

## **EFEKTIFITAS PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III**

**Nur Meity\*, Safra Ria Kurniati**

Program Studi Sarjana Keperawatan Stikes HangTuah Tanjungpinang

Email: nersmeity@gmail.com

### **ABSTRAK**

Menyusui adalah bagian dari proses reproduksi untuk bayi secara ideal dan secara alamiah. ASI awal telah efek positif untuk keduanya ibu dan bayi. Menyusui dapat mengurangi risiko kematian bayi karena hipotermi atau infeksi. Manajemen yang tepat diperlukan untuk membantu ibu menyusui secara efektif. Perawatan payudara adalah salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan sekresi ASI untuk primigravida semester III terutama selama antenatal care. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi efektivitas dari perawatan payudara untuk meningkatkan ASI pelepasan primigravida triwulan ketiga. Penelitian ini menggunakan desain quasy eksperimental dengan Pre tes dan Posttest Nonequivalent Grup Kontrol. Subjek penelitian ini adalah primigravida trimester ketiga di RB Kasih Murni dengan jumlah 32 responden. Data yang dikumpulkan menggunakan lembar laporan diri dan dianalisis menggunakan Wilcoxon dan Mann-Whitney tes dengan tingkat signifikansi  $\leq 0,05$ . Uji Wilcoxon dalam grup eksperimental ( $p=0,001 < 0,005$ ) menunjukkan bahwa ada perbedaan antara pretest dan posttest. Sementara dalam grup kontrol ( $p=0,414 > 0,05$ ) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara pretest dan posttest. Hasil tes Mann-Whitney menunjukkan bahwa perawatan payudara efektif untuk meningkatkan sekresi ASI ( $0,000 < 0,05$ ). Diharapkan untuk pekerja kesehatan terutama perawat untuk menyediakan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara selama kunjungan antenatal.

**Kata-Kata Kunci:** Trisemester III, Kelancaran Pengeluaran ASI, Primigravida

### **ABSTRACT**

*Breastfeeding is a part of reproduction process to feed baby ideally and naturally. Early breastfeeding has a positive effect on both mother and her baby. Breastfeeding can decrease the risk of death of the baby due to hypothermia or infection. Proper management is needed in order to help a mother breastfeed effectively. Breast care is one of the effective ways to improve breast milk secretion for primigravida third semester, especially during antenatal care. The purpose of this research was to identify the effectivity of breast care to improve breast milk secretion of primigravida third trimester. This research used the queasy experimental design with Pre-test and Post-test Nonequivalent Control Group. The subject of this research was primigravida third trimester in RB Kasih Murni which amounts to 32 respondents. Data were collected by using the self-report sheet and were analyzed by using Wilcoxon and Mann-Whitney test with a significance level  $\leq 0,05$ . The result of Wilcoxon test in the experimental group ( $p = 0,001 < 0,005$ ) showed that there was a difference between pretest and posttest. While in the control group ( $p = 0,414 > 0,05$ ) showed that there was no difference between pretest and posttest. The result of Mann-Whitney test showed that there was an effectivity of breast care to improve breast milk secretion ( $0,000 < 0,05$ ). It is recommended to health workers especially nurses to provide health education about breast care during an antenatal visit.*

*Keywords: Third Primigravida, Breast Milk Secretion, Breast Care*

### **PENDAHULUAN**

Tuhan Yang Maha Esa menganugerahkan perempuan untuk dapat mengandung, melahirkan, kemudian menyusui. Kodrat yang

diberikan kepada perempuan ini ditandai dengan perangkat reproduksi yang dimilikinya, yakni rahim yang merupakan tempat untuk tumbuh dan berkembangnya janin, dan

payudara untuk memproduksi ASI untuk menyusui sang buah hati kelak setelah dilahirkan. Selama masa kehamilan, ibu dan janin adalah unit fungsi yang tak terpisahkan. Nuli para, atau wanita tanpa anak, menjadi wanita yang mempunyai anak dan multipara, wanita yang memiliki anak, menjadi wanita yang memiliki anak-anak (Lederman, 1984). Dan primigravida merupakan seorang wanita yang hamil untuk pertama kalinya.

WHO menyatakan pemberian ASI eksklusif hingga usia enam bulan bisa mencegah kematian lebih dari 200 ribu bayi tiap tahun. Data menunjukkan dari 10 anak di dunia hanya 4 anak yang saat ini memperoleh ASI eksklusif. Menurut penelitian WHO menunjukkan banyak perempuan putus asa dalam memberikan ASI dan menggunakan susu formula sebagai penggantinya. Penelitian ini juga menunjukkan hanya 1 dari 5 negara di dunia yang benar-benar menerapkan aturan pemberian ASI eksklusif.

Riset kesehatan dasar (Riskesdas) menunjukkan pemeriksaan kehamilan dengan tenaga kesehatan sudah lebih baik, yaitu 84%. Akan tetapi masih ada 2,8 persen tidak melakukan pemeriksaan kehamilan, dan 3,2 persen masih memeriksakan kehamilan ke dukun.

Hasil Riskesdas 2013 menyatakan bahwa persentase proses mulai mendapat ASI kurang dari satu jam, IMD (insiasi menyusu dini) pada anak umur 0-23 bulan di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 34,5%. Persentase proses mulai mendapat ASI antara 1-6 jam sebesar 35,2%, persentase proses mulai mendapat ASI antara 7-23 jam sebesar 3,7%, sedangkan persentase proses mulai mendapat ASI antara 24-47 jam sebesar 13,0% dan persentase proses mulai mendapat ASI lebih dari 47 jam sebesar 13,7%. Jika proses menyusu ini dimulai dalam satu hari pertama, maka hanya 16% bayi yang dapat diselamatkan. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Kota Tanjungpinang, pada tahun 2013 jumlah ibu hamil 64.389 jiwa. Dengan jumlah kunjungan pertama ibu hamil (K1) 62.138 jiwa (96,5%). Kunjungan ke empat ibu hamil (K4) 58.743 jiwa (91,23%). Pada tahun 2012 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif berjumlah 42,51 %

dan terjadi peningkatan pada tahun 2013 menjadi 48,81%.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Tanjungpinang didapatkan data ibu hamil di kota Tanjungpinang pada tahun 2012 sasaran ibu hamil 6652 jiwa, yang melakukan pemeriksaan 6478 jiwa (97,4%). Pada tahun 2013 sasaran ibu hamil 6652 jiwa, yang melakukan pemeriksaan 6652 jiwa (100%). Pada tahun 2014 sampai dengan Oktober sasaran ibu hamil 6638 jiwa, yang melakukan pemeriksaan 5212 jiwa (78,5%).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis di RB Kasih Murni Kelurahan Batu IX pada bulan Desember 2014 sampai dengan 17 Januari 2015 terdapat jumlah ibu primigravida sebanyak 82 jiwa yang melakukan pemeriksaan kehamilan dengan jumlah ibu primigravida trimester III sebanyak 36 jiwa. Setelah dilakukan wawancara dengan lima orang ibu primigravida trimester III di RB Kasih Murni pada tanggal 19 Januari 2015 didapati empat ibu mengatakan tidak pernah melakukan perawatan payudara selama kehamilan dan tidak tahu tentang perawatan payudara. Kemudian satu ibu mengatakan pernah melakukan perawatan payudara selama kehamilan yang dilakukan saat mandi yaitu membersihkan hanya dengan mengusap payudara menggunakan waslap.

## **METODE**

Berdasarkan jenis eksperimennya maka penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperimen* dengan rancangan *Pre test and Post test Nonequivalent Control Group*. Pada desain ini, responden penelitian dibagi menjadi dua kelompok. Satu kelompok adalah kelompok perlakuan, sedangkan kelompok lain adalah kelompok control sebagai pembanding, sebelum perlakuan pada semua kelompok dilakukan pengukuran awal (pretest) responden sebelum perlakuan (uji coba). Selanjutnya pada kelompok perlakuan dilakukan intervensi sesuai dengan protokol uji coba yang telah direncanakan, sedangkan pada kelompok kontrol tidak dilakukan intervensi atau dilakukan intervensi selain yang diuji cobakan.

Jumlah responden dalam penelitian ini 32 orang. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
17-25 Tahun	20	62,5%
25-40 Tahun	12	37,5%
>40 Tahun	0	0%
Jumlah	32	100%
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	13	40,625%
Tidak Bekerja	19	59,375%
Jumlah	32	100%

**Tabel 2. Kelancaran Pengeluaran ASI**

### 1. Kelancaran Pengeluaran ASI Sebelum dan Sesudah diberikan Perawatan Payudara

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya di bab V, sebelum dilakukan perawatan

Kelancaran pengeluaran ASI	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol		P value
	F	%	F	%	
Lebih Lancar	13	81,25	0	0%	0,00
Kurang Lancar	3	18,7	16	100	
Jumlah	16		16		
		5		0	
Lancar		100		10	

payudara terdapat 12 responden (75%) pada kelompok eksperimen yang memiliki kelancaran pengeluaran ASI yang kurang lancar dan 16 responden (100%) pada kelompok untuk menentukan kemampuan atau nilai awal

Setelah perlakuan dilakukan pengukuran akhir (post test) pada semua kelompok untuk menentukan efek perlakuan pada responden (Kelana, 2011).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1: Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Sekolah	0	0%
SD	0	0%
SMP	7	21,875%
SMA	15	46,875%
Perguruan Tinggi	10	31,25%
Jumlah	32	100%

kontrol yang memiliki kelancaran pengeluaran ASI yang kurang lancar sehingga dapat disimpulkan sebagian besar responden memiliki kelancaran pengeluaran ASI yang kurang lancar berdasarkan hasil pengukuran dengan menggunakan *self report* dengan total pertanyaan berjumlah 20 soal.

Sesudah diberikan perawatan payudara seperti yang dapat dilihat di bab V, 13 orang responden dalam kelompok eksperimen mengalami peningkatan kelancaran pengeluaran ASI dari kurang lancar menjadi lebih lancar (81,25%), dan dalam kelompok kontrol 100% tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan, kelancaran pengeluaran ASI tetap kurang lancar. Sehingga dapat disimpulkan bahwa perawatan payudara dapat meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI dengan baik. Hal ini berkelanjutan juga dengan hasil dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fagus (2012) yang membuktikan bahwa ada peningkatan pengeluaran ASI setelah diberikan perawatan payudara.

Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Astari & Djuminah (2008) dengan judul penelitian hubungan perawatan payudara masa antenatal dengan kecepatan sekresi ASI post partum primipara.

## 2. Efektifitas Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI

Analisis efektifitas perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI menunjukkan bahwa hasil *posttest* kelompok eksperimen setelah diberikan perawatan payudara sebagian besar responden mengalami peningkatan pengeluaran ASI dari kurang lancar menjadi lebih lancar sedangkan hasil *posttest* pada kelompok kontrol dengan tidak diberikan perawatan payudara didapati seluruh responden tidak mengalami peningkatan kelancaran pengeluaran ASI.

Hasil analisa bivariat yang dilakukan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa ada efektifitas yang bermakna antara perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu primigravida trimester III di RB Kasih Murni Tahun 2015. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Sari & Rimandini (2014), bahwa perawatan payudara merupakan perawatan yang dilakukan terhadap payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran susu. Perawatan payudara tidak hanya dilakukan sebelum melahirkan tetapi juga dilakukan setelah melahirkan. Perawatan payudara dianjurkan mulai dilakukan setelah kehamilan berusia 5 – 6 bulan

Riksani (2012) juga mengatakan demi keberlangsungan proses menyusui, payudara harus dirawat dengan baik dan tepat agar terhindar dari gangguan serta penyakit yang mungkin akan menimpa ibu selama proses menyusui. Selain akan membuat payudara indah kembali, perawatan yang benar dan dilakukan secara teratur akan memudahkan bayi saat menyusui, merangsang produksi ASI,

dan mencegah payudara terluka selama proses menyusui.

Perawatan payudara selama kehamilan adalah suatu bagian yang harus diperhatikan dan dilakukan sebagai persiapan para wanita / ibu hamil untuk menyusui nantinya. Karena dengan melakukan perawatan payudara saat hamil maka ASI akan keluar dengan lancar (Fagus, 2012).

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan terdapat efektifitas perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu primigravida trimester III di RB Kasih Murni” dengan kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar ibu primigravida trimester III di RB Kasih Murni berusia 17-25 tahun dengan status tidak bekerja serta mempunyai tingkat pendidikan SMA.
2. Sebagian besar ibu primigravida trimester III di RB Kasih Murni memiliki kelancaran pengeluaran ASI yang kurang lancar sebelum diberikan perawatan payudara.
3. Sebagian besar ibu primigravida trimester III di RB Kasih Murni mengalami peningkatan pengeluaran ASI menjadi lebih lancar setelah diberikan perawatan payudara.
4. Ada efektifitas perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu primigravida trimester III di RB Kasih Murni Tahun 2015 ( $P$  value  $0,000 < 0,005$ ).

## SARAN

1. Bagi Ibu Hamil dan Menyusui Karena telah terbukti terdapat efektifitas perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI maka diharapkan kepada ibu primigravida trimester III maupun pembaca dapat menggunakan perawatan payudara sebagai terapi pilihan dalam kelancaran pengeluaran ASI. 2. Bagi Petugas Kesehatan

Selain sasarannya kepada individu diharapkan petugas kesehatan dapat mengembangkan memberikan pendidikan kesehatan mengenai perawatan payudara pada saat ibu melakukan kunjungan pemeriksaan antenatal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya Diharapkan bagi peneliti lain agar terus mengembangkan penelitian tentang perawatan payudara

terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu primigravida trimester III dengan membandingkan efektivitas perawatan payudara dengan intervensi lain yang bisa mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Astari, Asti Melani & Djuminah. (2008). *Hubungan Perawatan Payudara Masa Antenatal dengan Kecepatan Sekresi ASI Post Partum Primipara*. Jurnal (hal. 1)
- Bobak et al. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta: EGC
- Cadwell, Karin & Cindy Turner-Maffei. (2011). *Manajemen Laktasi : Buku Saku*. Jakarta: EGC
- Dahlan, M. Sopiudin. (2009). *Statistik Kedokteran dan Kesehatan, Edisi 4*. Jakarta : Salemba Medika
- Depkes. (2013). Profil Kesehatan Indonesia. [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id). Diakses: 1 januari 2015.
- Dharma, Kelana Kusuma. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- DINKES Kota Tanjungpinang. (2012-2013). Data tidak dipublikasikan
- Dokter Anakku. (2013). Ayah ASI. [www.Dokteranakku.net](http://www.Dokteranakku.net). Diakses : 29 Februari 2015
- Erviyanti, Dina. (2014). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Breast Care Terhadap Perilaku Pencegahan Bendungan ASI pada Ibu Nifas di RB Kasih Murni Tanjungpinang Tahun 2014*. Skripsi tidak diterbitkan. Tanjungpinang, STIKES Hang Tuah
- Fagus, Delva. (2012). *Hubungan Perawatan Payudara dengan Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Rumah Bersalin Kasih Murni Tanjungpinang Tahun 2012*. Skripsi tidak diterbitkan. Tanjungpinang, STIKES Hang Tuah
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2008). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Kusmiran, Eni. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Murkoff, Heidi et al .(2006). *Kehamilan: Apa yang Anda Hadapi Bulan per Bulan*. Jakarta: Arcan
- Nirwana, Ade Benih. (2014). *ASI dan Susu Formula (Kandungan dan Manfaat ASI dan Susu Formula*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, Prof.Dr.Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Prof. Dr. Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta :Salemba Medika
- Rahmawati, Nuraini & Resti Agustina Setyaningrum.(2009). *Stimulasi Refleksi Oksitosin Terhadap Kejadian Bendungan ASI pada Post Partum Primipara di Bidan Praktek Swasta Benis Jayanto Ngentak Kujon, Ceper, Kabupaten Klaten*. Jurnal (hal 7)
- Riksani, Ria. (2012). *Keajaiban ASI ( Air Susu Ibu)*. Jakarta: Dunia Sehat
- Rohmah, Nikmatur. (2009). *Pendidikan Prenatal: Upaya Promosi Kesehatan bagi Ibu Hamil*. Jakarta: Gramata Publishing
- Sari, Eka Puspita & Kurnia Dwi Rimandini. (2014). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Post Natal Care)*
- Wulandari, Vika & Sulastri. (2012). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Ibu Primigravida dengan Perilaku Perawatan Payudara pada Saat Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo Klaten*. Jurn