

## PENGARUH *BREAST CARE* SETELAH PERSALINAN TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU *POSTPARTUM* DI RUANG KEBIDANAN PUSKESMAS WILAYAH KOTA KENDARI SULAWESI TENGGARA

St. Nurhayani\*; Halijah\*\*; Sultina Sarita\*\*

\*Jurusan Keperawatan, \*\*Jurusan Kebidanan

### PENDAHULUAN

Sasaran pengembangan kesehatan dalam Millenium Development Goals (MDG's) adalah membantu mengurangi angka kematian anak Balita, berdasarkan pada data yang diperoleh yaitu sekitar 40% terjadi kematian anak Balita pada usia bayi baru lahir dibawah 1 bulan. (Utami, 2008)

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya pemberian ASI segera setelah lahir pada 30 menit pertama kelahiran untuk mempertahankan kadar hormon prolaktin. Hormon prolaktin dalam peredaran darah akan menurun setelah 1 jam persalinan dan saat persalinan merupakan waktu penentu bagi bayi untuk mendapatkan ASI yang optimal sebagai nutrisi. (Djauhariah, 1998). Perawatan payudara sangat penting dilakukan bagi ibu post partum untuk mengurangi rasa nyeri dan membantu mempercepat pelunakan payudara yang membengkak akibat dari bendungan ASI.

Adapun kegunaan atau manfaat penelitian ini adalah untuk mengembangkan ilmu keperawatan khususnya keperawatan pada ibu menyusui agar dapat meningkatkan kualitas Asuhan Keperawatan pada Ibu hamil dan menyusui dan meningkatkan kemampuan masyarakat untuk melakukan *breast care* agar bayi bisa memperoleh nutrisi pada ASI secara optimal.

Apabila payudara dirangsang melalui hisapan bayi, level prolaktin dalam darah meningkat, memuncak dalam periode 45 menit, dan kemudian kembali ke level sebelum rangsangan tiga jam kemudian. Keluarnya hormon prolaktin menstimulasi sel di dalam alveoli untuk memproduksi ASI, dan hormon ini juga keluar dalam ASI itu sendiri. Penelitian mengindikasikan bahwa level prolaktin dalam susu lebih tinggi apabila produksi ASI lebih banyak, yaitu sekitar pukul 2 pagi hingga 6 pagi, namun level prolaktin rendah saat payudara terasa penuh

Perawatan payudara adalah perawatan yang dilakukan pada payudara agar dapat menyusui dengan lancar dan mencegah masalah-masalah yang sering timbul pada saat menyusui. Hasil penelitian yang dilakukan Nursholichah (2011), menyatakan ada hubungan antara perawatan payudara pada ibu *post partum* dengan kelancaran pengeluaran ASI di Desa Karangduren Kecamatan Tenganan Kabupaten Semarang dengan  $p = 0,007$ .

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dari salah satu puskesmas yang ada di Kota Kendari diperoleh data bahwa tenaga kesehatan khususnya bidan pelaksana di ruang kebidanan telah melaksanakan program pemberian ASI sedini mungkin namun belum efektif sedangkan perawatan payudara (*breast care*) belum sepenuhnya dilaksanakan dikarenakan keterbatasan tenaga yang ada. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *breast care* setelah persalinan terhadap kelancaran pengeluaran ASI.

Perawatan payudara yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan/nifas untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Tujuan perawatan payudara adalah memelihara kebersihan payudara, melancarkan pengeluaran ASI dan mencegah bendungan payudara/payudara tidak bengkak. Bagi seorang wanita, payudara adalah organ tubuh yang sangat penting bagi keberlangsungan perkembangan bayi yang baru dilahirkannya. Payudara memang secara natural akan mengeluarkan ASI begitu ibu melahirkan. Tetapi bukan berarti seorang wanita atau ibu tidak perlu merawat payudaranya.

Dari uraian di atas, penulis tertarik untuk mengetahui pengaruh *Breast care* setelah persalinan terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu *post partum* di ruang kebidanan Puskesmas Poasia Kota Kendari.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental pre test and post test design with control group*, dimana desain ini melakukan tindakan pada dua atau lebih kelompok yang akan diobservasi sebelum dan sesudah dilakukan tindakan (Polit & Hungler 2001) untuk melihat pengaruh pemberian *breast care* terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu *post partum*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian *breast care* dan variabel terikat adalah kelancaran pengeluaran ASI.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September dan Oktober tahun 2012, bertempat di Puskesmas Poasia Kota Kendari yang mempunyai sarana kamar bersalin dan ruang perawatan bagi ibu *post partum*. Lokasi penelitian ini dipilih karena Puskesmas merupakan pusat kegiatan pelayanan kesehatan tingkat dasar dan aksesnya lebih memudahkan dalam pengambilan sampel, dan masih ada Puskesmas yang belum menerapkan pemberian *breast care* pada ibu *post partum*.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu *post partum* di Puskesmas Poasia Kota Kendari.

Sampel dalam penelitian ini adalah ibu *post partum* yang melahirkan secara spontan di Puskesmas Poasia Kota Kendari sebanyak 30 orang dengan kriteria inklusi yaitu ibu yang melahirkan secara spontan melalui jalan lahir tanpa penyulit, bisa kooperatif, dan bersedia menjadi responden.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner dan lembar observasi. Lembar kuesioner berisi data demografi, dan kelancaran pengeluaran ASI.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti, yaitu dengan melihat distribusi data dari masing-masing variabel yang diteliti. Analisis univariat dalam penelitian ini adalah variabel karakteristik ibu *post partum* meliputi (Usia, jumlah anak, sosial ekonomi, dan tingkat pendidikan), dan variabel terikat yaitu pengeluaran ASI disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi (jumlah) dan persentase. (Hastono, 2007)

Kegunaan analisis bivariat adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dua variabel atau digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan antara dua atau lebih variabel. Pemilihan uji statistik Bivariat diolah dengan Uji *t dependen (paired test)*.

## HASIL PENELITIAN

### A. Gambaran Umum Sampel

#### 1. Analisis Univariat

Tabel 1.

Distribusi Ibu *Post Partum* Kelompok Perlakuan Berdasarkan Karakteristik di Puskesmas Poasia Kota Kendari

Karakteristik	n	%
<b>Umur</b>		
< 20 tahun	2	13.3
20 – 30 tahun	10	66.7
> 30 tahun	3	20
<b>Jumlah Anak</b>		
Primi	9	60
Kedua	3	20
Multi	3	20
<b>Pendidikan</b>		
S D	2	13.3
SMP	3	20
SMA	8	53.4
P T	2	13.3
<b>Sosial Ekonomi</b>		
Kurang	10	66.7
Cukup	5	33.3

Sumber: Data Primer Diolah 2012

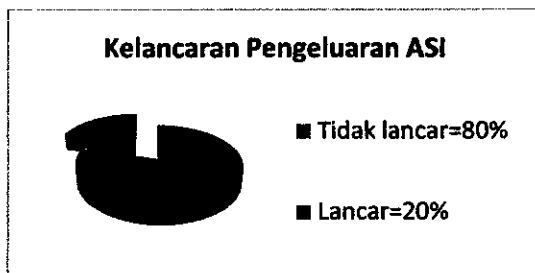
Tabel 2.

Distribusi Ibu *Post Partum* Kelompok Kontrol Berdasarkan Karakteristik di Puskesmas Poasia Kota Kendari

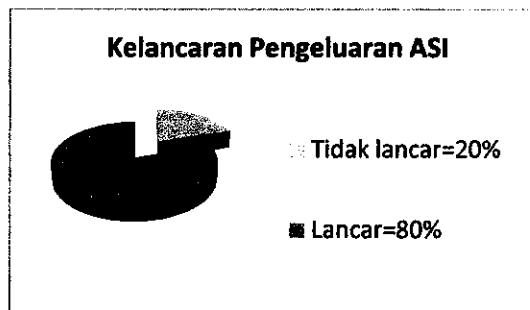
Karakteristik	n	%
<b>Umur</b>		
< 20 tahun	–	–
20 – 30 tahun	13	86.7
> 30 tahun	2	13.3
<b>Jumlah Anak</b>		
Primi	6	40
Kedua	6	40
Multi	3	20
<b>Pendidikan</b>		
S D	3	20
SMP	3	20
SMA	8	53.3
P T	1	6.7
<b>Sosial Ekonomi</b>		
Kurang	15	100
Cukup		

Sumber: Data Primer Diolah 2012

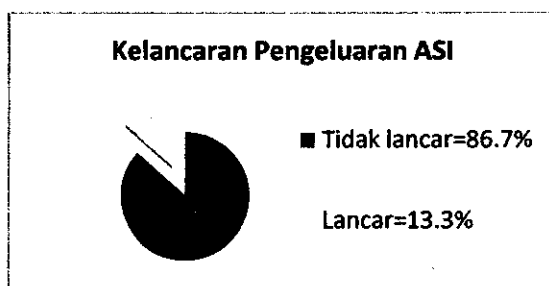
a. Pengeluaran ASI Sebelum Diberi *Breast Care* pada Kelompok Perlakuan



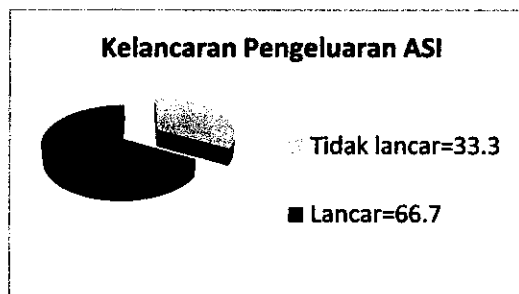
c. Pengeluaran ASI Setelah Diberi *Breast Care* pada Kelompok Perlakuan



b. Pengeluaran ASI Sebelum Diberi *Breast Care* pada Kelompok Kontrol



d. Pengeluaran ASI Setelah Diberi *Breast Care* pada Kelompok Kontrol



## 2. Analisis Bivariat

Analisis hubungan dilakukan untuk melihat adanya hubungan variabel independen dengan variabel dependen, dengan melakukan analisis bivariat dengan uji analisis Uji *t dependen (paired test)* untuk mengukur kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pemberian *breast care* setelah persalinan pada ibu *post partum* di Puskesmas Poasia Kota Kendari.

**Tabel 3.**  
Distribusi Rata-rata Pengeluaran ASI Ibu *Post Partum*  
Menurut Pengukuran Sebelum dan Sesudah Diberikan *Breast Care*  
di Puskesmas Poasia Kota Kendari Tahun 2012

Variabel	Mean	SD	SE	p	N
Pengeluaran ASI Sebelum	1.20	0.414	0.107	0.000	15
Pengeluaran ASI Sesudah	1.87	0.352	0.091		

## PEMBAHASAN

Produksi dan pengeluaran ASI dalam tubuh dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI. Sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin biasanya berkaitan dengan nutrisi dari ibu. Kalau asupan nutrisinya baik, prolaktin yang dihasilkan tubuh pun meningkat sehingga ASI

yang dihasilkan juga banyak. ASI merupakan makanan terbaik yang harus diberikan pada bayi, karena didalamnya terkandung hampir semua zat gizi yang dibutuhkan oleh bayi. Belum ada yang dapat menggantikan ASI karena ASI didesain khusus untuk bayi. Dengan menjalankan tata laksana menyusui yang tepat dan benar, produksi ASI akan cukup sebagai

makanan tunggal sampai bayi berumur enam bulan. (Hanifa, 2004)

Utami (2008) menyatakan kelancaran pengeluaran ASI setelah persalinan dipengaruhi beberapa faktor seperti nutrisi dan emosional ibu selain itu perawatan payudara/*breast care* juga merupakan faktor yang mempengaruhi produksi ASI karena perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, disamping dapat memperlancar pengeluaran ASI juga bertujuan agar payudara senantiasa bersih dan mudah dihisap oleh bayi.

Hasil penelitian menunjukkan pengeluaran ASI sebelum diberikan *breast care* pada kedua kelompok sebagian besar tidak lancar dan dari karakteristik ibu *post partum* berada pada umur antara 20 – 30 tahun, jumlah anak 2 orang dan sosial ekonomi berpenghasilan kurang. Tidak lancarnya pengeluaran ASI pada ibu tersebut disebabkan kondisi fisik ibu yang masih lemah setelah melahirkan membuat ibu belum menyusukan bayinya secara optimal dan bayi belum mampu mengisap secara maksimal. Kelelahan maupun masalah-masalah psikologis pada ibu dapat menghambat kerja oksitosin.

Diketahui bila ibu menyusui bayi hisapannya akan mengirim sinyal ke otak ibu yang disebut hipofisis. Hipofisis bagian depan akan mengeluarkan hormon prolaktin yang akan masuk ke dalam aliran darah dan menimbulkan refleksi prolaktin yang berperan dalam produksi ASI. Hipofisis bagian belakang akan mengeluarkan hormon oksitosin yang akan masuk ke dalam aliran darah dan menimbulkan refleksi oksitosin untuk kontraksi otot yang ada di sekeliling saluran ASI, sehingga ASI yang sudah diproduksi akan dapat dikeluarkan. (<http://www.idai.or.id/asi/artikel.asp?q=>)

Perawatan payudara/*breast care* yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan/nifas adalah untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Apabila payudara dirangsang ketika melakukan perawatan payudara, level prolaktin dalam darah akan meningkat, memuncak dalam periode 45 menit dan kemudian kembali kelevel sebelum rangsangan tiga jam kemudian. Keluarnya hormon prolaktin menstimulasi sel di dalam alveoli untuk memproduksi ASI, dan hormon ini juga keluar dalam ASI itu sendiri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nursholichah (2011) menyatakan ada hubungan

antara perawatan payudara pada ibu *post partum* dengan kelancaran pengeluaran ASI di Desa Karangduren Kecamatan Tengaran Kabupaten Semarang dengan  $p = 0,007$ .

Hasil penelitian juga menunjukkan adanya perbedaan rata-rata kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan sesudah diberikan *breast care* pada kelompok perlakuan nilai *mean* sebesar 0.667 dengan  $p = 0.000$  artinya ada perbedaan yang signifikan antara kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan sesudah diberikan *breast care*. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa perawatan payudara dilakukan dengan cara *massage* atau pengurutan akan merangsang areola yang mengandung banyak kelenjar *montgomery* untuk banyak memproduksi ASI dan mempercepat inisiasi laktasi. (Depkes,2006)

Refleks turunnya susu ini penting dalam menjaga kestabilan produksi ASI, tetapi dapat terhalangi apabila ibu mengalami stres. Oleh karena itu sebaiknya ibu tidak mengalami stres. Refleks turunnya susu yang kurang baik adalah akibat dari puting lecet, terpisah dari bayi, pembedahan payudara sebelum melahirkan, atau kerusakan jaringan payudara. Apabila ibu mengalami kesulitan menyusui akibat kurangnya refleks ini, dapat dibantu dengan perawatan payudara, penghangatan payudara dengan mandi air hangat, atau menyusui dalam situasi yang tenang. (Djauhariah,1998)

## KESIMPULAN

1. Umur terbanyak pada sampel penelitian baik kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol berada diumur antara 20 – 30 tahun, ini merupakan umur sehat secara reproduksi, pendidikan terbanyak pada SMA, jumlah anak sebagian besar berjumlah anak 1 orang, dan sosial ekonomi sebagian besar kurang karena pada kenyataannya ibu *post partum* tersebut mendapatkan pelayanan jaminan persalinan.
2. Terdapat perbedaan yang bermakna antara kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan sesudah diberikan perawatan payudara pada ibu *post partum* di Puskesmas Poasia Kota Kendari

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Irianto. 2006. Statistik Konsep Dasar dan Aplikasinya. Jakarta: Kencana.
- Bobak. I.M. 2004. Keperawatan Maternitas, Edisi 4. Jakarta: EGC.
- Balaskas J. 2004. Natural Baby: Cara Alami Merawat Bayi. Jakarta: PT. Prima Media Pustaka.
- \_\_\_\_\_. 2002. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Depkes RI. 2006. Hanya 3.7% Memperoleh ASI.
- Djauhariah, A.M.D.. 1998. Kadar Hormon Prolactin Pada Ibu Menyusui Sampai Periode 30 Hari Pasca Persalinan. *Jurnal Medika Nusantara*, Vol. 9. Makassar: FKUH.
- Hanifa W.. 2004. Ilmu Kebidanan. Jakarta: EGC.
- [http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/shared/biblio\\_view.php?resource\\_id=1680&tab=opac](http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/shared/biblio_view.php?resource_id=1680&tab=opac). Diakses tanggal 3 November 2012.
- <http://duniaraju.blogspot.com/2012/10/satuan-acara-penyuluhan-breast-care.html>. Diakses tanggal 3 November 2012.
- Murti, Bisma. 2006. Desain dan Ukuran Sampel untuk Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif di bidang Kesehatan. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nursalam. 2003. Konsep dan penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Sastroasmoro dan Ismael. 1995. Metode Penelitian Klinik. Jakarta: EGC.
- Sugiono. 2007. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfa Beta.
- Rusli, Utami. 2008. Inisiasi Menyusui Dini. Jakarta: Pustaka Bunda.
- <http://mommymustknow.blogspot.com/2010/09/breast-care.html>. Diakses tanggal 3 November 2012