

Breastfeeding Mothers' Knowledge About Breast Care In Increasing Breast Milk Production

Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Perawatan Payudara Dalam Meningkatkan Produksi ASI

Rizka Angrainy¹, Berliana Irianti², Damai Yati Arefa³, Nelly Karlinah⁴

^{1,3}Institut Kesehatan Helvetia Pekanbaru, Pekanbaru, Indonesia

^{2,4}Universitas Hang Tuah, Pekanbaru, Indonesia

Email: rizkaangrainy@helvetia.ac.id

Article Info

Article history

Received date: 2023-11-13

Revised date: 2024-08-14

Accepted date: 2024-08-15



Abstract

The rate of exclusive breastfeeding according to WHO in 2018 was 50%. Indonesia's exclusive breastfeeding rate in 2021 is 56.9%. Based on existing data, there are still many breastfeeding mothers who do not understand breast care. The aim of this research is to determine the knowledge of breastfeeding mothers regarding breast care in increasing breast milk production. This research uses a quantitative type with a descriptive design. The population in this study was 44 people. The number of samples in this study was 44 people taken using total sampling technique. The results of this study showed that the majority of breastfeeding mothers' knowledge about breast care in increasing breast milk production was sufficient, as many as 20 respondents (45.5%). It is hoped that breastfeeding mothers will seek more information about breast care to increase breast milk production from health workers, journals and print media as well as increase good knowledge about breast care.

Keywords :

Knowledge, Breast Care, Breast Milk Production

Abstrak

Angka pemberian ASI eksklusif menurut WHO tahun 2018 sebesar 50%. Indonesia angka pemberian ASI eksklusif pada tahun 2021 yaitu sebesar 56,9%. Berdasarkan data yang ada, masih banyak ibu menyusui yang belum mengerti tentang perawatan payudara. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu menyusui tentang perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI. Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan desain deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 44 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 44 orang yang diambil dengan teknik total sampling. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas pengetahuan ibu menyusui tentang perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI adalah cukup sebanyak 20 responden (45,5%). Bagi ibu menyusui diharapkan lebih banyak mencari informasi tentang perawatan payudara untuk meningkatkan produksi ASI dari tenaga kesehatan, jurnal, dan media cetak serta meningkatkan pengetahuan yang baik tentang perawatan payudara.

Kata Kunci :

Pengetahuan, Perawatan Payudara, Produksi ASI

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi. ASI secara alami dan sempurna telah disesuaikan dengan kebutuhan bayi baru lahir. ASI mengandung jumlah nutrisi

yang tepat dan memberikan nutrisi pada bayi. ASI juga mengandung antibodi penting yang diberikan dari ibu yang membantu untuk melindungi bayi terhadap sejumlah infeksi [1].

Cakupan ASI eksklusif dunia masih sangat rendah dan masih belum mencapai target yaitu paling sedikit 50 %. Cakupan pemberian ASI eksklusif di berbagai negara juga masih sangat rendah, seperti di Afrika Tengah 25%, Amerika Latin dan Karibia 32%, Asia Timur 30%, Asia Selatan 47%, dan negara berkembang sebanyak 46%. Secara keseluruhan, kurang dari 40 persen anak di bawah usia enam bulan diberi ASI Eksklusif. Capaian pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 65,16 % belum mencapai target nasional (80%) [2]

Sustainable Development Goals (SDGs) memiliki 17 tujuan yang diharapkan dapat menanggulangi berbagai masalah kesehatan. Salah satu tujuan SDGs mempunyai kaitan erat dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI), yaitu pemberian ASI eksklusif diharapkan dapat meningkatkan status kesehatan ibu dan anak, meningkatkan *Intelligence Quotient (IQ)* anak, dan dalam segi ekonomi yaitu menekan pengeluaran pembelian susu formula [3]

World Health Organization (WHO, 2019), menunjukan 17.230.142 ibu di dunia mengalami permasalahan pada payudara pada saat menyusui. Ada sekitar 22,5% ibu yang mengalami masalah pada puting susu lecet, 42% payudara bengkak, 18% mengalami ASI yang tidak keluar secara normal atau tidak lancar, 11% mengalami mastitis dan abses payudara (6,5%). Akibat dari permasalahan tersebut bayi yang seharusnya mendapatkan ASI secara eksklusif malah tidak diperolehnya, dan hanya diberikan susu formula saja [4] [5].

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2020 dari 21 Puskesmas, Puskesmas urutan yang paling terendah pemberian ASI pertama terdapat di Puskesmas Langsung Kecamatan Sukajadi terdapat jumlah bayi seluruhnya 188 bayi, dan persentasenya 19,3%, urutan yang kedua terendah di Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Tampan terdapat jumlah bayi 169 bayi dan persentase 22,4%. Jumlah keseluruhan bayi yang terdapat di 21

Puskesmas 6.506 bayi dan persentase yang mendapat ASI berjumlah 46,8% [6].

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 didalam tubuh ibu postpartum serta menghindari resiko terjadinya pembengkakan atau bendungan/ penyumbatan pada saluran puting susu saat masa laktasi [7] [8].

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI salah satunya adalah perawatan payudara. Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara sehingga mempengaruhi pengeluaran ASI [9]. 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 [1] [10].

Ibu menyusui tidak akan mengalami kesulitan dalam pemberian ASI apabila sejak awal mengetahui bagaimana perawatan payudara yang tepat dan benar. 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 [11] [12].

Pengetahuan yang baik tentang perawatan payudara akan membantu ibu dalam mengurangi masalah yang sering terjadi pada saat menyusui bayinya. Ada beberapa faktor penghambat yang sering dialami ibu dalam menyusui bayinya seperti : puting susu terbenam, ASI keluar sedikit, puting susu lecet, pembengkakan dan nyeri pada payudara. Jika tidak segera diatasi permasalahan-permasalahan tersebut akan semakin parah atau serius, oleh karena itu ibu harus bisa melakukan

perawatan payudara dengan baik dan benar agar program ASI eksklusif dapat terpenuhi [4]

Berdasarkan Survey awal yang dilakukan oleh peneliti di PMB Rosita, peneliti melakukan wawancara kepada 4 orang ibu menyusui 1 orang (25%) menyatakan lancar ASI dengan tidak menyatakan adanya keluhan namun 3 orang (75%) menyatakan keluhan tidak lancar ASI karena mereka tidak mengetahui tentang bagaimana melakukan perawatan payudara yang baik sehingga menyebabkan 3 orang ibu menyusui untuk memilih memberhentikan proses menyusui dengan memberikan bayi mereka dengan susu formula. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan Tentang Perawatan Payudara Dalam Meningkatkan Produksi ASI Di PMB Rosita Kota Pekanbaru Tahun 2022.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis *kuantitatif* dengan desain *deskriptif*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni-Oktober 2022. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 44 orang ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan. yang berada di PMB Rosita Kota Pekanbaru tahun 2022. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer dan sekunder. Teknik analisa data yang digunakan adalah analisa *univariat*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru pada bulan Juni-Oktober tahun 2022, maka hasil penelitian dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

1. Data Umum

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 38 orang (86,4%). Berdasarkan pendidikan dapat dilihat

bahwa mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 23 orang (52,3%) berdasarkan pekerjaan dilihat bahwa mayoritas responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak 40 orang (90,9%). Berdasarkan umur bayi dapat dilihat bahwa mayoritas bayi berumur 1-3 bulan sebanyak (52,3%), berdasarkan jumlah anak dapat dilihat bahwa mayoritas ibu yang memiliki anak dengan jumlah 1-3 sebanyak 36 orang (81,8%).

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Umur Bayi, dan Jumlah Anak di PMB Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru Tahun 2022

Karakteristik	Frekuensi	Persentasi %
Umur ibu		
<20	1	2,3%
20-35	38	86,4%
>35	5	11,4%
Total	44	100%
Perndidikan terakhir		
SMP	15	34,1%
SMA	23	52,3%
Perguruan tinggi	6	13,6%
Total	44	100%
Pekerjaan		
Karyawan swasta	2	4,5%
Wiraswasta	2	4,5%
Ibu rumah tangga	40	90,9%
Total	44	100%
Umur bayi		
1-3 bulan	23	52,3%
4-6 bulan	21	47,7%
Total	44	100%
Jumlah anak		
1-3	36	81,8%
> 3	8	18,2%
Total	44	100%

Sumber : Data Primer (2022)

Analisis Univariat

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa mayoritas pengetahuan ibu menyusui tentang perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI yaitu cukup sebanyak 20 responden (45,5%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Responden di PMB Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru Tahun 2022

Pengetahuan	Frekuensi (Responden)	Presentasi (%)
Kurang	8	18,2%
Cukup	20	45,5%
Baik	16	36,4%
Total	44	100%

Sumber: Data primer (2022)

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru tahun 2022 pada 44 responden ibu menyusui tentang gambaran pengetahuan ibu menyusui bayi usia 0-6 bulan tentang perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI, didapatkan bahwa responden yang berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 8 responden (18,2%). Responden dengan berpengetahuan cukup sebanyak 20 responden (45,5%), dan responden dengan berpengetahuan baik yaitu sebanyak 16 responden (36,4%).

Menurut Notoadmojo (2011), Pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca Indera yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Perawatan payudara pada masa nifas bertujuan memperbanyak atau memperlancar produksi ASI. Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara dan mempengaruhi hipofise untuk

mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan hormon oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI (Yuli dalam Nurhidayah [14].

Perawatan payudara setelah melahirkan bertujuan agar payudara senantiasa bersih dan mudah dihidap oleh bayi. Bagi seorang Wanita payudara adalah organ tubuh yang sangat penting bagi keberlangsungan perkembangan bayi yang baru dilahirkannya. Banyak ibu yang mengeluh bayinya tidak mau menyusui, bisa jadi disebabkan oleh factor teknis seperti putting susu yang masuk atau posisi yang salah. Selain factor teknis ini tentunya air susu ibu juga dipengaruhi oleh asupan nutrisi dan kondisi psikologis ibu. Perawatan payudara dan putting sangat penting dalam proses laktasi. Kedua perawatan ini seringkali menjadi penyelamat bagi ibu dalam melewati masa-masa awal menyusui yang kadang terasa sangat berat. Misalnya jika terjadi putting lecet seringkali lecetnya ringan saja. Awal yang baik niscaya membuat proses selanjutnya berjalan dengan baik pula. Dari awal yang baik tersebut tidak terlepas dari pengetahuan ibu sendiri dalam merawat payudaranya. Demikian halnya dengan menyusui, ibu lebih tahu tentang perawatan payudara maka cenderung mempunyai keinginan lebih besar dalam menyusui (Saryono dan R. Dyah dalam Nugrahani) [13]) [15]

Seseorang dikatakan mempunyai pengetahuan yang tinggi bila didukung oleh banyaknya sumber informasi yang didapat. Semakin banyak informasi yang didapatkan akan semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya dan sumber informasi haruslah akurat. Seseorang yang mempunyai sumber informasi lebih banyak memiliki pengetahuan yang luas diantaranya sumber informasi dan media informasi baik media cetak, elektronik dan tenaga kesehatan antara lain bidan menurut Rosyati [16].

Semakin ibu melakukan perawatan payudara dengan baik maka ASI pun akan lancar. Melakukan perawatan payudara hendaknya dimulai sedini mungkin yaitu saat setelah bayi lahir dan dilakukan dua kali sehari. Perawatan payudara dilakukan meliputi pengurutan

payudara, pengosongan payudara, pengompresan payudara dan perawatan puting susu menurut M Pollar dkk [17] [18] Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Parawita, dan Hikmah [19] [20] Dimana terdapat Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara dengan Pelaksanaan Perawatan Payudara. Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh [4] Dimana terdapat pengaruh perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI, dan penelitian Fitriani dan Katuuk [10], [11] Dimana terdapat hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan perawatan payudara pada ibu nifas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di PMB Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru Tahun 2022. Maka dapat diambil kesimpulan dalam penelitian ini adalah Mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 38 orang (86,4%), mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 23 orang (52,3%), mayoritas responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak 40 orang (90,9%), mayoritas bayi berumur 1-3 bulan sebanyak (52,3%), dan mayoritas ibu yang memiliki anak dengan jumlah 1-3 sebanyak 36 orang (81,8%). Mayoritas pengetahuan ibu menyusui tentang perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI yaitu cukup sebanyak 20 responden (45,5%).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] J. Nagtalon-Ramos, *Kesehatan Ibu & Bayi Baru Lahir (Pedoman Untuk Perawat dan Bidan)*. Buku Erlangga, 2017.
- [2] World Health Organization (WHO), "World Breastfeeding Week." Accessed: Jul. 10, 2024. [Online]. Available: <https://www.who.int/mediacentre/events/meetings/2015/world-breastfeeding-week/en/>
- [3] M. B. Hoelman, B. T. P. Parhusip, S. Eko, S. Bahagijo, and H. Santono, "Panduan

SDGs untuk Pemerintah Daerah (Kota dan Kabupaten) dan Pemangku Kepentingan daerah," Jakarta, 2016.

- [4] E. Wulandari, V. S. Mutiara, M. Oktarina, M. Yosiyanti, and B. Keraman, "Perawatan Payudara Meningkatkan Produksi ASI Ibu Nifas," *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, vol. 9, no. 1, 2022.
- [5] WHO, "Monitoring Health for The SDGs," Geneva, 2016.
- [6] Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, "Profil Kesehatan Kota Pekanbaru," Pekanbaru, 2020.
- [7] A. B. Bangun, "Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI di Klinik Grace Deli Tua Tahun 2018," Institut Kesehatan Helvetia, Medan, 2018.
- [8] H. W. Pertiwi and H. R. Ulfah, "Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Nifas," *Jurnal Kebidanan*, vol. 10, no. 1, 2018.
- [9] D. Maritalia, *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- [10] D. Fitriani, M. Oktarina, and K. M. Ayu, "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Dengan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu," *Jurnal Sains Kesehatan*, vol. 28, no. 1, 2021.
- [11] M. Katuuk and R. Kundre, "Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe," *Jurnal Keperawatan Unsrat*, vol. 6, no. 1, 2018.
- [12] T. Katharina, Lisnawati, and R. Laoly, "Hubungan Usia, Paritas dan Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Perawatan Payudara di Puskesmas Sungai Durian Tahun 2021," *Jurnal Kebidanan*, vol. 11, no. 2, pp. 623–629, Nov. 2021, doi: 10.33486/jurnal_kebidanan.v11i2.148.

- [13] I. Nugrahani, "Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di BPM Mulia Petirsari Pracimantoro Wonogiri." Surakarta, 2015.
- [14] Nurhidayah, E. Faizaturrahmi, and B. D. Fatmasari, "Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Perawatan Payudara pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Sembalun," *ProHealth Journal*, vol. 19, no. 1, pp. 11–20, 2022.
- [15] M. Lombogia, *Buku Ajar Keperawatan Maternitas : Konsep, Teori, Dan Modul Praktikum*, 1st ed. Yogyakarta: Indomedia Pustaka, 2017.
- [16] H. Rosyati and W. A. Sari, "Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur Tahun 2016," *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, vol. 12, no. 2, pp. 137–143, 2016.
- [17] M. Pollard, *ASI : Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC, 2016.
- [18] Y. Anggriani, Y. D. Fara, and F. Pratiwi, "Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*.
- [19] A. A. Prawita and M. Salima, "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara dengan Pelaksanaan Perawatan Payudara di Klinik Pratama Niar Medan," *Jurnal Bidan Komunitas*, vol. 1, no. 3, p. 133, Dec. 2018, doi: 10.33085/jbk.v1i3.3991.
- [20] N. Hikmah and I. Kurniawati, "Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di BPM Rofingah Fatmawati Sragen," *OVUM : Journal of Midwifery and Health Sciences*, vol. 1, no. 2, Oct. 2021.