



HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KELANCARAN PENGELUARAN ASI DI PUSKESMAS SOPOSURUNG KABUPATEN TOBA TAHUN 2024

Nurhamida Fithri¹

¹STIKes Senior Medan
Email: pitipitinez@gmail.com

ABSTRAK

Dalam mendukung pemenuhan produksi ASI bagi bayi secara optimal harusnya sesuai dengan yang diharapkan, maka faktor yang sangat menentukan dalam pemberian ASI salah satunya ialah perawatan payudara sejak kehamilan dan setelah melahirkan. Tujuan penelitian ini ialah untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara terhadap Kelancaran Produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Soposurung Kecamatan. Balige Kabupaten. Toba Tahun 2024. Jenis penelitian yang digunakan ialah observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling* sehingga diperoleh sampel seluruh ibu nifas di Puskesmas Soposurung berjumlah 32 sample. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian dari 32 orang ibu nifas menunjukkan, responden dengan pengetahuan baik dan mengalami ASI lancar berjumlah 15 orang (46,9%), responden dengan pengetahuan baik dan mengalami ASI tidak lancar berjumlah 3 orang (9,4%). Sementara responden dengan pengetahuan kurang dan mengalami ASI lancar berjumlah 5 orang (15,6%), dan responden dengan pengetahuan kurang serta mengalami ASI tidak lancar berjumlah 14 orang (43,8%). Hasil uji *chi-square* dengan $p\text{-value} = 0,006 < \alpha (\alpha = 0,05)$. Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI di Puskesmas Soposurung. Kepada petugas kesehatan di Puskesmas Soposurung diharapkan untuk lebih meningkatkan promosi kesehatannya tentang pentingnya perawatan payudara kepada ibu nifas dalam meningkatkan kelancaran ASI sehingga meningkatkan mutu pelayanan kesehatan serta kualitas pada tempat peneliti.

Kata Kunci: Pengetahuan, ibu nifas, perawatan payudara, kelancaran ASI

LATAR BELAKANG

Ruang lingkup pelaksanaan manajemen laktasi dimulai dari masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui bayi. Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif memiliki pertumbuhan perinatal yang baik dan mengurangi obesitas. Menyusui bayi secara on demand

dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin di dalam tubuh ibu postpartum serta menghindari risiko terjadinya pembengkakan atau bendungan/ penyumbatan pada saluran puting susu saat masa laktasi (Sholichah, 2014).

Pemberian ASI memiliki banyak manfaat bagi ibu dan bayi. Beberapa manfaat ASI bagi bayi yaitu sebagai perlindungan terhadap infeksi gastrointestinal, menurunkan risiko



kematian bayi akibat diare dan infeksi, sumber energi dan nutrisi bagi anak usia 6 sampai 23 bulan, serta mengurangi angka kematian di kalangan anak-anak yang kekurangan gizi. Sedangkan manfaat pemberian ASI bagi ibu yaitu mengurangi risiko kanker ovarium dan payudara, membantu kelancaran produksi ASI, sebagai metode alami pencegahan kehamilan dalam enam bulan pertama setelah kelahiran, dan membantu mengurangi berat badan lebih dengan cepat setelah kehamilan. (Sinjai, 2020)

Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2016 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38 persen. Di Indonesia meskipun sejumlah besar perempuan (96%) menyusui anak mereka dalam kehidupan mereka, hanya 42% dari bayi yang berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif. Pada saat anak-anak mendekati ulang tahunnya yang ke dua, hanya 55% yang masih diberi ASI. Dalam mendukung pemenuhan ASI bagi bayi harusnya sesuai dengan yang diharapkan, maka kualitas menyusui merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan oleh ibu sehingga produksi ASI bisa baik. Guna menjamin pemenuhan ASI bagi bayi secara optimal, maka faktor yang sangat menentukan dalam pemberian ASI salah satunya ialah perawatan payudara sejak kehamilan dan setelah melahirkan (Profil Kesehatan, 2016)

Gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek kelancaran pengeluaran ASI. Selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI sehingga dapat mencegah terjadinya bendungan pada payudara. Salah satu faktor yang mempengaruhi perawatan payudara adalah pengetahuan ibu. Semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu tentang

perawatan payudara maka akan mempengaruhi pola pikir dan sikap ibu sehingga menumbuhkan perilaku positif untuk melakukan perawatan payudara. (5)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi pada tahun 2017 dengan judul “Faktor-faktor yang mempengaruhi proses laktasi ibu dengan bayi usia 0-6 bulan di Desa Cibeusi Kecamatanamatan Jatinaror” bahwa hasil penelitian menunjukkan 47% ibu dengan kondisi dan perawatan payudaranya kurang baik, 55% sehingga proses laktasi tidak maksimal Hasil penelitian yang juga dilakukan oleh Sholichah pada tahun 2016 dengan judul “Hubungan perawatan payudara pada ibu post partum dengan kelancaran pengeluaran ASI di desa Karang Duren Kecamatanamatan Tenggaran Kabupatenupaten Semarang” bahwa hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara perawatan payudara pada ibu post partum dengan kelancaran pengeluaran ASI DI Desa Karang Duren Kecamatanamatan Tenggaran Kabupaten Semarang (Sholichah, 2014).

Setelah proses persalinan tepatnya setelah plasenta keluar makan timbul rangsangan untuk memicu laktasi. Laktasi didukung oleh dua jenis hormon yang sangat penting yaitu prolaktin dan oksitosin. Fungsi prolaktin adalah untuk menghasilkan produksi air susu, prolaktin bekerja di epitel alveolus. Sedangkan oksitosin berperan dalam pengeluaran susu. Pengeluaran kedua hormon tersebut dirangsang oleh hisapan bayi pada puting payudara, sehingga rumusan masalah pada penelitian ini adalah “bagaimanakah hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI di Puskesmas Soposurung”



Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu nifas terhadap perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di Puskesmas Soposurung

Semakin sering menyusui maka makin memperlancar pengeluaran kedua hormon tersebut. Penghisapan puting oleh bayi merangsang ujung-ujung saraf sensorik di puting yang menimbulkan potensial aksi menjalar ke hipotalamus. Karena adanya rangsangan di hipotalamus maka terjadi pengeluaran oksitosin ini menyebabkan terjadinya *milk letdown* (penyemprotan susu) dan terjadi selama bayi terus menyusui. Stress pada wanita menyusui dapat menghambat *milk letdown* karena stree bekerja melalui hipotalamus. Oleh karena itu semakin sering bayi menyusui makan semakin banyak susu yang keluar dan semakin banyak juga yang dihasilkan.

Maka dari uraian tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Puskesmas Soposurung Tahun 2024”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah Survey Analitik (*Explanatory Research*) yang dilaksanakan Puskesmas Sorong Kecamatan Kabupaten Toba pada bulan Desember 2023 s/d Maret 2024.

Sampel pada penelitian ini sejumlah 32 orang dengan teknik *total sampling* menggunakan alat ukur kuesioner dan aspek pengukuran skala Likert.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan data primer melalui wawancara dan observasi serta data sekunder yang diperoleh dari rekam medik. Pengolahan data dilakukan dengan langkah-langkah yang dimulai dengan pengeditan, pengkodean, enterung dan tabulating. Analisa data pada penelitian ini adalah univariat dan bivariat dengan teknik analisa data *chi-square*.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Soposurung Kecamatan Balige Kabupaten. Toba Tahun 2024.” Didapat 32 sampel, dengan hasil karakteristik sampel responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan yang diuraikan sebagai berikut:

Analisis Univariat

Analisa data univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dari variabel independen dan dependen:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di Puskesmas Soposurung Tahun 2024

No	Kelancaran Produksi ASI	F	%
1	Lancar	20	62,5
2	Tidak Lancar	12	37,5



Total	32	100
-------	----	-----

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami Kelancaran Produksi ASI yaitu 20 orang (62,5%).

Analisis Bivariat

Analisa data bivariat digunakan untuk melihat kemaknaan hubungan antara variabel independen dengan dependen, Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji hipotesis non parametrik yang sesuai, yaitu uji *Chi-square*.

Tabel 2. Hasil Analisa Deskriptif Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Di Puskesmas Soposurung Tahun 2024

PENGETAHUAN	Pengeluaran ASI						P
	Lancar		Tidak Lancar		TOTAL		
	N	%	N	%	N	%	
Baik	15	46,9	3	9,4	18	100	0,006
Kurang	5	15,6	9	28,1	14	100	
TOTAL	20		12		32	100	

Dari tabel 2 menunjukkan dari 32 responden, bahwa responden dengan pengetahuan perawatan payudara baik dan mengalami ASI lancar berjumlah 15 orang dengan pengetahuan perawatan payudara kurang dan mengalami ASI lancar berjumlah 5 orang (15,6%) dan responden dengan pengetahuan perawatan payudara kurang serta mengalami produksi ASI yang tidak lancar berjumlah 14 orang (43,8%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,006$. Hal ini berarti nilai $p\text{-value}$ lebih kecil dari nilai α ($\alpha = 0,05$), maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI di Puskesmas Soposurung Kecamatan. Balige Kabupaten. Toba Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 32 orang ibu nifas di Puskesmas Soposurung Kecamatan. Balige Kabupaten. Toba Tahun 2024., menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki pengetahuan perawatan payudara baik yaitu 18 orang (56,2%). Perawatan payudara akan berhasil bila ibu mempunyai pengetahuan baik tentang manfaat perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI. Nainggolan (2019), mengatakan untuk berhasilnya seorang ibu dalam memberikan ASI eksklusif tidak terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI karena dengan dibekali pengetahuan yang baik, perilaku seseorang dapat diarahkan ke hal yang lebih baik (Gay, 2016).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Oleh Jumria Tahun 2018 tentang Hubungan pengetahuan perawatan



payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang perawatan payudara sebanyak 60 orang (93,8%).

Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa ibu nifas yang sering menerima penyuluhan mengenai kesehatan pada masa nifas sampai menyusui memiliki pengetahuan yang baik sehingga lebih cenderung mengalami produksi ASI yang lancar. Dan informasi mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI dapat diperoleh dari bidan setempat, dukungan keluarganya maupun tetangga.

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Puskesmas Soporung Kec. Balige Kab. Toba Tahun 2024. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada semua responden, sebagian besar memiliki pengetahuan perawatan payudara baik dengan ASI lancar. Hal ini dikarenakan ibu post partum sudah pernah menerima penyuluhan dari petugas kesehatan tentang perawatan payudara pada masa hamil sampai menyusui. Sehingga dari pengetahuan yang didapat mempengaruhi sikap ibu untuk melakukan perawatan payudara secara rutin guna mendapatkan produksi ASI yang cukup bagibayi.

Pada penelitian ini terdapat 14 responden yang memiliki pengetahuan perawatan payudara baik dengan ASI kurang lancar. Salah satu kondisi yang menyebabkan ASI tidak lancar yaitu ibu yang memiliki puting susu terbenam sehingga ia merasa tidak mampu untuk memberikan ASI kepada bayinya, ibu yang tidak mengerti cara melakukan perawatan payudara dengan baik serta ibu yang melahirkan dengan cesar, karena tindakan

anastesi pada saat operasi menyebabkan ibu tidak responsif untuk menyusui sehingga menghambat terbentuknya produksi dan pengeluaran ASI.

Salah satu faktor untuk mendapatkan produksi ASI yang cukup yaitu ibu rutin melakukan perawatan payudara. Dalam perawatan payudara terdapat dua cara yang dapat dilakukan secara bersamaan. Cara tersebut ialah pengurutan dan penyiraman payudara. Pengurutan atau masase dilakukan untuk memberikan rangsangan pada kelenjar ASI untuk memproduksi ASI. Pengurutan dapat dilakukan pada pagi dan sore, sebaiknya sebelum mandi, dan diteruskan dengan penyiraman yang dilakukan bersamaan ketika mandi (7) . Pada bayi cukup bulan frekuensi penyusuan sebaiknya dilakukan 10 kali perhari selama 2 minggu pertama setelah melahirkan. Sedangkan penyusuan paling sedikit minimal 8 kali perhari pada periode awal setelah melahirkan. Karena semakin sering bayi menyusui, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak.

Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa ibu post partum yang sudah memiliki pengetahuan payudara baik dan melakukan perawatan payudara secara rutin dan teratur akan memperoleh produksi ASI yang cukup. Selain itu ibu post partum dianjurkan untuk makan-makanan yang bergizi sehingga kebutuhan nutrisi dapat terpenuhi dengan baik, tidak mengalami dehidrasi sehingga suplai ASI dapat berjalan dengan lancar dan ibu post partum harus menjaga kondisi psikologisnya serta banyak istirahat agar kondisi tetap terjaga dengan baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas



Tentang Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Di Puskesmas Soposurung Kecamatan. Balige Kabupaten. Toba Tahun 2024.”dapat disimpulkan: (1) berdasarkan hasil penelitian pada 32 orang responden, diperoleh data bahwa ibu nifas di Puskesmas Soposurung memiliki pengetahuan baik tentang perawatan payudara yaitu sebanyak 18 orang (56,2%). (2) berdasarkan hasil penelitian pada 32 orang responden, diperoleh data bahwa ibu nifas di Puskesmas Soposurung memiliki Kelancaran Produksi ASI dengan kategori lancar yaitu sebanyak 20 orang (62,5%). (3) Hasil uji statistik menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI di Puskesmas Soposurung. Hal tersebut dibuktikan melalui uji *chi-square* dengan $p\text{-value} = 0,006 < \alpha$ ($\alpha = 0,05$). Responden dengan pengetahuan baik dan mengalami ASI lancar berjumlah 15 orang (46,9%), sedangkan responden dengan pengetahuan baik dan mengalami ASI kurang lancar berjumlah 3 orang (9,4%). Sementara responden dengan pengetahuan kurang dan mengalami ASI lancar berjumlah 5 orang (15,6%) dan responden dengan pengetahuan kurang serta mengalami produksi ASI tidak lancar berjumlah 14 orang (43,8%).

Saran

Mengingat hasil penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan dalam menggambarkan hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI di Puskesmas Soposurung dengan ini disampaikan saran-saran sebagai berikut: (1) Disarankan kepada peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan konstruk yang sama, namun dilakukan kepada subjek yang berbeda dengan menggunakan sampel yang variatif, serta skala penelitian yang lebih luas, dan dapat

memperbaharui atau memodifikasi alat ukur yang sudah ada untuk mendapatkan hasil penelitian terbaru yang lebih akurat, (2) Diharapkan kepada petugas kesehatan di Puskesmas Soposurung untuk lebih maksimal meningkatkan pengetahuan ibu nifas melalui promosi kesehatan tentang pentingnya perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI, sehingga dapat menjadi bahan acuan untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan serta kualitas pada tempat peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik Ry. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui. Pertama. Astutik Ry, Editor. Jakarta Timur: Trans Info Media; 2015. 254 P
- Gay. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Proses Laktasi Ibu Dengan Bayi Usia 0-6 Bulan. No Date (Cited 2017 April 08) Available From File:///C:/Users/Lenovo/Downloads/697-1361-1-Sm.Pdf. 2012;1–15. Madiun Kabupaten. No Title. 2016;
- Jumria. 2018. Hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Asian fasific journal of health sciences*. vol 4 (4): 19 – 24.
- Katuuk M. Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Ruang Dahlia Rsd Liun Kendaghe Tahuna Kabupatenupaten Kepulauan Sangihe. 2018;6.
- Ministry Of Health Republic Of Indonesia. Health Profile Of Indonesia 2016 [Internet]. Profil Kesehatan Provinsi Bali. 2017. 1-220 P. Available From: [Http://Www.Depkes.Go.Id/Resources/Download/Pusdatin/Profil-Kesehatan-Indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2016.Pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2016.pdf)



- Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Revisi Per. Notoatmodjo S, Editor. Jakarta: Rineka Cipta; 2016. 236 P.
- Sholichah N. Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Postpartum Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Di Kabupatenupaten Semarang. J Komun Kesehat (Edisi 3) [Internet]. 2011;2(2):52. Available From: [Http://E-Journal.Akbid-Purworejo.Ac.Id/Index.Php/Jkk3/Article/View/52](http://E-Journal.Akbid-Purworejo.Ac.Id/Index.Php/Jkk3/Article/View/52) Belakang Al. Hubungan Imd Terhadap Kelancaran Asi. 2014;
- Sinjai R. Hubungan Perawatan Payudara Dengan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Rsud Sinjai Skripsi. 2020;
- WHO. 2018. Key strategies for promotion of breastfeeding: facts and figures. World Health Organization Western Pasific Region. <http://www.wpro.who.int/internet/resources.ashx/NUT/Global+Facts+and+Figures.pdf> [diakses 9 April 2018].