

Description of Breast Care on Milk Production in Post-Partum Mothers in the Independent Practice of the Midwife Helen Tarigan and the Sahtama Clinic, Medan District Profits of 2021

Jujuren Br Sitepu^{1*}, Arihta Sembiring², Betty Mangkuji³
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Corresponding Author: Jujuren Sitepu sitepujujuren@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Breast Milk, Milk Production, Breast Care, Post-Partum Mothers

Received : 03, April

Revised : 10, May

Accepted: 15, June

©2023 Sitepu, Sembiring, Mangkuji:
This is an open-access article
distributed under the terms of the
[Creative Commons Atribusi 4.0
Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

Unsmooth milk production is one of the factors causing failure in exclusive breastfeeding. Performing breast care can increase milk production in post-partum mothers. The purpose of this study was to determine the description of breast care in post-partum mothers on the frequency of breastfeeding babies on days 3 to 16 post-partum. This type of research uses the Analytical Descriptive method which serves to provide an overview of an object under study through data or samples collected without conducting analysis and making conclusions that apply to the public. The sample in this study were 12 mothers who breastfed their babies by doing breast care. Data analysis used in this research is univariate analysis. The results showed that 10 respondents had good milk production and 2 respondents had bad milk production after breast care. Poor milk production is caused by the mother's lack of knowledge and experience about breast care and how to breastfeed the baby properly. The conclusion from this study is that breast care is effective in increasing milk production because it is able to stimulate the milk glands in the breast so that milk production is more abundant and smooth by keeping the breasts clean and well cared for (nipples) because when breastfeeding the mother's breasts direct contact with the baby's mouth. It is hoped that the family will add more insight and knowledge about the benefits of breast care for milk production in post-partum mothers.

Gambaran Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post-Partum di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021

Jujuren Br Sitepu^{1*}, Arihta Sembiring², Betty Mangkuji³

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Corresponding Author: Jujuren Sitepu sitepujujuren@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: ASI, Produksi ASI, Perawatan Payudara, Ibu Post Partum

Received : 03, April

Revised : 10, Mei

Accepted: 15, Juni

©2023 Sitepu, Sembiring, Mangkuji:
This is an open-access article
distributed under the terms of the
[Creative Commons Atribusi 4.0
Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Produksi ASI yang tidak lancar menjadi salah satu faktor penyebab kegagalan dalam pemberian ASI secara eksklusif. Salah satu usaha untuk memperbanyak ASI adalah dengan menyusui bayi secara teratur. Melakukan perawatan payudara dapat menambah produksi ASI pada ibu post partum. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perawatan payudara pada ibu post partum terhadap frekuensi menyusui bayi pada hari ke 3 sampai 16 post partum. Jenis penelitian ini menggunakan metode Deskriptif Analitik yang berfungsi untuk memberikan gambaran suatu objek yang diteliti melalui data atau sampel yang dikumpulkan tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum. Sampel dalam penelitian ini adalah 12 ibu yang menyusui bayi dengan melakukan perawatan payudara. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat. Hasil penelitian diperoleh responden yang produksi ASI baik sebanyak 10 responden dan yang produksi ASI tidak baik sebanyak 2 responden setelah dilakukan perawatan payudara. Produksi ASI tidak baik disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan pengalaman ibu tentang perawatan payudara dan cara menyusui bayi yang benar. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Perawatan payudara efektif dalam peningkatan produksi ASI dikarenakan mampu merangsang kelenjar-kelenjar air susu yang ada di dalam payudara sehingga produksi ASI lebih banyak dan lancar dengan cara menjaga agar payudara senantiasa bersih dan terawat (putting susu) karena saat menyusui payudara ibu akan kontak langsung dengan mulut bayi. Diharapkan kepada keluarga agar lebih menambah wawasan dan pengetahuan tentang manfaat perawatan payudara terhadap produksi ASI pada ibu post partum.

PENDAHULUAN

Menyusui selektif belum sesuai. Ini terlihat dalam memasukkan susu selektif. Tingkat pemberian susu selektif untuk bayi matur 0-6 bulan bervariasi. Dampak dari SDKI, 2017 inklusi menyusui adalah 32% dan muncul peningkatan mencapai 52% di 2017. Seperti yang diperlihatkan oleh informasi Dinas Kesehatan Provinsi, penyusuan susu restriktif selama setengah tahun di 2013 sebesar 54,3% dan meningkat menjadi 37,3%.(1)

Pemberian susu restriktif tidak dilakukan dengan alasan susu ibu tidak keluar atau keluar sedikit saja sehingga tidak mengatasi masalah anak. Berkurangnya pembuatan susu ibu saat sesudah lahir diakibatkan karena tidak adanya stimulasi zat oksitosin dan prolaktin berlaku penting untuk kefasihan pembuatan susu ibu, menimbulkan susu ibu nggak lancar sesudah lahir, anak mengalami masalah isapan, dan areola ibu tidak mantap.(2)

Susu ibu sedikit, penjelasannya karena ibu pasca lahiran belum paham tentang merawat mammae. Merawat mammae ialah aktivitas merawat mammae dilaksanakan oleh ibu pasca lahiran, sendiri atau dibantu suaminya dari sehari atau dua hari sesudah lahiran.(3)

Merawat mammae bertujuan untuk menjaga kebersihan mammae agar terhindar dari peradangan, meningkatkan pembuatan susu ibu dengan cara menstimulasi gland mammae melalui pengurutan, mencegah pembendungan atau pembesaran mammae, melenturkan dan memperkuat areola, membedakan kelainan areola dini dan melakukan upaya untuk menanganinya.(4)

Tinjauan yang mendasari pada bulan September 2021 melalui wawancara yang dipimpin oleh pengkaji kepada salah satu pekerja di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan didapatkan jumlah ibu hamil sebanyak 15 orang, 8 orang di antaranya mengatakan khawatir tentang kemungkinan bahwa ibu tidak dapat memberikan susu restriktif disebabkan oleh perkembangan susu ibu yang tidak lancar.

Berdasarkan landasan di atas, penyusun ingin mengadakan suatu penelitian yang diberi judul "Gambaran Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021".

TINJAUAN PUSTAKA

ASI (Air Susu Ibu) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, lactose dan garam-garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi (Haryono dan Setianingsih, 2014). Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi, khususnya bayi berusia 0-6 bulan, yang fungsinya tidak dapat tergantikan oleh makanan dan minuman apapun. Pemberian ASI merupakan pemenuhan hak bagi setiap ibu dan anak. Mengandung zat gizi sesuai kebutuhan bayi yang berguna untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan fisik serta

kecerdasan. 2. Melindungi bayi dari alergi. 3. Aman dan terjamin kebersihannya, karena langsung disusukan kepada bayi dalam keadaan segar.

Pemberian susu restriktif tidak dilakukan dengan alasan susu ibu tidak keluar atau keluar sedikit saja sehingga tidak mengatasi masalah anak. Berkurangnya pembuatan susu ibu saat sesudah lahiran diakibatkan karena tidak adanya stimulasi zat oksitosin dan prolaktin berlaku penting untuk kefasihan pembuatan susu ibu, menimbulkan susu ibu nggak lancar sesudah lahiran, anak mengalami masalah isapan, dan areola ibu tidak mantap.

Susu ibu sedikit, penjelasannya karena ibu pasca lahiran belum paham tentang merawat mammae. Merawat mammae ialah aktivitas merawat mammae dilangsungkan oleh ibu pasca lahiran, sendiri atau dibantu suaminya dari sehari atau dua hari sesudah lahiran.

METODOLOGI

Jenis pengkajian diatas ialah pengkajian Deskriptif Analitik. Seperti ditunjukkan oleh Sugiono (2013), Deskriptif analitik adalah strategi yang berfungsi untuk menggambarkan atau memberikan garis besar suatu item yang dipusatkan melalui informasi atau tes yang dikumpulkan apa adanya tanpa menyelidiki dan menyebabkan tujuan yang berlaku untuk umum. (12)

Kerangka Konseptual

Struktur gagasan eksplorasi yang diberi nama “Gambaran Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021” adalah:

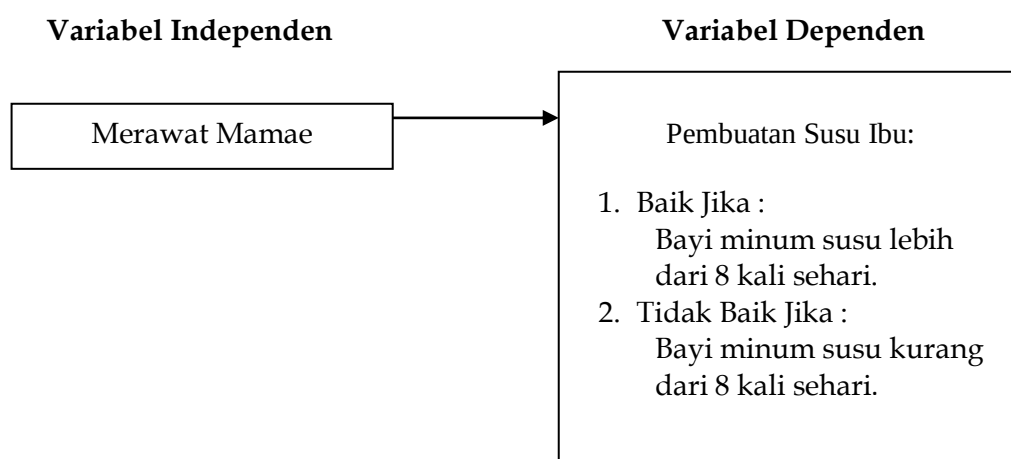


Figure 1. Gambaran Perawatan Payudara

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini ditujukan kepada 12 responden Ibu pasca lahiran normal pada hari ke 3 sampai 16. Dilakukan 2 kali sehari. Data dikumpulkan dari jumlah bayi minum ASI dalam sehari. Alasan pemilihan informasi dalam penelitian agar diketahui Gambaran Perawatan Payudara Terhadap Produksi

ASI pada Ibu Post Partum di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021. Hasil penelitian disajikan sebagai berikut:

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Ibu Post-Partum di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021

No	Karakteristik Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
Umur (Tahun)			
1.	≤ 20 Tahun	3	25%
2.	20 - 25 Tahun	4	33,3%
3.	26 – 30 Tahun	5	41,7%
Jumlah		12	100%
Pendidikan			
1.	SMP	5	41,7%
2.	SMA	4	33,3%
3.	Perguruan Tinggi	3	25%
Jumlah		12	100%
Paritas			
1.	Primipara	4	33,3%
2.	Multipara	8	66,7%
Jumlah		12	100%

Pada tabel diatas menunjukkan distribusi karakteristik Ibu Post-Partum di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama mayoritas responden berusia 26 – 30 Tahun sebanyak 5 orang (41,7%) dan miyoritas responden berusia ≤ 20 Tahun sebanyak 3 orang (25%); mayoritas pendidikan responden adalah SMP sebanyak 5 orang (41,7%) dan miyoritas pendidikan responden adalah Perguruan Tinggi sebanyak 3 orang (25%); dan mayoritas paritas responden adalah multipara sebanyak 8 orang (66,7%) dan miyoritas paritas responden adalah primipara sebanyak 4 orang (33,3%).

Perawatan Payudara

Tabel 2. Distribusi Ibu Post-Partum yang Melakukan Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021

No.	Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Dilakukan	12	100%
2.	Tidak Dilakukan	0	0%
Jumlah		12	100%

Pada tabel diatas menunjukkan semua ibu post-partum yang melakukan perawatan payudara.

Produksi ASI

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Bayi Minum ASI Pada Ibu Post-Partum di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021

No.	Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	10	83,3%
2.	Tidak baik	2	16,7%
Jumlah		12	100%

Pada tabel diatas menunjukkan distribusi produksi ASI ibu pasca lahiran yang baik sebanyak 10 orang (83,3%), dan produksi ASI ibu ibu pasca lahiran yang tidak baik sebanyak 2 orang (16,7%).

PEMBAHASAN

Masalah yang dihadapi ibu pasca lahiran di hari sesudah lahiran ialah pembuatan susu ibu yang sedikit. Mengakibatkan total ibu pasca lahiran yang cemas atas kebutuhan susu anak mereka. Rendahnya pembuatan susu di hari sesudah lahiran dapat diakibatkan karena sedikitnya stimulasi zat prolaktin dan oksitosin dimana berlaku penting demi pembuatan susu ibu.

Makanya, pengkaji menyarankan buat mengurus persoalan tersebut melalui merawat mammae buat kefasihan pembuatan susu ibu. Merawat mammae sangat ampuh karena mampu menstimulasi gland susu di mammae, sehingga pembuatan susu lebih banyak dan lancar dengan menjaga mammae (aerola) tetap

bersih dan terawat karena saat menyusui mammae ibu akan bersentuhan langsung dengan mulut anak.

Seperti yang dikemukakan oleh Rosyati,dkk (2016), Manfaat merawat mammae adalah untuk menjaga kebersihan aerola, mencegah berbagai penyakit, memperkuat aerola, menstimulasi gland susu di mammae sehingga pembentukan susu lebih banyak dan lancar, mengidentifikasi kelainan di mammae, dapat mengurangi pembendungan susu, mastitis, dan abses di mammae. (17)

Pengkajian merawat mammae diarahkan pada 12 ibu pasca lahiran. Merawat mammae dilakukan pada ibu pasca lahiran di hari ke 3 sampai ke 16. Pembuatan susu ibu pada responden diperiksa melalui jumlah anak yang minum ASI.

Dalam pengkajian ini, terlihat bahwa responden yang pembuatan susu ibu baik sebanyak 10 responden, dengan anak-anak minum susu 8 sampai 9 kali setiap hari sesudah merawat mammae. Pembuatan susu ibu baik disebabkan oleh pemahaman responden dalam merawat mammae dengan tepat.

Sedangkan responden yang pembuata susu ibu tidak baik sebanyak 2 responden, dengan anak minum ASI 6 sampai 7 kali sehari sesudah merawat mammae. Pembuatan susu ibu tidak baik diakibatkan minimnya penangkapan dan kepandaian ibu mengenai merawat mammae yang tepat.

Seperti yang dikemukakan oleh Astuti (2015), Salah satu unsur yang dapat mempengaruhi pembuatan susu ibu ialah badan ibu, dimana ibu berumur dibawah 35 tahun menghasilkan susu berlimpah ketimbang ibu yang sudah mapan. (18)

Tingkat pendidikan ibu pasca lahiran juga memiliki dampak yang signifikan dalam pengkajian ini, dimana ibu yang mempunyai pengetahuan tinggi biasanya terima untuk mengakui perkembangan baru yang bertautan lewat menyusui anaknya.

KESIMPULAN

Sesuai hasil pengkajian mengenai Gambaran Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021, kesimpulannya ialah:

1. Perawatan payudara dilakukan pada ibu hari ke 3 sampai ke 16 post partum primipara dan multipara berjumlah 12 responden.
2. Pada responden dilakukan perawatan payudara yang produksi ASI baik sebanyak 10 responden, dan yang produksi ASI tidak baik sebanyak 2 responden.

3. Perawatan payudara sangat efektif karena mampu menstimulasi kelenjar susu di mammae sehingga produksi ASI lebih banyak dan lancar, dengan menjaga agar mammae (aerola) bersih dan terawat.

REKOMENDASI

1. Diharapkan para mahasiswa Prodi Kebidanan Medan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan mampu menggunakan hasil dari pengkajian ini sebagai bahan pemahaman, masukan dan perbandingan bagi mahasiswi yang akan melakukan pengkajian lebih lanjut dengan variabel yang berbeda.
2. Didambakan petugas medis yang bertugas di Praktek Mandiri Bidan Helen Tarigan dan Klinik Sahtama Kecamatan Medan Tuntungan ini akan terus menunjukkan cara merawat mammae pada ibu pasca lahiran dan tetap mendukung ibu demi menyusui secara eksklusif.
3. Didambakan ibu pasca lahiran mampu mengikuti program ASI Eksklusif dan memperoleh data tentang perawatan payudara dan menerapkannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggeriani R. Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Cendekia Med.* 2018;3.
- Arikunto S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis.* Jakarta : Rineka Cipta. 2014;
- Astutik RY. *Payudara dan Laktasi.* Jakarta: Salemba Medika. 2014;
- Astutik. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui.* Jakarta: Trans Info Media; 2015.
- Haryono R dan SS. *Manfaat ASI Eksklusif Untuk Buah Hati Anda.* Yogyakarta: Gosyen Publising. 2021;
- Hidayat AA. *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data.* Jakarta: Salemba Medika. 2010;
- <https://www.google.com/search?q=asi+menurut+para+ahli&oq=asi+menurut+para+ah&aqs=chrome.0.0i512j69i57j0i15i22i30j0i22i30l7.5646j0j9&sourceid=chrome&ie=UTF-8>
- Isnaini, N & Diyanti R. Hubungan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015. 2015;1(5), 91-97.
- Oktavia N. *Sistematika Penulisan Karya Ilmiah.* Yogyakarta: DEEPUBLISH (Grup Penerbit CV BUDI UTAMA). 2015;
- Pramitasari. S dan RD. *Perawatan Payudara.* Yogyakarta: Nuha Medika. 2022;
- Pramono, & Paramita A. *Jurnal Ekologi Kesehatan Vol.14 No:2. Analisis Pola dan Faktor Lama Pemberian ASI Tahun 2013.* 2015;158.
- Rosyati & S. *Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara.* Jakarta. 2016;
- Setiawandari. *Perbedaan Pengaruh Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post partum di Rumah Sakit Ibu dan Anak IBI Surabaya.* Tesis. Universitas Sebelas Maret. Surakarta. 2014;
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.* 2017;
- Sutanto AV. *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui.* Yogyakarta: Pustaka Baru Press. 2018;
- Suwarno W. *Ilmu Perpustakaan & Kode Etik Pustakawan.* Jogjakarta: Ar Ruzz

Media. 2015;

Tonasih VMS. Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui. Yogyakarta: K Media. 2019;

Widuri H. Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja. Yogyakarta: Gosyen Publising. 2013;