

## **PENGARUH *BREAST CARE* TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU YANG BARU MENJALANI PERSALINAN DI RUMAH SAKIT GRANDMED LUBUK PAKAM**

*The Influence Of Breast Care On Breast Milk Expenditure in Mothers Who  
Had New Delivery at Grandmed Hospital, Lubuk Pakam*

**SARI DESI ESTA ULINA SITEPU<sup>1</sup>, SELAMAT TUAHTA SIPAYUNG<sup>2</sup>**

INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM  
Jl. Sudirman No.38 Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang,  
Sumatera Utara-Indonesia  
Email : [sitepudesisari@gmail.com](mailto:sitepudesisari@gmail.com)

DOI: 10.35451/jkf.v5i2.1604

### **Abstrak**

Air susu ibu (ASI) merupakan salah satu asupan yang penting terhadap kesehatan serta pertumbuhan bayi. Salah satu cara yang dapat dibuat dalam memperbanyak pengeluaran ASI yaitu melalui *breast care* (perawatan payudara). *Breast care* bertujuan untuk memperlancar stimulus terhadap produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh melakukan *breast care* (perawatan payudara) terhadap pengeluaran ASI pada ibu yang baru menjalani persalinan di RS Grandmed Lubuk Pakam. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian *quasi experiment* melalui pendekatan *one group pretest-posttest design*, dengan teknik sampling *purposive sampling*. Penerapan *breast care* dilakukan terhadap 31 orang ibu yang baru menjalani proses persalinan di RS Grandmed Lubuk Pakam. Data dikumpulkan memakai lembar observasi dan memberikan sebuah intervensi dengan cara melakukan *breast care* terhadap ibu yang baru menjalani proses persalinan. Proses pengukuran jumlah ASI ibu yang baru menjalani persalinan dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum melakukan *breast care* dan setelah melakukan *breast care* lalu hasilnya ditulis dalam lembar observasi. Hasil uji statistik dengan memakai uji *paired test* menunjukkan nilai  $p=0,000$ ,  $p < \alpha$  ( $0,000 < 0,05$ ). Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa ada peningkatan jumlah pengeluaran ASI pada ibu yang baru menjalani proses persalinan sebelum dan setelah melakukan *breast care*. Diharapkan kepada para ibu yang mengalami masalah dalam pengeluaran ASI, untuk melakukan *breast care* agar jumlah ASInya meningkat.

**Kata Kunci** : *breast care*, pengeluaran ASI, ibu

### **Abstract**

*Mother's Milk (ASI) is one of the important intakes for the health and growth of infants. One way that can be done to increase milk production are through breast care. Breast care aims to expedite the stimulus for breast milk production. This study aims to see the effect of doing breast care on milk production in mothers who had just given birth at Grandmed Lubuk Pakam Hospital. This type of research uses quasi experimental research through a*

*one group pretest-posttest design approach, with a purposive sampling technique. The application of breast care was carried out for 31 mothers who had just undergone the delivery process at Grandmed Lubuk Pakam Hospital. Data collected using observation sheets and providing interventions by doing breast care for mothers who had just undergone the birth process. The process measuring the amount of breast milk of mothers who had just given birth was carried out twice, namely before doing breast care and after doing breast care and the results were recorded on the observation sheet. The results of statistical tests using the paired test showed a value of  $p = 0.000$ ,  $p < \alpha$  ( $0.000 < 0.05$ ). The results obtained show that there is an increase in the amount of breastfeeding in mothers who have just undergone the delivery process before and after doing breast care. It is expected that mothers who experience problems in expressing milk, to do breast care so that the amount of milk increases.*

**Keywords :** *breast care, breastfeeding, mother*

## 1. PENDAHULUAN

Salah satu yang menjadi isu kesehatan global terkini di abad ke 21 adalah permasalahan menyusui (Kitano et,al. 2019). Kegiatan menyusui yang dilakukan para ibu membawa dampak yang positif terhadap kesehatan anak, terutama terhadap angka kematian bayi (AKB). Oleh sebab itu upaya promosi, perlindungan dan dukungan bagi ibu menyusui menjadi prioritas dalam menjalankan kebijakan kesehatan (Vieira et,al. 2019).

WHO (2019) menjelaskan bahwa proses menyusui adalah salah satu cara yang paling efisien untuk memberikan penyediaan sumber makanan yang baik terhadap perkembangan dan pertumbuhan kesehatan bayi.

Sumber nutrisi utama yang sangat baik bagi kesehatan bayi adalah air susu ibu (ASI). Di dalam ASI terkandung zat antibodi yang dapat menjaga tubuh bayi dari berbagai jenis penyakit. Penerapan pemberian ASI secara eksklusif dalam lingkup yang lebih besar dapat menyelamatkan sebanyak 13% anak di seluruh dunia dari kematian yang disebabkan kekurangan zat gizi (Tadese et,al. 2019). WHO pada tahun 2019 mengatakan jika praktik menyusui

dapat dilakukan secara optimal, maka dapat menurunkan angka kematian yang masih tinggi pada anak yang dibawah 5 tahun. WHO menyarankan untuk seluruh bayi yang baru lahir untuk diberikan asupan ASI eksklusif dalam kurun waktu enam bulan. Akan tetapi dalam praktiknya, kebanyakan ibu tidak dapat memberikan ASInya secara eksklusif yang disebabkan karena ASInya tidak dapat keluar atau produksi ASI sedikit yang menyebabkan tidak mampu untuk mencukupi keperluan ASI anaknya.

Menurut data Kementerian Kesehatan tahun 2019, jumlah angka pemberian ASI eksklusif bagi bayi yang baru lahir sudah mengalami peningkatan dari yang jumlahnya 29,5% pada tahun 2016 menjadi 35,7% pada tahun 2017. Pencapaian target tersebut masih sangat rendah, bila kita bandingkan dengan besarnya kegunaan ASI terhadap tumbuh kembang anak tersebut. Pemerintah menargetkan minimal 50% dari total jumlah anak mendapatkan pemberian ASI eksklusif.

Permasalahan yang sering terjadi dalam praktik pemberian ASI eksklusif ialah ASI tidak berproduksi pada saat bayi baru dilahirkan sehingga membuat

para ibu menjadi tidak sabar untuk menunggu agar memberikan ASI terhadap bayinya. ASI yang tidak berproduksi pada hari pertama pasca melahirkan menjadi pemicu bagi para ibu untuk tidak memberikan ASI secara eksklusif terhadap bayinya. Lambatnya proses produksi ASI bisa terjadi akibat terhambatnya proses sekresi dari hormon oksitosin yang memegang peran penting didalam kelancaran proses produksi ASI (Ummah, 2020).

Dalam situasi seperti inilah, peran aktif seorang tenaga kesehatan diperlukan para ibu. Para ibu yang tidak mampu untuk memberikan ASI kepada bayinya memerlukan konseling ataupun penjelasan tentang pemberian ASI secara eksklusif, cara melakukan perawatan payudara agar ASI tetap berproduksi dan inisiasi menyusui dini (IMD) setelah persalinan (Kemenkes, 2020).

Satu upaya yang bisa dikerjakan ibu untuk menambah jumlah produksi ASI adalah dengan cara melakukan *breast care* untuk menstimulus hormon oksitosin dan prolaktin. *Breast care* merupakan upaya yang dikerjakan untuk memelihara kondisi payudara agar tetap baik yang dilakukan dengan tujuan untuk memperlancar jumlah produksi ASI dan terhindar dari kesulitan pada saat menyusui (Muliani, 2020).

Perawatan payudara yang dilakukan selama masa kehamilan ataupun setelah bersalin bertujuan untuk menjaga bentuk payudara dan memperlancar produksi ASI. Gerakan yang dilakukan dalam perawatan pada payudara disamping bertujuan melancarkan refleksi untuk produksi ASI juga merupakan cara yang paling ampuh di dalam meningkatkan jumlah ASI, dan yang tidak kalah pentingnya adalah untuk mencegah terjadinya penyumbatan ASI pada payudara (Saryono,dkk. 2019).

Melalui analisa situasi dan permasalahan diatas, maka diperlukan sebuah kegiatan yang dapat menambah wawasan ibu pasca bersalin tentang pengaruh *breast care* terhadap pengeluaran ASI. Tujuan dari melaksanakan kegiatan penyuluhan ini yaitu memberikan edukasi atau pengetahuan terhadap ibu pasca bersalin agar merawat payudaranya supaya jumlah produksi ASI tetap lancar.

## 2. METODE

Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode *quasi experiment* yang memakai desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Desain ini dipakai untuk melihat adanya efek ataupun pengaruh dari sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan (Sugiyono, 2019).

Populasi di dalam penelitian ini yaitu keseluruhan dari pasien yang baru saja melakukan tindakan persalinan di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam yang berjumlah 45 orang dan sampelnya sebanyak 31 orang.

Penelitian ini dikerjakan melalui pengukuran jumlah produksi ASI ibu yang baru bersalin sebelum melakukan *breast care*.

Setelah melakukan *breast care* jumlah produksi ASI ibu yang baru bersalin tersebut diukur kembali untuk melihat apakah ada perbedaan jumlah produksi ASI sebelum dan sesudah melakukan *breast care*. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *paired test*.

Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam dengan nomor etik 022.D/KEP-MLP/I/2023.

## 3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik (Usia dan Pendidikan) Ibu yang Mengikuti Kegiatan Penyuluhan

Karakteristik	Jumlah	%
<b>Usia</b>		
<35 tahun	18	58
>35 tahun	13	42
Jumlah	31	100
<b>Pendidikan</b>		
SD	1	3,2
SMP	6	19,4
SMA	23	74,2
Perguruan Tinggi	1	3,2
Jumlah	31	100

Berdasarkan Tabel.1 dapat diketahui bahwa dari segi usia mayoritas ibu bersalin yang mengikuti kegiatan penyuluhan tentang edukasi *breast care* terhadap pengeluaran ASI adalah berusia < 35 tahun yaitu sebanyak 18 orang (58%). Sedangkan dari segi pendidikan mayoritas ibu bersalin yang mengikuti kegiatan penyuluhan adalah lulusan SMA yang berjumlah sebanyak 23 orang (74,2%).

Tabel 2. Nilai Rerata Pengeluaran ASI Sebelum dan Setelah Melakukan *Breast Care* di RS Grandmed Lubuk Pakam

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Sebelum Melakukan	1,26	31	0,445	0,080
Setelah Melakukan	1,81	31	0,401	0,072

Berdasarkan Tabel.2 dapat diketahui bahwa dari 31 ibu bersalin diperoleh nilai rerata sebelum melakukan *breast care* yaitu hasil mean sebesar 1,26 dengan standar deviasi sebesar 0,445, sedangkan nilai rerata setelah melakukan *breast care* yaitu hasil mean sebesar 1,81 dengan standar deviasi sebesar 0,401.

Tabel 3. Pengaruh *Breast Care* Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu yang baru menjalani Persalinan di RS Grandmed Lubuk Pakam

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	T	Df	p-value
Sebelum melakukan- setelah melakukan	0,548	0,506	0,091	0,734	0,363	6,036	30	0.000

Berdasarkan Tabel.3 dapat diketahui bahwa nilai selisih rerata pasien sebelum dan setelah melakukan

*breast care* yaitu mean sebesar 0,548 dengan standar deviasi 0,506 dengan nilai signifikan  $p= 0,000$  ( $p<0,05$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *breast care* terhadap pengeluaran ASI pada ibu yang baru menjalani persalinan.

#### 4. PEMBAHASAN

*Breast care* (perawatan payudara) adalah sebuah cara yang dapat dikerjakan ibu untuk menjaga kelancaran proses produksi ASI. Jika seorang ibu melakukan perawatan payudara dengan cara yang tepat dan dikerjakan secara terus-menerus maka akan memperlancar jumlah produksi ASI dan memudahkan bayi untuk meminumnya dan bisa meminimalisasi kemungkinan mengalami luka pada proses menyusui. Kebanyakan para ibu mengeluh jika bayinya menolak untuk diberikan ASI karena puting susu ibu tidak keluar ataupun kesalahan dalam mengatur posisi saat memberikan ASI kepada bayinya (Ahmad, 2021).

Menurut Masnila (2019) seorang ibu dikatakan berhasil dalam melakukan perawatan terhadap payudaranya, jika ibu tersebut memiliki pengetahuan yang baik, mengetahui manfaat dari merawat payudara selama kehamilan dan didukung oleh tenaga kesehatan dengan cara memberikan penyuluhan tentang perawatan payudara agar jumlah produksi ASI nya banyak.

Gerakan yang dibuat pada saat merawat payudara berfungsi sebagai rangsangan untuk memperlancar proses produksi ASI. Selain itu, perawatan payudara (*breast care*) juga merupakan cara yang tepat dalam memperbanyak volume ASI dan mencegah terjadinya penyumbatan ASI di dalam payudara (Nilamsari, 2019). Gerakan yang dilakukan selama proses merawat payudara akan merangsang sel syaraf yang ada didalam payudara

untuk tetap bekerja didalam menghasilkan hormon prolaktin dan oksitosin, dimana kedua hormon ini sangat berfungsi didalam proses produksi dan pengeluaran ASI (Astutik, 2019).

Melalui hasil penelitian yang telah dilaksanakan didapatkan hasil yang membuktikan bahwa adanya peningkatan jumlah ASI pada ibu yang baru melahirkan setelah melakukan perawatan payudara (*breast care*). Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh dari perawatan payudara (*breast care*) terhadap peningkatan jumlah ASI pada ibu yang baru melahirkan.

## 5. KESIMPULAN

Peneliti telah selesai melaksanakan penelitian tentang Pengaruh *Breast Care* terhadap pengeluaran ASI pada ibu yang baru menjalani proses persalinan di RS Grandmed Lubuk Pakam. Dari hasil kegiatan tersebut diperoleh hasil bahwa terdapat peningkatan jumlah pengeluaran ASI pada ibu yang baru menjalani proses persalinan setelah melakukan *breast care* (perawatan payudara). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, diharapkan agar para ibu yang baru menjalani proses persalinan dapat melakukan perawatan payudara (*breast care*) agar jumlah pengeluaran ASInya tetap banyak untuk memenuhi kebutuhan asupan gizi buat bayinya.

## DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, Z.F. 2021. Faktor Lingkungan dan Perilaku Orangtua pada Balita Stunting di Kabupaten Gorontalo. Jakiyah: Jurnal Ilmiah Umum dan Kesehatan Aisyiyah, 4(2)

Astutik, Y.R. 2019. Payudara dan Laktasi. Edisi II. Salemba Medika

Kitano, N., Nomura, K., Kido, M., Murakami, K., Ohkubo, T., Ueno, M & Sugitomo, M. 2019. Combined

Effects of Maternal Age and Parity on Successful Initiation of Exclusive Breastfeeding. Preventive Medicine Report (Online), 3,121-126. (<http://doi.org/10.1016/j.pmedr>)

Kemkes, RI. 2019. Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia Cakupan Bayi dengan ASI Eksklusif. Retrieved from Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia Cakupan Bayi dengan ASI Eksklusif website: [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)

Kemkes, RI. 2020. Riskesdas 2019. Kementerian Kesehatan RI

Masnila, M. 2019. Hubungan Perawatan Payudara terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Rumah Bersalin Tutun Sehati Tanjung Morawa

Muliani, H.R. 2020. Perbedaan Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Metode Massase Depan (*Breast care*) dan Massase Belakang (Pijat Oksitosin) Pada Ibu Menyusui 0-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kesamiran Kabupaten Tegal.

Nilamsari, M.A. 2019. Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Kelancaran Ekskresi Asi pada Ibu Post Partum di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. 1(6)

Saryono dan R.D. Pramitasari. 2019. Perawatan Payudara (Nuha Medika, Ed.II). Yogyakarta.

Sugiyono. 2019. Metode Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung : Alfabeta

Tadese, T., Mesfin, F & Chane, T. 2019. Prevalence and Associated Factors of Nonexclusive Breastfeeding of Infants During The First Six Months in Rural Area of Sorro District, Southern Ethiopia: A Cross-sectional Study. International Breastfeeding Journal (Online).

(<https://doi.org/10.1186/s13006-016-0085-6>).

- Ummah, F. 2020. Pijat Oksitosin Untuk Mempercepat Pengeluaran ASI Pada Ibu Pasca Salin Normal di Dusun Sono Desa Ketanen Kecamatan Panceng Gresik. *Surya*, 2 (18), 121-125.
- Vieira, G.O., Reis, M.R., Vieira, T.O., Oliveira, N.F., Silva, L.R. & Giugliani, E.R.J.. 2019. Trends in Breastfeeding Indicators in A City of Northeastern Brazil. *Jornal de Pediatria(Online)*, 91 (3), 270–277.  
(<https://doi.org/10.1016/j.jped.>).
- WHO. 2019. Health Topics : Breast feeding overview