional (Kemenkes RI, 2015). Cakupan ASI eksklusif di kota Padang masih belum mencapai target yang ditetapkan pemerintah dan bahkan mengalami penurunan dari 72,2% tahun 2014 menjadi 70,74% pada tahun 2015. Cakupan ASI eksklusif untuk Kecamatan Nanggalo khususnya Puskesmas Nanggalo juga mengalami penurunan dari 69,6% tahun 2014 menjadi 59,36% tahun 2015 (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2016).

Ibu yang menyusui tidak akan mengalami hambatan dalam pemberian ASI bila sejak awal telah mempersiapkan diri secara psikologis dan mengetahui bagaimana perawatan payudara (*breast care*) serta manajemen menyusui yang tepat dan benar (Perinasia, 2010; Cadwell & Turner-Maffei, 2011). Perawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah payudara bengkak yang lazim terjadi pada ibu post partum antara lain kompres dingin dan hangat, kompres *gel packs*, kompres daun kol dingin, akupuntur, pijat payudara, memerah payudara, penggunaan herbal sampai obat-obatan untuk menurunkan rasa nyeri payudara. Perawatan tersebut dapat memperlancar pengeluaran ASI tanpa mengurangi produksi ASI (Westdhal, 2006; Ayers, 2000; Walker, 2000). Kompres kol dan RPS (*Reverse Pressure Softening*) yang disebut Paket “Bunda Ceria” lebih efektif menurunkan nyeri dan pembengkakan payudara pada ibu menyusui dibandingkan intervensi rumah sakit (Novita, 2011). Kompres kol sama efektifnya dengan rangsang oksitosin dalam mengatasi pembengkakan payudara. Namun kompres kol memiliki keunggulan secara sosial, ekonomi dan psikologis. Ibu dapat mengatasi pembengkakan payudara secara mandiri, bahan yang digunakan murah didapat dan secara psikologis kompres daun kol pada payudara akan sangat membantu dalam mengurangi rasa nyaman pada ibu (Deswani, Gustina, & Rochimah, 2014).

Perawatan payudara lainnya adalah terkait masalah pada puting seperti puting terbenam dan puting lecet. Perawatan puting terbenam menggunakan puting tambahan (*nipple shield*) tidak direkomendasikan lagi karena memicu terjadinya bingung puting dan infeksi. Perawatan manual menggunakan jari (teknik *Hoffman*) secara terpisah atau digabung dengan penggunaan pompa/jarum terbukti lebih baik dalam mengatasi puting yang terbenam (Rathi & Mandliya, 2011). Sedangkan perawatan puting lecet yang lebih dianjurkan adalah secara alami yaitu dengan mengoleskan ASI sebelum dan sesudah menyusui (Perinasia, 2010).

Berdasarkan survei yang dilakukan pada tanggal 10 Februari 2017 di Puskesmas Nanggalo, didapatkan data ibu hamil yang akan melahirkan pada bulan September sampai November 2017 sekitar 30 orang. Petugas KIA mengatakan bahwa untuk masalah dan kunjungan nifas, jarang ibu nifas yang mendatangi puskesmas, mereka cenderung mengunjungi klinik bidan/dokter. Rekapitan data dari klinik bidan praktik swasta yang berada di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo tersebut terkait masalah laktasi pun tidak ada pelaporannya ke Puskesmas sehingga sulit untuk mengidentifikasi masalah laktasi secara terinci. Data untuk kunjungan ibu menyusui dari bulan Januari sampai Maret 2017 hanya sebanyak 35 orang.

Puskesmas Nanggalo sudah mempunyai program kelas ibu hamil dengan pemaparan beberapa materi dalam beberapa kali pertemuan. Diantara materi tersebut ada materi tentang teknik menyusui. Berdasarkan wawancara dengan petugas puskesmas yang menjadi penanggungjawab program kelas ibu hamil, mengatakan bahwa materi yang diberikan hanya sebatas teknik menyusui saja, tidak ada tentang perawatan payudara atau upaya mengatasi masalah-masalah menyusui. Padahal perawatan payudara selama hamil dan menyusui akan sangat membantu ibu dalam proses menyusui bayi.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik menggabungkan beberapa metode perawatan payudara dengan teknik menyusui. Perawatan payudara tersebut terdiri dari perawatan payudara dengan kompres kol, pijat oksitosin, dan perawatan puting dengan teknik *hoffman*, perawatan puting lecet serta teknik menyusui menggunakan format BREAST yang disebut "*Paket Breast*".

B. METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah *quasi experiment* dengan pendekatan *one group pre test - post test design*. Rancangan penelitian ini tidak melibatkan kelompok pembandingan (kontrol). Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. Waktu pengumpulan data penelitian dilakukan dalam rentang waktu 4 September sampai 30 November 2017. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 21 ibu yang diambil menggunakan metode *non-probability sampling*, dengan cara *purposive sampling*. Data dianalisa secara univariat dan bivariat menggunakan Chi-Square

C. HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Keadaan Mammae Sebelum Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang Tahun 2017 (n=21)

Keadaan Mammae Sebelum Intervensi	Frekuensi	Persentase
Normal	12	57,1
Bermasalah	9	42,9
Jumlah	21	100

Tabel 1 memperlihatkan bahwa keadaan mammae ibu menyusui sebelum intervensi lebih banyak yang normal (57,1%) dibandingkan keadaan mammae yang bermasalah (42,9%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Keadaan Mammae Setelah Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang Tahun 2017 (n=21)

Keadaan Mammae Setelah Intervensi	Frekuensi	Persentase
Normal	16	76,2
Bermasalah	5	23,8
Jumlah	21	100

Tabel 2 memperlihatkan bahwa keadaan mammae ibu menyusui setelah intervensi lebih sedikit yang bermasalah (23,8%).

Berdasarkan tabel 1 dan 2 dapat diketahui bahwa keadaan mammae yang bermasalah berkurang setelah dilakukan intervensi sedangkan yang normal menunjukkan peningkatan.

Tabel 3. Perbedaan Masalah Laktasi Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang Tahun 2017 (n=21)

Variabel	Masalah Laktasi				Total		<i>p-value</i>
	Tidak bermasalah		Bermasalah				
Intervensi Breast	f	%	f	%	f	%	
Sebelum Intervensi	12	57,1	9	42,9	21	100	0,016
Setelah Intervensi	16	76,2	5	23,8	21	100	

Terdapat penurunan jumlah ibu yang mempunyai masalah laktasi sebelum intervensi sebanyak 9 orang (42,9%) dan sesudah intervensi 5 orang (23,8%). Hasil uji statistik didapatkan *p value* = 0,016, maka dapat disimpulkan bahwa terlihat ada perbedaan yang signifikan antara masalah laktasi pada ibu sebelum dan sesudah intervensi.

D. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara masalah laktasi (keadaan mammae) sebelum dan sesudah intervensi yaitu mengalami penurunan 19,1% setelah dilakukan intervensi perawatan payudara dan manajemen laktasi (*p value* = 0,016). Perinasia (2010), menyatakan bahwa masalah laktasi yang lebih cenderung dialami oleh ibu menyusui adalah keadaan mammae termasuk kondisi papila mammae. Masalah menyusui yaitu masalah pada payudara baik badan payudara maupun keadaan puting dapat menjadi salah satu alasan ibu menghentikan pemberian ASI seperti

cedera payudara, puting datar/inversi, payudara bengkak dan nyeri (Cadwel, Turner-Maffei: 2011).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masalah laktasi untuk keadaan mammae yang bermasalah mencakup puting terbenam, payudara bengkak, puting datar, puting besar dan puting lecet. Masalah laktasi untuk kondisi puting terbenam menunjukkan penurunan dari 14,3% sebelum intervensi menjadi 4,8% setelah intervensi. Masalah payudara bengkak (9,5%) dan puting datar (4,8%) hanya teridentifikasi sebelum intervensi, setelah intervensi tidak ditemukan masalah lagi. Kondisi puting besar hanya terdapat pada satu orang ibu (4,8%). Kondisi ini berkaitan dengan struktur anatomi payudara ibu tersebut. Sedangkan untuk masalah puting lecet mengalami peningkatan yang awalnya teridentifikasi sebanyak 9,5% meningkat menjadi 14,3%.

Masalah laktasi juga berkaitan dengan teknik/proses menyusui (Perinasia, 2010; Cadwel, Turner-Maffei, 2011). Proses menyusui (body position, respon, bonding, anatomi, sucking, time) pada ibu di penelitian ini sebagian besar sudah menunjukkan cara yang benar, akan tetapi masih ada yang kurang benar. Kondisi puting lecet pada ibu dalam penelitian ini dipengaruhi oleh cara yang kurang benar saat menyusui diantaranya posisi tubuh dan cara hisap bayi (*sucking*) saat menyusui. Ibu juga tidak rutin mengoleskan ASI sebelum dan sesudah menyusui. Hasil penelitian Prananingrum (2014) juga mendukung bahwa terdapat hubungan teknik menyusui dengan kejadian puting susu lecet pada ibu yang mempunyai bayi 0-7 hari ($p=0,022$), dimana 65,6% ibu melakukan teknik menyusui yang salah dan 56,3% ibu mengalami puting susu lecet. Cara menyusui yang tidak benar dapat menyebabkan puting lecet dan ASI tidak keluar optimal.

Hegar, dkk (2008) menyatakan bahwa keterampilan menyusui yang baik meliputi teknik menyusui yang benar, posisi menyusui dan perlekatan bayi pada payudara yang tepat. Hasil penelitian Rahmadani, dkk (2012) menunjukkan bahwa masih sedikit ibu yang melakukan konsultasi mengenai posisi badan (28,2%) dan posisi mulut bayi (17,9%). Menurut Perinasia (2010) bahwa posisi dan perlekatan menyusui merupakan salah hal penting yang sangat menentukan keberhasilan proses menyusui. Posisi bayi saat menyusui seharusnya sejajar/menghadap perut ibu dan perlekatan yang benar adalah sebagian besar areola masuk kedalam mulut bayi. Selain itu mengoleskan ASI sebelum dan setelah menyusui dapat mencegah dan mengatasi masalah puting lecet karena ASI dapat berfungsi sebagai desinfektan alami yang dapat menjaga kelembapan puting susu.

Perawatan payudara akan membantu mengidentifikasi dan mengatasi masalah sesuai kondisi yang dialami ibu. Payudara bengkak bisa diatasi dengan melakukan kompres kol selama 20-30 menit (Novita, 2011) yang terbukti efektif mengurangi pembengkakan pada payudara ibu. Deswani, dkk (2014) juga menyatakan bahwa kompres kol sama efektifnya dengan rangsang oksitosin dalam mengatasi pembengkakan payudara. Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian Sholichah (2011), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perawatan payudara pada ibu post partum dengan kelancaran pengeluaran ASI ($p = 0,009$).

Ketidaklancaran pengeluaran ASI dapat menyebabkan bendungan ASI (*engorgement*). Hal ini terjadi karena penyempitan duktus *lakteferi* atau oleh kelenjar-kelenjar tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu (Reeder, et.all,

2014). Astuti & Kurniawati (2011), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara cara menyusui dengan kejadian payudara bengkak. Ini dibuktikan bahwa nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini dapat menyebabkan gangguan dalam proses menyusui sehingga pemberian ASI tidak adekuat.

Berbagai upaya dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya kegagalan menyusui diantaranya dengan cara meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu, masyarakat dan petugas kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI dan teknik menyusui. Disamping itu, perlu adanya penyediaan fasilitas yang mendukung ibu menyusui di tempat kerja dan tempat umum, meningkatkan jumlah motivator dan konselor laktasi/menyusui serta kelompok pendukung ASI, dan mengembangkan regulasi dan pengawasan yang mendukung keberhasilan menyusui (Kemenkes RI, 2010). Hasil penelitian Khayati, Rachmawati dan Nasution (2013), menjelaskan bahwa dukungan petugas kesehatan melalui pemberian informasi dengan perilaku ibu menyusui memiliki hubungan yang bermakna. Dukungan petugas kesehatan sangat besar peranannya dalam mendukung keberhasilan menyusui. Hasil penelitian Narula dan Kuswandi (2015), menyatakan bahwa tingkat pengetahuan mempunyai hubungan yang bermakna dengan keberhasilan teknik laktasi, nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

E. REKOMENDASI

Penelitian ini merekomendasikan bahwa pemberian informasi dan pengetahuan pada masa antenatal sangat penting untuk mengantisipasi masalah laktasi dan meningkatkan keberhasilan menyusui. Hal ini diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif pada bayi.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Astuti. I. D. & Kurniawati, T. (Juni, 2011). Analisa Hubungan Pengaruh Cara Menyusui Dengan Kejadian Payudara Bengkak Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kebidanan*, 3 (1)
- Cadwell & Turner-Maffei. (2011). Buku Saku Manajemen Laktasi. Jakarta: EGC
- Deswani, Gustina, & Rochimah. (2014). Efek plasebo kompres daun kol dalam mengatasi pembengkakan payudara pada ibu post partum. *Jurnal Keperawatan*, 2 (3), 13-23
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2016). Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2015. DKK Padang
- Edmond, K.M., Zandoh, C., Quigley, M.A., Amenga-Etego, S., Owusu-Agyei, S., & Kirkwood, B.R. (2006). Delayed breastfeeding initiation increases risk of neonatal mortality. *Pediatrics*, 117 (3), 380-386
- Hegar, Badriul, dkk. (2004). "Bedah Asi Kajian Dari Berbagai Sudut Pandang Ilmiah". IDAI Cabang DKI Jakarta. Jakarta
- Kemenkes RI. (2015). Profil Kesehatan Indonesia 2014. Jakarta.
- Khayati, N., Rachmawati, I, N., & Nasution, Y. (2013). Pelaksanaan Manajemen Laktasi Oleh Perawat Di Rumah Sakit Dan Faktor Yang Mempengaruhinya. Prosiding Konferensi Nasional PPNI Jawa Tengah 2013.

- Kurniawan, B. (2013). Determinan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 27 (4), 236-240
- Kurnianingtyas, R (2017). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang Manajemen laktasi Terhadap efikasi diri Menyusui pada ibu primigravida trimester II. Skripsi. Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang
- Murray, S.S. & McKinney, E.S. (2007). *Foundations of maternal-newborn nursing*. Vol.1. 4th ed. Singapore: Saunders
- Narula, S., & Kuswand, K. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Pekerjaan Ibu Dengan Keberhasilan Teknik Laktasi Pada Ibu Menyusui. I e-jurnal Obstretika (vol 3, no. 1, Januari-Juni 2015)
- Novita, R. VT. (2011). Efektivitas paket “Bunda Ceria” terhadap rasa nyeri dan pembengkakan payudara serta produksi ASI pada ibu post partum di Jakarta. Tesis, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Newman, Jack, Pitman, Teresa. (2008). *The ultimate breastfeeding book of answers*. Jakarta: Buah Hati
- Perkumpulan Perinatologi Indonesia/Perinasia. (2010). *Manajemen Laktasi*. Jakarta
- Pillitteri, A. (2010). *Maternal & child health nursing: care of the childbearing & childrearing family*. 6th ed. Philadelphia: Lippincot Williams & Wilkins
- Prananingrum, R. (2014). Hubungan teknik menyusui dengan kejadian puting susu lecet. *Prosiding Nasional APIKES-AKBID Citra Medika Surakarta*, 166-173.
- Rahmadani, S., Syahrial, E., & Andayani, L.S. (2012). Perilaku ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas dalam manajemen laktasi untuk keberhasilan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Padang Bulan Kota Medan. Tesis, tidak dipublikasikan.
- Rathi, S & Mandliya, J. (2011). A novel approach to correct retracted nipples. *Indian Pediatrics*, 48, 245
- Reeder, Martin, dan Griffin K. (2014). *Keperawatan Maternitas: Kesehatan Wanita, Bayi & Keluarga*. Alih bahasa Yati Afiyanti, Imami Nur Rachmawati, Sri Djuwitaningsih. Edisi 18. Vol.1. Jakarta: EGC
- Sulistyoningsih, Hariyani. (2011). Gizi untuk kesehatan Ibu dan anak. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sholichah, N. (2011). Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Postpartum Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Di Desa Karang Duren Kecamatan Tengaran Kabupaten Semarang
- Thompson, J., Heal, L., Roberts, C., & Ellwood, D. (2010). Womens breastfeeding experiences following a significant primary postpartum hemorrhage: A multicentre cohort study. *International Breastfeeding Journal*, 5(1), 5