

## EFEKTIVITAS PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI RS.PMC

### *EFFECTIVENESS OF BREAST TREATMENT AGAINST THE SMOOTH OF BREAST MILK PRODUCTION IN POSTPARTUM WOMEN AT PMC HOSPITAL*

Mona Dewi Utari<sup>1)\*</sup>, Nia Desriva<sup>2)</sup>

<sup>1,2)</sup> STIKes Pekanbaru Medical Center

monadewiutari89@gmail.com , niadesriva.nd@gmail.com

**ABSTRAK:** Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan ideal bagi bayi yang mengandung sejumlah nutrisi yang terbukti bermanfaat untuk tumbuh kembang dan kesehatan bayi. Kandungan ASI bervariasi tergantung pada waktu pengeluaran ASI, usia bayi dan nutrisi ibu. Salah satu upaya yang dilaksanakan untuk memperlancar pengeluaran ASI adalah dengan perawatan payudara. Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara baik oleh ibu post partum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan dengan cara menjaga agar payudara senantiasa bersih dan terawat. Perawatan payudara yang dilakukan tersebut bermanfaat mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI dan hormon mempengaruhi pengeluaran ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya efektivitas perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi-Eksperiment (Eksperiment Semu)* dengan rancangan *Pre and Post Test With Non Control Design*. Pada penelitian ini menggunakan uji hipotesis *Paired sampel t-tes* untuk mengetahui Efektivitas perawatan payudara terhadap Kelancaran ASI Ibu Postpartum. Kemudian untuk uji beda pengaruh antara kelompok pre tes dan kelompok post tes digunakan uji Independent Sample T- Test. Hal ini menunjukkan adanya efektivitas perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI pada Post Partum di RS.PMC. Serta berdasarkan uji T Independent T- test didapatkan nilai  $p = 0,00 < 0,05$  dengan nilai mean pada kelompok eksperimen sebesar 7,92. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya efektivitas perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI. Dengan adanya penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan mampu untuk memberikan perawatan payudara kepada setiap ibu postpartum di rumah sakit PMC.

**Kata Kunci:** perawatan payudara, kelancaran produksi ASI, ASI.

**ABSTRACT:** Breastmilk (ASI) is an ideal food for babies that contains a number of nutrients that have been shown to be beneficial for growth and development and health of babies. The content of breastmilk varies depending on the time of release, the age of the baby and the mother's nutrition. One of the efforts carried out to facilitate breastfeeding is breast care. Breast care is a breast care procedure, either by post partum mothers or assisted by other people, which is carried out from the first or second day after delivery by keeping the breasts clean and well maintained. This breast care is useful to influence the pituitary to release the hormones prolactin and oxytocin, the hormone prolactin affects the amount of milk production and the hormone affects the production of breast milk. The purpose of this study was to determine the effectiveness of breast care on the smooth production of breast milk. This study used a *Quasi-Experiment method (Quasi-Experiment)* with a *Pre and Post Test with Non Control Design*. In this study, using the *Paired sample*

*t-test hypothesis test to determine the effectiveness of breast care on the fluency of postpartum mother's milk. Then to test the difference in effect between the pre-test and post-test groups used the Independent Sample T-Test. This shows the effectiveness of breast care on the smooth production of breast milk at Post Partum at PMC Hospital. And based on the T test Independent T-test obtained p value = 0.00 < 0.05 with a mean value in the experimental group of 7.92. The conclusion in this study is the effectiveness of breast care on the smooth production of breast milk. With this research, it is hoped that health workers will be able to provide breast care to every postpartum mother at the PMC hospital.*

**Keywords:** *breast care, smooth milk production, breast milk.*

## A. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mengeluarkan rekomendasi tentang pemberian ASI eksklusif bayi hanya diberikan ASI tanpa cairan atau makanan lain, kecuali suplemen vitamin, mineral, dan atau obat-obatan untuk keperluan medis) sampai bayi berusia 6 bulan, dan dilanjutkan pemberian ASI sampai dua tahun pertama kehidupannya. Keberhasilan pemberian ASI Eksklusif secara nasional hanya 33,6% sampai dengan 35% sehingga perlu peran aktif dari seluruh lapisan masyarakat mutlak diperlukan untuk meningkatkan keberhasilan promosi ASI eksklusif di Indonesia (WHO, 2012).

Indonesia telah menerbitkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2013 tentang pemberian ASI eksklusif sebagai upaya untuk melindungi, mendukung dan mempromosikan pemberian ASI Eksklusif. Peraturan tersebut menyebutkan pentingnya upaya untuk meningkatkan dukungan dari pemerintah, pemerintah daerah, fasilitas pelayanan kesehatan dan tenaga kesehatan, masyarakat serta keluarga agar ibu dapat memberikan asi eksklusif kepada bayi. Pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, yang meliputi: faktor demografi, ekonomi, biologi, psikologi, budaya maupun faktor sosial.

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan ideal bagi bayi yang mengandung sejumlah nutrisi yang terbukti bermanfaat untuk tumbuh kembang dan kesehatan bayi. Kandungan ASI bervariasi tergantung pada waktu pengeluaran ASI, usia bayi dan nutrisi ibu. Komposisi ASI sangat istimewa dan tidak satu pun produk susu formula yang dapat menyamai ASI (Lestari, 2009).

ASI adalah makanan bayi yang paling penting terutama pada bulan-bulan pertama kehidupan. ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan bayi, karena ASI adalah makanan bayi yang paling sempurna baik secara kualitas maupun kuantitas. ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh kembang bayi normal sampai usia 4-6 bulan (Khairunyah, 2004).

Salah satu upaya yang dilaksanakan untuk memperlancar pengeluaran ASI adalah dengan perawatan payudara. Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara baik oleh ibu post partum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan dengan cara menjaga agar payudara senantiasa bersih dan terawat (Astuti dan Reni, 2014).

Perawatan payudara yang dilakukan tersebut bermanfaat mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, hormon prolaktin mempengaruhi jumlah

produksi ASI dan hormon mempengaruhi pengeluaran ASI. Perawatan yang benar dan teratur akan memudahkan si kecil untuk mengomsumsi ASI (Safitri, 2018)

Perawatan payudara yang baik dan benar memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan produksi ASI. Pelaksanaan perawatan payudara hendaknya dimulai sedini mungkin yaitu 1 – 2 hari setelah bayi dilahirkan dan dilakukan dua kali sehari. Perawatan payudara dilakukan meliputi pengurutan payudara, pengosongan payudara, pengompresan payudara dan perawatan puting susu (Tyfani, 2017).

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti tentang Efektivitas Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI.

## B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Quasi-Eksperiment (Eksperiment Semu)* dengan rancangan *Pre and Post Test With Non Control Design* suatu desain penelitian yang bertujuan menguji hubungan sebab akibat (Polit & Beck, 2006). Dengan membandingkan dua hasil evaluasi yaitu *pre test* dan *post test*. Penelitian ini dipakai untuk mengidentifikasi efektifitas perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum. Pada penelitian ini menggunakan uji hipotesis *Paired sampel t-test* untuk mengetahui Efektivitas perawatan payudara terhadap Kelancaran ASI Ibu Postpartum. Kemudian untuk uji beda pengaruh antara kelompok pre tes dan kelompok post tes digunakan uji Independent Sample T- Test.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisa Univariat

Responden dalam penelitian ini adalah ibu post partum primipara yang berada di rumah sakit pekanbaru medical center yaitu di ruangan perawatan melati.. Penelitian ini dilakukan selama 4 bulan. Penelitian ini dilakukan dengan metode Quasi eksperiment dengan rancangan pre and post test with control design. Sampel yang diperoleh sebanyak 50 pasien. Untuk kelompok intervensi sebanyak 25 orang dan 25 orang untuk kelompok kontrol. Untuk kelompok intervensi bersedia diberikan hypnotherapy dan back exercise sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan hypnotherapy dan back exercise.

### 1. Karakteristik Usia Responden

Responden dalam penelitian ini terdiri dari usia (< 20) – (> 35) tahun. Berdasarkan hasil jawaban responden pada lembar identitas yang terlampir didalam kuisioner. Adapun karakteristik responden berdasarkan usia adalah sebagai berikut :

**Tabel 5.1**

**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia**

Usia	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total
	f	%	f	%	
< 20	2	8	3	12	5
20 – 35	22	88	19	76	41
>35	1	4	3	12	4
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>50</b>

Berdasarkan Tabel 5.1 diatas, sebagian besar responden pada kelompok intervensi berusia 20-35 tahun (88%) sedangkan pada kelompok kontrol berusia 20-35 tahun (76%).

## 2. Karakteristik Pendidikan Terakhir Responden

**Tabel 5.2**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir**

Usia	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total f
	f	%	f	%	
SMP	5	20	4	16	9
SLTA	14	56	12	48	26
Akademi/PT	6	24	9	36	15
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>50</b>

Berdasarkan Tabel 5.2 diatas sebagian besar responden berpendidikan terakhir SLTA (56%) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol berpendidikan terakhir SLTA (48%).

## 3. Karakteristik Pekerjaan Responden

**Tabel 5.3**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan**

Usia	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total f
	f	%	f	%	
IRT	14	56	11	44	25
PNS	7	28	3	12	10
SWASTA	4	16	10	40	14
Wiraswasta	0	0	1	4	1
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>50</b>

Berdasarkan Tabel 5.3 diatas sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai IRT (56%) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol memiliki pekerjaan sebagai IRT (44%).

## 4. Kelancaran Produksi ASI pada kelompok Kontrol (*Pre Test*)

**Tabel 5.4**  
**Distribusi Frekuensi kelancaran produksi ASI pada kelompok Kontrol (*Pre Test*)**

Kelancaran Produksi ASI	f	%
Kurang lancar	12	48

Cukup lancar	11	44
Lancar	2	8
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5.6 diatas kelancaran produksi ASI pada kelompok kontrol (pre test) sebanyak 48 % responden memiliki kelancaran produksi ASI kurang lancar, dan 8 % memiliki kelancaran produksi ASI lancar.

#### 5. Kelancaran Produksi Asi pada kelompok Intervensi sebelum diberikan perawatan payudara

**Tabel 5.5**

**Distribusi Frekuensi kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi (Pre Test )**

<b>Kelancaran Produksi ASI</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Kurang lancar	12	48
Cukup lancar	11	44
Lancar	2	8
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5.5 diatas kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi (pre test) sebanyak 48% responden memiliki kelancaran produksi ASI kurang lancar, dan 8% memiliki kelancaran produksi ASI lancar.

#### 6. Kelancaran Produksi Asi pada kelompok Kontrol ( Post Test )

**Tabel 5.6**

**Distribusi Frekuensi kelancaran produksi ASI pada kelompok Kontrol (Post Test )**

<b>Kelancaran Produksi ASI</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Kurang lancar	12	48
Cukup lancar	10	40
Lancar	3	12
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5.6 diatas kelancaran produksi ASI pada kelompok kontrol (post test) sebanyak 48 % responden memiliki kelancaran produksi ASI kurang lancar, dan 12 % memiliki kelancaran produksi ASI lancar.

#### 7. Kelancaran Produksi ASI pada kelompok Intervensi setelah diberikan Perawatan Payudara ( Post Test )

**Tabel 5.7**

**Distribusi Frekuensi kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi (Post Test )**

Kelancaran Produksi ASI	f	%
Kurang lancar	2	8
Cukup lancar	10	40
Lancar	13	52
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5.7 diatas kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi (post test) sebanyak 52% responden memiliki kelancaran produksi ASI lancar, dan 8% memiliki kelancaran produksi ASI kurang lancar.

## B. Analisa Bivariat

Penelitian sudah dilaksanakan selama 4 bulan dimulai bulan April sampai dengan Juli 2020 Setelah dilakukan penelitian jumlah sampel yang didapatkan adalah 50 orang responden di RS.PMC di kota pekanbaru. Dimana penelitian ini terdiri dari dua kelompok yaitu satu kelompok kontrol yang tidak diberikan perawatan payudara. Kelompok kedua adalah kelompok intervensi yang diberikan perawatan payudara.

Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara baik oleh ibu post partum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan dengan cara menjaga agar payudara senantiasa bersih dan terawat (Astuti dan Reni, 2014). Perawatan payudara yang dilakukan tersebut bermanfaat mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI dan hormon mempengaruhi pengeluaran ASI. Perawatan yang benar dan teratur akan memudahkan si kecil untuk mengomsumsi ASI (Safitri, 2018). Dengan pemberian perawatan payudara akan merangsang duktus laktiferus untuk memproduksi ASI dan akan menimbulkan kelancaran produksi ASI.

Pelaksanaan perawatan payudara terhadap responden yang dilaksanakan selama 3 hari memperlihatkan peningkatan kelancaran produksi ASI. Berdasarkan uji pengaruh menggunakan Paired sample T- test pada kelompok eksperimen menunjukkan hasil  $p = 0,000 < 0,05$  dan pada kelompok kontrol  $p = 0,714 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan adanya efektivitas perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI pada Post Partum di RS.PMC. Serta berdasarkan uji T Independent T- test didapatkan nilai  $p = 0,00 < 0,05$  dengan nilai mean pada kelompok eksperimen sebesar 7,92.

## D. PENUTUP

Adanya efektivitas perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI. Dengan adanya penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan mampu untuk memberikan perawatan payudara kepada setiap ibu postpartum sehingga dapat membantu ibu untuk dapat memberikan ASI kepada bayinya dan program pemerintah untuk ASI Eksklusif berjalan dengan lancar.

## F. DAFTAR PUSTAKA

Bahriyah, F., Putri, M., & Jaelani, A. K. (2017). Hubungan pekerjaan ibu terhadap pemberian asi eksklusif pada bayi di wilayah kerja puskesmas sipayung. *Jurnal*

- Endurance*, 2(2), 113–118.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
- Desriva, N. I. A., & Utari, M. D. (2020). Efektivitas Hypnoterapyh Mentality Terhadap Motivasi Kinerja Tenaga Pendidik. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(1), 14–20.
- Herawati, I., & Putri, H. C. (2018). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan ASI Eksklusif. *Jurnal Antara Kebidanan*, 1(3), 116–125.
- Hidayat A. (2011). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis*. Jakarta Salemba Medika.
- Irfan, F. (2010). *Hypnotherapy for Healthy and Happiness Life Menghipnotis Diri untuk Meraih Kehidupan yang Sehat, Bahagia dan Kesuksesan*. Yogyakarta: Pustaka Larasati.
- Kodrat, L. (2010). Dahsyatnya ASI dan Laktasi. *Yogyakarta: Media Baca*.
- Lynn, S. J. E., Rhue, J. W., & Kirsch, I. E. (2010). *Handbook of clinical hypnosis*. American Psychological Association.
- Prasetyono, D. S. (2009). *Asi eksklusif pengenalan, praktik dan kemanfaatankemanfaatannya*. Diva Press. Yogyakarta.
- Purwani, D. (2013). Hubungan Antara Ibu Bekerja Dan Teknik Menyusui Dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif DI Puskesmas 1 Kembaran. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Putri, A. R. S., Putri, M., & Rahayu, R. P. (2017). Hubungan Pengaruh Sumber Informasi Dan Dukungan Keluarga Ibu Post Partum Terhadap Pemberian Kolostrum Pada BBL. *Jurnal Endurance*, 2(1), 107–112.
- Retnani, A. D. (2016). hubungan peran petugas kesehatan dengan motivasi ibu dalam pemberian ASI eksklusif di Desa Wonorejo Kecamatan Kencong Kabupaten Jember.
- Rukiyah, dkk. (2010). *Asuhan neonatus bayi dan anak*. Jakarta. Trans Info Media.
- Umbarsari, D. (2017). Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Di Rsia Annisa Tahun 2017. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1).