

PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU NIFAS

SITI HALIMAH, THARRA WIDADARI ALDINDA, WAN ANITA, DIANA RIFKA
YULIA WAHYUNI, NURUL HIKMAH
STIKes Tengku Maharatu
sitihalimah003@yahoo.com

Abstract: *Breast care is a way of showing directly to postpartum mothers how to care for breasts by providing stimulation to the breast muscles to facilitate breastfeeding. The purpose of this study is to determine the smoothness of breastfeeding of postpartum mothers after being given breast care. This study is a quasi-experimental research with a pre test and post test approach, the sample in this study is the first day postpartum women in the working area of the Sidomulyo Inpatient Health Center which amounted to 16 experimental groups and 16 control groups. Breast care in this study was carried out on the first to third day postpartum which was carried out 2 times a day with a duration of approximately 30 minutes. In the Pretest Intervention group, the average (11.13) and after breast treatment increased to (12.25) and a p value of 0.000 was obtained. Meanwhile, in the Pretest (11.00) and Post test (11.44) control groups, a p value of 0.008 was obtained. The results of the study using the Wilcoxon test obtained a p value < 0.05. The results of this study show that there is an effect of breast care on the smooth flow of breastfeeding in postpartum mothers in the working area of the Sidomulyo Inpatient Health Center. The advice that can be given, especially for the Sidomulyo Inpatient Health Center, is to recommend breast care that is provided continuously as an effort to increase exclusive breastfeeding.*

Keywords: *Breast Care, Smooth Breastfeeding.*

Abstrak: Perawatan payudara adalah suatu cara memperlihatkan secara langsung pada ibu nifas tentang cara perawatan payudara melalui pemberian rangsangan pada otot-otot payudara untuk memperlancar ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kelancaran ASI ibu nifas setelah diberikan perawatan payudara. Penelitian ini merupakan penelitian Quasi eksperimen dengan pendekatan pre test dan post test, sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas hari pertama di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo yang berjumlah 16 orang kelompok eksperimen dan 16 orang kelompok kontrol. Perawatan payudara pada penelitian ini dilakukan pada hari pertama sampai hari ketiga postpartum yang dilakukan sebanyak 2 kali dalam sehari dengan durasi waktu kurang lebih 30 menit. Pada kelompok Intervensi Pretest rata-rata (11,13) dan setelah dilakukan perawatan payudara bertambah menjadi (12,25) dan di dapatkan *p value* sebesar 0,000. Sedangkan pada kelompok kontrol Pretest (11,00) dan *Post test* (11,44), didapatkan *p value* sebesar 0,008. Hasil penelitian menggunakan uji Wilcoxon didapatkan *p value* < 0,05. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo. Saran yang dapat diberikan khususnya untuk Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo adalah merekomendasikan perawatan payudara yang diberikan secara berkesinambungan sebagai upaya untuk meningkatkan capaian ASI eksklusif.

Kata Kunci: Perawatan Payudara, Kelancaran ASI.

A. Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang diciptakan khusus oleh Tuhan yang keluar langsung dari payudara seorang ibu untuk bayinya. ASI diciptakan sesuai dengan kebutuhan bayi yang dilahirkan oleh seorang ibu. Pemberian ASI Eksklusif merupakan proses makan pada bayi yang berupa ASI saja tanpa makanan tambahan lain hingga bayi berumur 6 bulan (Arifa, dkk, 2016). ASI merupakan asupan penting untuk tumbuh kembang dan kesehatan bayi serta merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang di butuhkan selama 6 bulan pertama kehidupan bayi dan untuk kehidupan selanjutnya (Arifa Yusriana, dkk, 2016).

Bayi yang tidak mendapatkan ASI akan mempengaruhi bayi karena buruknya status gizi yang berdampak kemungkinan 25 kali lebih tinggi pada kesehatan bayi dan kelangsungan hidup bayi yang akhirnya dapat menyumbang angka kematian bayi. Bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif akan lebih rentan untuk terkena penyakit kronis, seperti jantung, hipertensi, dan diabetes setelah ia dewasa serta dapat menderita kekurangan gizi dan mengalami obesitas (Arifa Yusriana, dkk, 2016). Apabila bayi tidak di beri ASI eksklusif maka hal tersebut akan meningkatkan pemberian susu formula pada bayi yang akan berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangan bayi di masa akan datang (Lestari, 2018).

Dampak yang terjadi jika bayi tidak mendapatkan ASI adalah gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan bayi yang menyebabkan bayi akan lebih mudah sakit dan mengalami gangguan dimasa yang akan datang. Bayi yang tidak mendapatkan ASI memiliki mengalami kematian pada awal kehidupannya dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif dari ibunya. Kemudian, bayi yang tidak memperoleh ASI 3,94 kali lebih beresiko mengalami kematian yang disebabkan oleh diare, serta berkemungkinan mengalami gangguan pada pematangan sistem imun yang menyebabkan lebih mudahnya bayi terserang infeksi, serta dapat mengganggu proses pematangan organ dan hormonnya (Buonocore G, dkk, 2013).

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO terkait angka capaian pemberian ASI eksklusif secara global tahun 2020, didapatkan hanya sebesar 44% bayi dengan rentang usia 0-6 bulan yang mendapatkan ASI tahun 2015-2020. Walaupun persentase tersebut mengalami peningkatan, tetapi belum mencapai target yang ditetapkan oleh WHO yakni sebesar 50% (WHO, capaian pemberian ASI eksklusif 2020). Capaian ASI eksklusif di Indonesia berdasarkan data Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2020 berada pada persentase 66,1%, sedangkan untuk data capaian ASI eksklusif Provinsi Riau berdasarkan data dari Susenas, Badan Pusat Statistik (BPS) berada pada persentase 65,17%, dan untuk Kota Pekanbaru berada pada persentase 46,8% (Badan Pusat Statistik, 2020; Dinkes Kota Pekanbaru, 2020; Kemenkes RI, 2020). Dari 21 Puskesmas yang ada di Kota Pekanbaru, dengan persentase ASI terendah yaitu, nomor urut 1 yaitu Puskesmas Senapelan dengan persentase 13.2%, nomor urut 2 yaitu Puskesmas Sail dengan persentase 13.6% dan Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo yang berada di Kecamatan Bina Widya berada pada nomor urut 3 terendah terkait capaian ASI eksklusif yakni dengan persentasi 19,2%. Angka tersebut belum memenuhi target Standar Pelayanan Minimal (SPM) Menteri Kesehatan No. 741 tahun 2014 yakni sebesar 80%.

Pemberian ASI secara eksklusif akan melindungi bayi dari berbagai macam penyakit dan sindrom SIDS (Sudden Infant Death Syndrome) yang menjadi penyebab kematian bayi (Kuswaningrum, 2017). Oleh karena itu pemberian ASI eksklusif sangat direkomendasikan Pemberian untuk bayi. ASI eksklusif yang dimaksud adalah bayi hanya diberikan ASI saja tanpa adanya tambahan zat lain seperti susu formula, pisang, pepaya, air mineral, madu, teh, bubur susu, bubur nasi, biskuit dan tim (Roesli, 2013).

Organisasi Dunia World Health Organization (WHO) dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) telah merekomendasikan waktu minimal pemberian ASI eksklusif pada bayi, yakni sekurang-kurangnya layanan konseling seputar menyusui, selama 6 bulan (Kemenkes RI, 2018). Hal tersebut juga diatur dan dijelaskan dalam Peraturan Pemerintah No 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif, bahwa ASI eksklusif merupakan ASI yang diberikan kepada bayi sejak lahir sampai dengan enam bulan tanpa adanya pemberian tambahan zat lain kecuali obat, mineral dan vitamin (Kemenkes RI, 2018).

Berbagai upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah Indonesia untuk meningkatkan capaian pemberian ASI eksklusif, mulai dari dilakukannya sosialisasi terkait ASI eksklusif dan menyusui kepada masyarakat dan pada kegiatan Pekan Menyusui Dunia, kemudian juga dibuatnya kebijakan yang mengatur tentang ASI eksklusif yang termuat didalam Peraturan Pemerintah nomor 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif, dilakukannya peningkatan kualitas konselor untuk memberikan serta adanya dukungan dari lintas sektor seperti penyediaan tempat menyusui dan pemerah di berbagai tempat umum (Kemenkes RI, 2020).

Upaya yang telah dilakukan tersebut ternyata masih belum optimal dalam peningkatan capaian ASI eksklusif, salah satunya disebabkan oleh produksi ASI ibu dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Upaya yang dilakukan secara farmakologis dapat berupa pemberian terapi obat-obatan, sedangkan upaya non farmakologis yang dilakukan lebih kepada penerapan teknik tradisional yang tidak menggunakan obat-obatan tetapi lebih ke manfaat herbal dan terapi berdampak pada peningkatan produksi ASI, contohnya adalah perawatan payudara, pijat oksitosin, pijat marmet, akupresure, dan penggunaan herbal seperti daun katuk, daun kelor, jantung pisang, serta penggunaan herbal lainnya Teknik pemijatan dan rangsangan pada (Ayuningtyas, 2019). Beberapa faktor yang juga dapat meningkatkan produksi ASI ibu adalah makanan yang dikonsumsi ibu, isapan bayi, frekuensi menyusui, perawatan payudara, serta aktivitas lainnya (Khasanah, 2013).

Perawatan payudara atau yang dikenal dengan istilah Breast Care merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas untuk memperlancar pengeluaran ASI (Kumala Sari, 2015). Selain itu perawatan payudara nantinya bisa dilakukan oleh ibu nifas secara mandiri, karena langkah-langkah yang dilakukan tergolong mudah dibandingkan dengan metode lainnya. Perawatan payudara merupakan upaya untuk merangsang sekresi hormon oksitosin dan menghasilkan ASI sedini mungkin dan memegang peranan penting dalam menghadapi masalah menyusui. putting susu yang dilakukan pada perawatan payudara merupakan latihan semacam efek hisapan bayi sebagai pemicu pengeluaran ASI (Rosita, 2017). Kemudian untuk memperlancar produksi ASI dapat dilakukan dengan merangsang kelenjar-kelenjar air susu melalui pemijatan, mencegah bendungan ASI atau pembengkakan payudara, melenturkan dan menguatkan putting susu (Mochtar, 2015). Perawatan bermanfaat untuk payudara mempengaruhi hipofise agar mengeluarkan hormon prolaktin prolaktin dan oksitosin, mempengaruhi hormon jumlah produksi ASI dan hormon oksitosin mempengaruhi pengeluaran ASI (Mona Dewi Utari, dkk, 2021). Selain itu, perawatan payudara mempunyai manfaat yaitu, mencegah terjadinya sumbatan ASI, menjaga higienitas, menjaga kelenturan putting susu untuk mencegah terjadinya iritasi atau lecet pada putting susu ibu.

Pernyataan ini sesuai dengan yang dinyatakan oleh Lestari, dkk (2019) dalam penelitiannya bahwa setelah dilakukan intervensi perawatan payudara selama 3 hari berturut-turut secara teratur dengan frekuensi 2x1 sehari selama 30 menit terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI secara kuantitatif. Penerapan perawatan payudara yang dilakukan adalah dengan cara pemijatan (Massage), perawatan puting susu, dan pengompresan pada daerah payudara. Penelitian tersebut juga sejalan dengan yang di

lakukan oleh Fatmawati, dkk (2019) yang mengemukakan dalam penelitiannya bahwa adanya peningkatan pengeluaran produksi ASI secara lancar setelah dilakukan perawatan payudara selama 3 hari, di lakukan intervensi sebanyak 2 kali sehari (Fatmawati, 2019). Berdasarkan permasalahan tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode *Quasi Eksperimental*, desain penelitian yang digunakan *Non Equivalent Control Group Design* yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol diukur sebelum dan sesudah diberikan intervensi, Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ASI ibu menyusui. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang berada di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo, Kota Pekanbaru. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Accidental Sampling* dengan total sampel 32 ibu nifas. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu nifas normal, tidak memiliki riwayat penyakit/ operasi yang berhubungan dengan payudara, tidak merokok dan minum alkohol, bayi lahir normal dengan berat badan lahir bayi ≥ 2500 gram refleks hisap bayi baik Kriteria eksklusi dalam penelitian adalah ibu yang mengkonsumsi ASI booster, Ibu atau bayi sakit lebih dari 2 hari, Bayi yang diberikan susu formula.

C. Hasil dan Pembahasan

Mengurai hasil penelitian dan pembahasan mengenai Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo. Pengambilan data dengan menggunakan kuesioner dengan jumlah sampel 32 responden yang terdiri dari seluruh ibu nifas yang berada di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo, Kota Pekanbaru yang telah dilaksanakan pada bulan Maret-April 2024.

Analisis Univariante

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru Tahun 2024

Variabel	Kategori	Frekuensi	%
Usia	<20	0	0
	20-35	32	100
	>35	0	0
Total		32	100
Pendidikan	Dasar	9	28
	Menengah	23	72
	Tinggi	0	0
Total		32	100
Pekerjaan	Tidak bekerja	29	91
	Bekerja	3	9
Total		32	100
Kelompok Intervensi	Ya	16	50
Kelompok Kontrol	Tidak	16	50
Total		32	100
Kelancaran ASI			
- Kelompok Intervensi	Lancar	11	35
- Kelompok Kontrol	Tidak Lancar	21	65
Total		32	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa seluruh responden berada pada rentang usia 20-35 (100%). Jika dilihat dari tingkat pendidikannya didapatkan mayoritas responden berada pada tingkat menengah, yakni 23 responden (72%). Kemudian untuk pekerjaan di dapatkan responden mayoritas Tidak bekerja sebanyak 29 responden (91%).

Analisa Bivariat

Tabel Uji Normalitas Data Kelancaran ASI

No.	Kelompok	Mean	Std Devisi	α	Keterangan
1	Intervensi				
	- Pretest	11,13	1,025	0,25	Normal
	- Posstest	12,25	1,000	0,001	Tidak Normal
2	Kontrol				
	- Pretest	11,00	1,033	0,005	Tidak Normal
	- Posttest	11,44	0,892	0,51	Normal

Tabel diatas menunjukkan hasil uji normalitas menggunakan *uji shapiro wilk*. Didapatkan hasil data untuk variabel Kelancaran ASI yang diukur pada *pretest* dan *posttest* serta selisihnya didapatkan pada *Pretest* Intervensi dan Post Kontrol data berdistribusi normal ($>0,05$) dan pada *pretest* intervensi dan post kontrol, data tidak berdistribusi normal ($<0,05$). Dikarenakan ditemukan ada data yang tidak berdistribusi normal untuk melihat perbedaan kelancaran ASI sebelum dan sesudah pada masing-masing kelompok maka uji yang digunakan adalah *uji Wilcoxon*. Kemudian untuk melihat perbedaan kelancaran ASI pada kedua kelompok maka uji yang digunakan adalah uji *Mann Whitney*.

Tabel Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Tahun 2024

Kelompok	Mean	Std Deviasi	<i>P Value</i>
Intervensi			
- Pretest	11.13	1,025	
- Posttest	12.25	1	0,000 ^a
Kontrol			0,020 ^b
- Pretest	11	1.033	
- Posttest	11.44	0.892	0,008 ^a

**a. Uji Wilcoxon*

b. Uji Mann Whitney

Tabel diatas didapatkan rata-rata kelancaran ASI pada kelompok intervensi dengan nilai *pretest* sebesar 11.13 dan pada *posttest* bertambah menjadi 12.25 dan di dapatkan nilai *p value* 0,000, hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kelancaran ASI sebelum dan setelah dilakukannya perawatan payudara pada kelompok intervensi. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata kelancaran ASI pada *pretest* sebesar 11.00 bertambah menjadi 11.44 pada hasil *posttest* dan di dapatkan *p value* sebesar 0,008, hal ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kelancaran ASI pada kelompok kontrol. Kemudian untuk melihat perbedaan kelancaran ASI pada kelompok Intervensi dan Kontrol dari Uji *Mann Whitney* di dapatkan hasil *p value* sebesar 0,020 yang artinya terdapat pengaruh pemberian perawatan payudara terhadap kelancaran ASI.

Berdasarkan jumlah responden kelompok Intervensi sebanyak 16 responden, dan jumlah kelompok Kontrol 16 responden. Pada kelompok Intervensi *Pretest* rata-rata (11,13) sebelum dilakukannya perawatan payudara. Setelah dilakukan perawatan payudara, Intervensi *Posstest* rata-rata bertambah menjadi (12,25) dan di dapatkan *p value* sebesar

0,000. Sedangkan pada kelompok kontrol *Pretest* (11,00) kemudian setelah dilakukan perawatan payudara bertambah menjadi (11,44) pada hasil kelompok kontrol *Posttest* dan di dapatkan *p value* sebesar (0,008). Kemudian untuk melihat perbedaan kelancaran ASI pada kelompok *intervensi* dan *kontrol* dapat dilihat dari *uji mann whitney* pada hasil *p value* sebesar (0,020) yang terdapat terdapat pengaruh pemberian perawatan payudara terhadap kelancaran ASI.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pemberian perawatan payudara pada ibu nifas berpengaruh terhadap kelancaran ASI ibu, hal tersebut dibuktikan dengan didapaknya nilai *p value* sebesar 0,000. Perawatan payudara yang dilakukan pada ibu nifas yang dilakukan selama tiga hari ini ternyata terbukti dapat meningkatkan kelancaran ASI ibu nifas yang diperoleh dari nilai kuesioner sebelum dan setelah dilakukannya perawatan payudara serta dari respon ibu nifas yang mengatakan lancarnya ASI ibu.

Rata-rata kelancaran ASI pada kelompok kontrol mengalami peningkatan yang sedikit, dari hasil *pretest* sebesar 11.00 bertambah menjadi 11.44 pada *posttest*. Karena pada kelompok kontrol sebagian responden tidak melakukan perawatan payudara dikarenakan pemahaman ibu tentang perawatan payudara masih kurang, karena kurangnya informasi yang di peroleh dan memang benar-benar tidak mengetahui apa itu perawatan payudara. Sehingga ibu merasakan ASI tidak lancar dan beberapa faktor lainnya seperti makanan, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, puting susu rata dan faktor obat-obatan. Agar terhindar dari hal tersebut, dianjurkan pada ibu Nifas untuk merawat payudara dan makanan yang bergizi.

Sebagian responden sudah melakukan perawatan payudara tetapi produksi ASI tidak lancar disebabkan oleh kurangnya stimulasi menyusui pada bayi sehingga ASI sulit untuk dikeluarkan dan volume ASI tidak bertambah. Sedangkan responden yang tidak melakukan perawatan payudara tetapi produksi ASI lancar disebabkan oleh jumlah anak dan jarak anak yang terlalu dekat sehingga produksi ASI ibu lancar.

Perawatan payudara atau yang dikenal dengan istilah *breast care* merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas yang bertujuan untuk memperlancar produksi ASI. Perawatan payudara yang dilakukan ketika sesudah melahirkan atau masa nifas menyebabkan sirkulasi darah menjadi lancar dan mencegah terjadinya sumbatan saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI (Anwar, Andika and Rosdiana, 2021). Hal tersebutlah yang menyebabkan lancarnya produksi ASI ibu nifas.

Perawatan payudara pada penelitian ini dilakukan pada hari pertama sampai hari ketiga postpartum yang dilakukan sebanyak 2 kali dalam sehari dengan durasi waktu kurang lebih 30 menit. Perawatan payudara atau yang dikenal dengan *breast care* ini dapat mempengaruhi produksi ASI ibu. Ibu yang teratur melakukan perawatan payudara produksi ASInya lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukannya (Wahyuningsih Sri, 2019).

Kemudian penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmatia, dkk yang mana pada penelitiannya didapatkan hasil ada pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas dengan nilai *p value* = 0,000. Sedangkan untuk kelompok kontrol didapatkan nilai *p value* = 0,083, hal ini menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perawatan payudara tidak memberikan hasil yang bermakna terhadap kelancaran ASI ibu (Rahmatia, Harliani and Basri, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Sitti Mukarramah, dkk menjelaskan bahwa produksi ASI ibu yang melakukan perawatan payudara lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara dan terdapat pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar yang dilihat dari terdapatnya perbedaan produksi ASI yang signifikan antara kelompok

perlakuan dengan kelompok kontrol dengan nilai t hitung sebesar 10,512 lebih besar dari t tabel sebesar 2,000 dan nilai $\rho = 0,000 < 0,05$ (Mukarramah, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Lilis Fatmawati, dkk menjelaskan bahwa terjadinya peningkatan pengeluaran ASI sesudah diberikannya perawatan payudara pada ibu menyusui, dimana sebelum dilakukan perawatan payudara nilai rata-rata pengeluaran ASI didapatkan sebesar 40,89 dan setelah dilakukan perawatan payudara nilai rata-rata pengeluaran ASI mengalami peningkatan menjadi 77,50 dan didapatkan nilai p value sebesar 0,000 yang artinya ada pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum (Fatmawati, Syaiful and Wulansari, 2019). Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dengan dilakukannya perawatan payudara pada hari pertama sampai dengan hari ketiga ibu nifas yang dilakukan sebanyak dua kali dalam sehari terbukti berpengaruh terhadap kelancaran ASI ibu nifas.

Menurut asumsi peneliti terkait perawatan payudara yang dilakukan kepada ibu nifas hari pertama sampai ketiga ibu nifas memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kelancaran ASI ibu. Hal ini dibuktikan dengan setelah dilakukannya perawatan payudara kepada ibu nifas dihari pertama dijumpai saluran ASI ibu mulai terbuka perlahan, yang awalnya tidak ada pengeluaran ASI pada payudara ibu setelah dilakukannya perawatan payudara didapati mulai keluarnya ASI pada pori-pori atau saluran yang terdapat pada puting susu ibu. Hari kedua didapati makin banyaknya lagi saluran yang terbuka pada sekitar puting susu dan areola ibu yang ditandai dengan adanya pengeluaran ASI yang lebih banyak pada pori-pori atau saluran ASI ibu di puting. Begitu juga dengan hari ketiga yang dijumpai pengeluaran ASI ibu sudah lancar dan adanya rasa senang yang dijumpai langsung pada ibu karena ibu berhasil memberikan susu pada bayinya. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa dengan perawatan payudara pada ibu Nifas dapat melancarkan ASI ibu.

D. Penutup

Pada penelitian ini didapatkan seluruh responden berada pada rentang usia 20-35 tahun (100%), sedangkan pada tingkat pendidikan di dapatkan mayoritas responden berada pada tingkat pendidikan menengah, yakni 23 responden (72%). Kemudian untuk pekerjaan di dapatkan mayoritas responden tidak bekerja sebanyak 29 responden (29%). Rata-rata kelancaran ASI pada kelompok intervensi mengalami peningkatan, didapatkan hasil *pretest* sebesar 11.13 bertambah menjadi 12.25 pada hasil *posttest*. Sedangkan rata-rata kelancaran ASI pada kelompok kontrol mengalami peningkatan yang sedikit, dari hasil *pretest* sebesar 11.00 bertambah menjadi 11.44 pada *posttest*. Terdapat pengaruh yang signifikan dari perawatan payudara terhadap kelancaran ASI ibu menyusui dengan nilai p value sebesar 0,020.

Daftar Pustaka

- Anwar, C., Andika, F. and Rosdiana, E. (2021) 'Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Peran Tenaga Kesehatan dengan Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lamteuba Kecamatan Seulimum Aceh Besar Relationship of Knowledge, Attitudes and Role of Health Workers with Breast Car', *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(1).
- Arifa Yusrina dan Shrimarti Rukmini Devy, 2016. Faktor Yang Mempengaruhi Niat Ibu Memberikan ASI Eksklusif Dikelurahan Magesari, Sidoarjo, *Jurnal promkes*, 4(1), 11-21.
- Ayuningtyas, I. F. (2019) *Kebidanan Komplementer*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Fathmawati, L, Syaiful, Y, and Wulansari, N. A (2019). Pengaruh Perawatan Payudara

- Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Postpartum (The Effesct Of Breast Care In The Milk Output Of Post Partum Mother) Lilis Fatmawati, Yuanita Syaiful, Nur Afni Wulansari Pendahuluan Air Susu Ibu (ASI) Perawatan Payudara seb', *Journal Of Ners Community*, 10(November), pp. 169-184.
- Kemendes RI (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, *Kemendrian Kesehatan RI*, 53(9), pp. 1689-1699.
- Kemendes RI (2020) *Laporan Kinerja Kemendrian Kesehatan Tahun 2020*. Jakarta.
- Khasanah, N (2013) *ASI atau Susu Formula Ya? Panduan Lengkap Seputar ASI dan Susu Formula*. Yogyakarta: Flash Books.
- Kumalasari, I. (2015) *Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir Dan Kontrasepsi*, Jakarta: Salemba Medika.
- Lestari, R, R, 2018, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2 (1), Hal. 131-136, Doi : 10.31004/ Obsesi.v2i1.17.
- Laurensius Arliman S (2023). Perlindungan Konsumen Sebagai Hak Asasi Manusia, *Ensiklopedia of Journal*, Volume 5, Nomor 3, 2022, 240-250.
- Maria Margareta Hutajulu, *Space Occupying Lesion*, *Ensiklopedia of Journal*, Volume 1, Nomor 1, 2018, 279-284.
- Mukarramah, S. (2021). *Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Kassi-Kassi, Makassar, Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), p. 11. doi: 10.32382/jmk.v12i1.2143.
- Rahmatia, S., Harliani, H. and Basri, M. (2019). *Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Nifas di RSUD Syeh Yusuf Kabupaten Gowa, Nursing Inside Community*, 1(3), pp. 68–73. doi: 10.35892/nic.v1i3.197.
- Roesli, U. (2013). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Mona Dewi Utari, Nia Desriva. 2021. *Efektivitas Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di RS PMC*. Maret 2021.
- Wahyuningsih Sri (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Post Partum Dilengkapi Dengan Panduan Persiapan Praktikum Mahasiswa Keperawatan*. Jember: CV Budi utama.
- WHO (2020). *Infant and Young Child Feeding*.