

HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KELANCARAN MENYUSUI DIPUSKESMAS WAWONASA MANADO

Zainar Kasim

Program Studi Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Manado, Indonesia

ABSTRAK

Perawatan payudara adalah usaha untuk memperlancar aliran ASI, dan mencegah masalah- masalah yang mungkin muncul pada saat menyusui seperti puting nyeri atau lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat. **Metode.** Penelitian dilakukan menggunakan metode penelitian deskriptif analitik yang bersifat *cross sectional*. Sampel diambil berdasarkan jumlah responden sebanyak 23 orang dengan menggunakan *total sampling*. 5 responden tidak bersedia untuk diteliti. Jumlah sampel keseluruhan berjumlah 18 orang.

Hasil Pengumpulan data dilakukan dengan cara kuesioner dan observasi. Selanjutnya data yang telah terkumpul diolah dengan menggunakan bantuan computer program SPSS Versi 20.0 untuk di analisa dengan *uji statistik Mann Withney* dengan tingkat kemaknaan (α) 0,05. **Kesimpulan** terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan kelancaran menyusui $p=0.008$. Nilai p ini lebih kecil dari nilai $\alpha = 0.05$, terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan kelancaran menyusui.

Kata Kunci : Perawatan payudara, Kelancaran Menyusui

PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan yang paling sempurna bagi bayi, dimana kandungan gizi sesuai kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Syamsinar S, 2013). ASI. Salah satu faktor yang sering dilakukan saat menyusui adalah posisi menyusui yang belum tepat sehingga mengganggu produksi dan transfer ASI ke bayi (Khasanah, 2011). Peningkatan program Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan salah satu bentuk usaha pemerintah dalam hal pencapaian *Millenium Development Goals (MDGs)* pada tahun 2014 mengenai prevalensi gizi kurang dan gizi buruk. Fakta Indonesia menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif sebagai salah satu bentuk peningkatan gizi bayi cenderung menurun pada 3 tahun terakhir ini (Kemenkes, 2011).

Bagi ibu menyusui, ASI yang tidak dapat keluar lancar akan menyebabkan ibu tidak dapat menyusui bayinya. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) menunjukkan bahwa masalah-masalah menyusui ini masih terus terjadi. Berdasarkan laporan dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI, 2007), diusia lebih dari 25 tahun sepertiga wanita di Dunia (38%) didapati tidak menyusui bayinya karena terjadi pembengkakan payudara, dan di Indonesia angka cakupan ASI eksklusif mencapai 32,3% ibu yang memberikan ASI eksklusif pada anak mereka.

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2008-2009 menunjukkan bahwa 55% ibu menyusui mengalami mastitis dan puting susu lecet, kemungkinan hal tersebut disebabkan karena kurangnya perawatan payudara selama kehamilan, masa menyusui serta pengetahuan ibu yang kurang tentang menyusui (Subujaktosaja, 2011).

Untuk mengatasi masalah dalam menyusui, perawatan payudara sangat perlu dilakukan. Akan tetapi dalam melakukan perawatan payudara tidak hanya pada keadaan tertentu yaitu hanya pada saat hamil atau menyusui saja, tapi dilakukan secara berkala dari masa kehamilan ibu sampai dengan proses menyusui.

Berdasarkan latar belakang diatas, ibu yang menyusui belum dapat memberikan ASI dengan baik dan lancar disebabkan karena perawatan payudara yang kurang. Sehingga penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan Perawatan Payudara dengan Kelancaran Menyusui”.

METODE.

Jenis penelitian ini adalah *survey deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran observasi data variabel *Independent* dan *Dependent* hanya satu kali pada satu saat. Pada jenis penelitian ini variabel *Independent* dan *dependent* dinilai secara simultan pada satu saat tanpa ada Follow

Up.Variabel *Independent*nya Perawatan Payudara dan Variabel *Dependent*nya Kelancaran Menyusui.Instrumen yang digunakan adalah Lembar kuesioner.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan Umur Ibu di Puskesmas Wawonasa Manado Tahun 2015 (n=18)

Umur	Banyaknya Responden	
	Frekuensi	Persen
Resti < 20 atau >35 Tahun	2	88.9
Bukan Resti 20-35 Tahun	16	11.1
Jumlah	18	100.0

Sumber data primer 2016

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan Di Puskesmas Wawonasa Manado Tahun 2015 (n=18)

Pendidikan	Banyaknya Responden	
	Frekuensi	Persen
SMP	12	66.7
SMA	6	33.3
Jumlah	18	100.0

Sumber data primer 2016

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan di Puskesmas Wawonasa Manado Tahun 2015 (n=18)

Status Pekerjaan	Banyaknya Responden	
	Frekuensi	Persen
SWASTA	3	16.7
IRT	15	83.3
Jumlah	18	100.0

Sumber data primer 2016

ANALISA UNIVARIAT

Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan Perawatan payudara di Puskesmas Wawonasa Manado Tahun 2015 (n=18)

Perawatan Payudara	Banyaknya responden	
	Frekuensi	Persen
Kurang	4	22.2
Baik	14	77.8
Jumlah	18	100.0

Sumber data primer 2016

Tabel 5. Karakteristik responden berdasarkan Kelancaran Menyusui Di Puskesmas Wawonasa Manado Tahun 2015 (n=18)

1 Variabel Kelancaran Menyusui	Mean	SD	Min- Max	n	P value
Tidak Lancar	10.00	2.646	8-13	3	0.008
Lancar	22.27	3.453	13-25	15	

Sumber data primer 2016

ANALISA BIVARIAT

Tabel 7. Analisis hubungan antara perawatan payudara dengan kelancaran menyusui di Puskesmas Wawonasa Manado Tahun 2015 (n=18)

	Kelancaran Menyusui	N	Median (Min-Max)	P
Pera watan Payu dara	TIDAK LANCAR	3	9.00 (8-13)	0.008
	LANCAR	15	23.00 (13-25)	

Sumber data primer 2016

Berdasarkan Tabel 5.7, dari 18 responden ditemukan lebih besar 15 responden (83.3%) yang melakukan perawatan payudara dengan kelancaran menyusui. Hasil uji Mann hithney, diperoleh hasil $p=0,008$ yang berarti lebih kecil dari $\alpha 0,05$ berarti ada hubungan antara perawatan payudara dengan kelancaran menyusui.

PEMBAHASAN

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa ibu di puskesmas Wawonasa khususnya

dikelurahan karame sebagian melakukan perawatan payudara saat hamil dan menyusui sehingga dapat meningkatkan produksi ASI dengan merangsang kelenjar-kelenjar air susu melalui pemijatan, mencegah bendungan ASI atau pembengkakan payudara, melenturkan dan menguatkan puting, mengetahui secara dini kelainan puting susu dan melakukan usaha untuk mengatasi, persiapan psikis ibu menyusui (Sri Mintarsi, 2014). Dampak yang ditimbulkan tidak melakukan perawatan payudara yaitu ; payudara menjadi bengkak dan keras, puting susu nyeri dan bisa sampai lecet. Perawatan payudara sebaiknya dilakukan pada saat hamil dan saat menyusui.

Karakteristik responden berdasarkan umur menjelaskan bahwa umur yang beresiko tinggi disebabkan karena usia yang terlalu muda bahkan usia yg terlalu matang mempengaruhi kelancaran menyusui, karena diusia muda tubuh belum siap untuk memproduksi ASI bahkan mempengaruhi psikis ibu dalam persiapan ibu untuk menyusui, sedangkan diusia ibu yang terlalu matang menyebabkan timbulnya kecemasan bahkan sampai menimbulkan rasa stres pada ibu sehingga menyebabkan masalah dalam proses menyusui. Disamping itu, pendidikan juga berperan penting, karena semakin tinggi pendidikan maka semakin luas juga wawasan dari pada ibu sehingga ibu mampu mengerti pentingnya perawatan payudara selama hamil dan menyusui. Pekerjaan juga mempengaruhi kelancaran menyusui ibu, karena ibu yang sibuk bekerja kurang optimal dalam memberikan ASI sedangkan, ibu yang tidak bekerja mampu memberikan suplay ASI yang maksimal setiap hari tanpa jadwal sehingga membuat gizi bayi yang terkandung didalam ASI terpenuhi dengan baik.

Perawatan payudara adalah usaha untuk memperlancar aliran ASI, dan mencegah masalah- masalah yang mungkin muncul pada saat menyusui seperti puting nyeri atau lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat. Apabila selama masa kehamilan ibu tidak melakukan perawatan payudara dengan baik, dan perawatan tersebut hanya dilakukan pasca persalinan, maka sering dijumpai kasus-kasus yang akan menimbulkan masalah bagi ibu dan bayi, kasus-kasus yang sering terjadi antara lain ; ASI tidak keluar, susu akan keluar setelah beberapa hari kemudian, puting susu tidak menonjol (puting inverterd) sehingga bayi sulit menghisap, produksi ASI sedikit dan tidak lancar sehingga tidak cukup dikonsumsi bayi, infeksi pada payudara, dan payudara bengkak atau bernanah dan muncul benjolan dipayudara (Kristiyansari, 2009).

Menyusui merupakan kegiatan yang menyenangkan bagi ibu sekaligus memberikan manfaat yang tidak terhingga pada anak (Yuliarti, 2010). Menyusui adalah salah satu komponen dari proses reproduksi yang terdiri atas haid, konsepsi, kehamilan, persalinan, menyusui dan penyapihan. Jika semua komponen berlangsung dengan baik proses menyusui akan berhasil.

Keberhasilan menyusui merupakan menyusui sampai bayi terpuaskan, sehingga terpenuhi semua kebutuhan gizinya yang akan menjamin nutrisi bayi secara adekuat yang di perlukan sesuai tumbuh kembang bayi (Rahmawati, 2010).

Zat gizi yang terdapat dalam ASI antara lain; lemak, Karbohidrat, protein, garam, dan mineral, serta vitamin. ASI memberikan seluruh kebutuhan selama 6 bulan kedua dalam tahun pertama, dan 1/3 nutrisi atau lebih selama tahun kedua, zat protektif yang terdapat dalam ASI, maka bayi jarang mangalami sakit. Insidensi karies dentis pada bayi yang mendapat susu formula jauh lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang mendapat ASI.

Menurut peneliti, sebagian besar responden telah memahami dan mengerti tentang pentingnya perawatan payudara selama hamil dan saat menyusui. Berdasarkan jenjang pendidikan yang sebagian lulusan SMP ibu belum mampu mengambil resiko melakukan perawatan yang lebih maksimal lagi tanpa ada pendampingan. Tetapi dengan adanya penelitian ini dan edukasi yang diberikan, responden lebih dapat menerima dan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang diterima.

KESIMPULAN

1. Ibu di Puskesmas Wawonasa melakukan perawatan payudara saat nifas.
2. Ibu di Puskesmas Wawonasa lancar menyusui.
3. Ada hubungan antara perawatan payudara dengan kelancaran menyusui di Puskesmas Wawonasa Manado.

SARAN

1. Hasil penelitian ini kiranya dapat dijadikan sumber referensi baru dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya hubungan perawatan payudara dengan kelancaran menyusui.
2. Bagi pihak instansi kesehatan khususnya Puskesmas Wawonasa Manado kiranya hasil penelitian ini dapat meningkatkan peran tenaga kesehatan dalam memberikan penjelasan tentang pentingnya perawatan

payudara selama kehamilan dan masa menyusui.

3. Bagi instansi pendidikan khususnya Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKES Muhammadiyah Manado, kiranya dapat meningkatkan kreatifitas pembelajaran maupun praktek kerja khususnya mengarah pada aplikatif keperawatan maternitas.
4. Bagi peneliti kiranya hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam praktek kerja nyata dalam menangani permasalahan kelancaran proses menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, (2006). *Perawatan Payudara* <http://thesis.umy.ac.id/datapublik/t8883.pdf>
- Program Studi Ilmu Keperawatan, (2015). Buku Paduan Penulisan Skripsi
- Dewi, M. (2014) *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Dr. Fitra Sukrita, IBCLC *Posisi Menyusui yang benar* <http://menyusui.info/menyusui/artikel/baga imanakah-cara-menyusui-yang-benar/>
- Icemi, S. & Wahyu, P. *Buku Ajar keperawatan Komunitas*. Yogyakarta. Numed
- Iramaya Maga. *Faktor Determinan Produksi ASI ada Ibu Menyusui*. Notoatmodjo, S. (2002).

Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta: Jakarta

Puskesmas Wawonasa Manado (2015). *Data Bayi umur 0-6 bulan*.

Roesli, U. (2008). *Inisiasi Menyusu Dini dan ASI Eksklusif*. Pusataka Bidan, Jakarta.

Saeful Anwar, (2003). *Perawatan Payudara Selama Hamil*. http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/viewFile/1054/1137_umm_scientific_journal.pdf

Setiadi, (2007) *Konsep dan Penulisan Riset keperawatan*. Yogyakarta. Graha Ilmu.

Sri Mintarsi, (2014). *Hubungan Tingkat Pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dengan keberhasilan menyusui*.

Syamsinar, S. Sunarti, D. & Eddyman, W. (2013). *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum* <http://library.stikesnh.ac.id/files/disk1/6/elibrary%20stikes%20nani%20hasanuddin--syamsinars-276-1-25131351-1.pdf>