

INFORMASI ARTIKEL

Received: July 17, 2025

Revised: July 25, 2025

Available online: July 29, 2025

at: <https://e-jurnal.ipphorr.com/index.php/mchc>

Efektivitas teknik breast care terhadap produksi ASI padab Ibu post partum berbasis teori dorothea orem

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email: nuruleka22@gmail.com

Abstract

Background: The postpartum period is an important time for physical and emotional recovery, during which breast care is necessary to help increase milk production. However, many postpartum mothers in the Pungpungan Community Health Center working area are unable to produce milk optimally. Some mothers say that their milk has not flowed smoothly until the third day, causing mastitis and sore nipples due to a lack of breast care.

Purpose: To analyze the effectiveness of breast care techniques on breast milk production in postpartum mothers in the Pungpungan Health Center service area.

Method: A pre-experimental study design using a one-shot case study design, with total sampling involving 21 respondents. The independent variable was breast care, and the dependent variable was postpartum mothers' breast milk production. Data collection instruments included observation sheets and questionnaires. Data processing utilized editing, coding, scoring, tabulation, and the Friedman test.

Results: Of the 21 respondents, it was found that the majority (15 people, 71.4%) had low breast milk production before breast care, while the majority (18 people, 85.7%) had good breast milk production after breast care. The results of the Friedman test showed a p-value (Asymp. Sig 2) of 0.000, indicating that the breast care technique is effective in improving breast milk production in mothers.

Conclusion: Breast care techniques are effective in promoting milk production. Postpartum mothers are expected to consistently practice the breast care techniques they have learned in order to increase and facilitate milk production.

Keywords: Breasts; Breast Care; Dorothea Orem Theory; Milk Production; Postpartum Mothers.

Pendahuluan: Postpartum merupakan periode penting untuk memulihkan diri secara fisik dan emosional yang perlu melakukan breast care untuk membantu meningkatkan produksi ASI. Namun banyak ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Pungpungan yang belum mampu memproduksi ASI secara optimal. Beberapa ibu mengatakan ASInya sampai hari ke 3 belum keluar lancar sehingga ibu mengalami mastitis dan puting susu lecet yang disebabkan tidak melakukan breast care.

Tujuan: Untuk menganalisis efektivitas teknik breast care terhadap produksi ASI pada ibu postpartum.dlu

Metode: Desain penelitian pra-eksperimental yang menggunakan *one shoot case study design*, pengambilan sampel dengan total sampling dengan Jumlah 21 responden. Variabel Independent yaitu breast care variabel

Efektivitas teknik breast care terhadap produksi ASI pada Ibu post partum berbasis teori dorothea orem

dependent yaitu produksi ASI ibu postpartum. Instrumen pengumpulan data dengan lembar observasi dan kuesioner. Pengolahan data menggunakan teknik editing, coding, scoring, tabulating dan uji statistik Friedman test.

Hasil: Dari 21 responden diketahui sebagian besar yaitu sebanyak 15 orang (71.4%) sebelum dilakukan Breast Care produksi ASI kurang, sebagian besar yaitu sebanyak 18 orang (85.7%) setelah dilakukan breast care produksi ASI ibu postpartum baik. Hasil perhitungan Friedman test, diketahui nilai p value (Asymp. Sig 2) sebesar 0.000, yang berarti teknik breast care efektif terhadap produksi ASI pada ibu.

Simpulan: Teknik breast care efektif terhadap produksi ASI. Ibu postpartum diharapkan dapat melaksanakan breast care yang telah dipelajari secara konsisten sehingga meningkatkan dan memperlancar produksi ASI.

Kata kunci : Breast Care; Ibu Postpartum; Payudara; Produksi ASI; Teori Dorothea Orem.

PENDAHULUAN

Periode postpartum merupakan periode penting bagi ibu untuk memulihkan diri secara fisik dan emosional, sekaligus membangun ikatan yang kuat dengan bayinya. Salah satu hal yang menjadi fokus utama bagi ibu postpartum adalah produksi ASI, sebagai sumber nutrisi bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi (Pratiwi, 2020). Sejak usia kehamilan 16 minggu atau berkisar empat bulan kehamilan, produksi ASI sudah mulai ada namun setelah melahirkan banyak ibu postpartum yang belum mampu memproduksi ASI secara optimal, atau bahkan mengalami kesulitan dalam memproduksi ASI untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Rendahnya pemberian ASI dapat mengakibatkan Angka Kematian Bayi (AKB), karena tanpa ASI bayi lebih rentan terkena berbagai macam penyakit yang meningkatkan morbiditas dan mortalitas (Wahyutri, Saadah, Kalsum, & Purwanto, 2020). Kurang lancarnya produksi ASI disebabkan belum maksimalnya kegiatan edukasi, sosialisasi, advokasi dan kampanye dalam langkah menuju keberhasilan menyusui. Oleh karena itu, untuk meningkatkan pemberian ASI pada bayi, ibu membutuhkan bantuan dan informasi serta dukungan agar merawat payudara sehingga menambah keyakinan bahwa mereka dapat menyusui bayinya dengan baik dan mengetahui manfaat perawatan payudara atau sering disebut breast care (Nurriszka & Wenny, 2022).

WHO menyebutkan tingkat inisiasi menyusui dini di dunia pada tahun 2020 hanya sebesar 43% dari angka kematian bayi di ASIA sebesar 38%,

khususnya di Asia Tenggara sebesar 27%-29% dari bayi baru lahir (Anisa, 2023). Kejadian ikterus neonatrum di negara berkembang seperti Indonesia sekitar 50% bayi normal yang mengalami perubahan warna kulit, mukosa dan wajah mengalami kekuningan (ikterus) yang diakibatkan bayi tidak mendapat cukup ASI saat lahir, dan 80% pada bayi kurang bulan atau premature (Siregar, 2022). Untuk provinsi Jawa Timur pada tahun 2020 pelaksanaan IMD sebesar 21% dari angka kelahiran bayi, dan khususnya di Kabupaten Bojonegoro tahun 2023 jumlah ibu bersalin/nifas sejumlah 15.984. Pada tahun 2023 dari 302 ibu yang bersalin di fasilitas pelayanan kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Pungpungan Kecamatan Kalitidu hanya sejumlah 298 ibu bersalin. Berdasarkan survei awal peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Pungpungan Kecamatan Kalitidu pada ibu postpartum mengatakan ASI nya belum terproduksi sampai hari ke 3 sehingga ibu mengalami mastitis dan puting susu lecet, hal tersebut disebabkan karena kurangnya breast care selama kehamilan, sehingga perlu adanya pemberian breast care (perawatan payudara).

Produksi ASI yang sedikit atau tidak lancar dapat membuat bayi mendapatkan nutrisi yang kurang optimal. Faktor tersebut dapat mengakibatkan penurunan rangsangan hormon laktasi dan menghambat produksi ASI. Ketika dipijat, peredaran darah yang ada di payudara akan berjalan lancar dan mengurai kelenjar susu yang mengendap di saluran ASI dalam payudara (Pratiwi, 2020). Upaya pencegahan dan penanganan pembengkakan

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233

Efektivitas teknik breast care terhadap produksi ASI pada Ibu post partum berbasis teori dorothea orem

payudara secara non farmakologis dapat dilakukan salah satunya adalah dengan perawatan payudara (Breast Care) (Ersila, Prafitri, & Zuhana, 2019). Dengan adanya perawatan payudara pada hari-hari pertama masa nifas dapat melancarkan aliran darah pada payudara, selanjutnya dapat mengurangi tekanan intraduktal yang diakibatkan oleh ASI yang terkumpul pada duktus laktiferus kemudian penarikan pada puting susu dapat melenturkan dan membuka duktus laktiferus, sehingga memudahkan bayi untuk menghisap ASI, Penarikan puting juga dapat merangsang ujung saraf sensoris sekitar puting susu, sehingga rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus melalui medula spinalis dan mesensephalon (Wijayanti & Setyaningsih, 2020).

Manfaat perawatan payudara adalah untuk menjaga kebersihan yang ada didalam payudara, mencegah berbagai penyakit, memperkuat puting susu, merangsang kelenjar-kelenjar air susu yang ada didalam payudara sehingga produksi ASI lebih banyak. Manfaat lainnya seperti mencegah terjadinya bendungan ASI, mastitis, dan abses payudara (Zulaikha, 2022). Perawatan payudara hendaknya dilakukan sedini mungkin yaitu 1-2 hari setelah melahirkan dan dilakukan 2 kali sehari dengan cara membersihkan pada area puting dan pengurutan pada payudara yang berguna untuk merangsang otot-otot payudara, memperlancar sirkulasi darah disekitar payudara, mencegah terjadinya bendungan ASI, mencegah terjadinya lecet pada puting ibu sehingga produksi ASI menjadi lancar dan kebutuhan nutrisi bayi pun terpenuhi. Hal tersebut tentunya ditunjang dengan pengetahuan dan kesiapan ibu dalam melakukan perawatan. Selain itu pendidikan kesehatan berupa penyuluhan dari tenaga kesehatan sangat diperlukan mengingat masih banyak ibu yang belum memahami tentang pentingnya perawatan payudara (Sulfianti, Nardina, Hutabarat, Astuti, Muyassaroh, Yuliani, & Argahen, 2021).

Ada berbagai cara untuk menilai produksi ASI dari indikator ibu. Produksi ASI dikatakan lancar jika hasil observasi terhadap ibu menunjukkan minimal 5 indikator dari 10 indikator yang ada. Indikator itu meliputi: payudara tegang karena terisi ASI, ibu rileks, let down refleks baik, frekuensi menyusui >8

kali sehari, ibu menggunakan kedua payudara bergantian, posisi pelekatan benar, puting tidak lecet, ibu post partum bayi tanpa jadwal, ibu terlihat memerah payudara karena payudara penuh, payudara kosong setelah bayi menyusu sampai kenyang dan tertidur (Setyaningsih, Ernawati, & Rahayu, 2020).

Menyusui merupakan kebutuhan pemenuhan ibu dalam meningkatkan proses tumbuh kembang bayi. Sesuai dengan teori Orem akan kebutuhan individu dalam melakukan suatu tindakan keperawatan mandiri dalam mengatur kebutuhannya. Dalam konsep keperawatan, Orem mengembangkan tiga bentuk teori self care diantaranya perawatan diri sendiri (self care), self care deficit, teori sistem keperawatan. Hal ini berkesinambungan mengenai tiga bentuk teori tersebut seperti halnya pada self care yaitu tentang kebutuhan ibu akan meningkatkan produksi ASI, self care deficit mengenai ketidakmampuannya melakukan perawatan payudara (Breast Care) karena pada dasarnya ibu mempunyai kemampuan dalam merawat dirinya sendiri termasuk dalam melakukan breast care yang belum dipahami ibu. Oleh karena peran supportif dan edukatif perawat dibutuhkan oleh pasien yang memerlukan dukungan pendidikan dengan harapan pasien mampu melakukan tehnik menyusui yang benar. Sistem ini dilakukan agar pasien mampu melakukan tindakan keperawatan setelah dilakukan pembelajaran. Salah satu metode bantuan yang diberikan menurut Orem adalah dengan memberikan Guidance and Teaching untuk memfasilitasi kemampuan klien dalam memenuhi kebutuhan secara mandiri yang berguna untuk membantu proses penyelesaian masalah serta mendorong perawatan preventif (Mardiatun, Purnamawati, & Sentana, 2019).

Model teori self-care Orem memberi bentuk pelayanan keperawatan yang dipandang dari suatu pelaksanaan kegiatan individu dalam memenuhi kebutuhan dasar dengan tujuan mempertahankan kesehatan, kesejahteraan sesuai dengan keadaan sehat dan sakit. Perawatan diri yang dimaksud oleh Orem meliputi praktik aktivitas kehidupan sehari hari yang dilakukan secara efisien dan terus menerus. Perawatan diri mengacu pada sikap belajar yang

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233

Efektivitas teknik breast care terhadap produksi ASI pada Ibu post partum berbasis teori dorothea orem

dikembangkan dengan minat pribadi, pendidikan dan pengalaman (Dhamanik, Rachma, & Budiati, 2024). Penurunan produksi Air Susu Ibu (ASI) pada hari-hari pertama sering terjadi pada ibu postpartum. Asupan ASI yang kurang mengakibatkan kebutuhan gizi bayi menjadi tidak seimbang. Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan breast care (Rifka, 2022).

METODE

Desain penelitian ini adalah pra-eksperimental yang menggunakan one shoot case study design yaitu penelitian dengan melakukan intervensi pada satu kelompok kemudian diobservasi pada variabel dependen setelah dilakukan intervensi. Populasi penelitian ini sebanyak 21 responden yang

semuanya digunakan sebagai sampel penelitian atau total sampling dengan jumlah 21 responden.

Variabel Independent yaitu breast care variabel dependent yaitu produksi ASI ibu postpartum. Instrumen pengumpulan data dengan lembar observasi dan kuesioner yang berisi indikator dari produksi ASI berjumlah 13 item. Pengolahan data menggunakan teknik editing, coding, scoring, tabulating dan uji statistik Friedman test dengan keputusan $p < 0.05$ maka H_0 ditolak, yang berarti teknik breast care efektif terhadap produksi ASI pada ibu postpartum.

Penelitian ini telah lulus uji etik penelitian dari Komite Etik Penelitian Kesehatan STIKES Rajekwesi Bojonegoro dengan nomor: No.031/KEPK/LPPM.STIKES.R/VI/2025.

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro
Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233

HASIL**Tabel 1. Distribusi Berdasarkan Karakteristik Responden (N=21)**

Variabel	Hasil
Usia (Mean $\pm$ SD) (Rentang) (Tahun)	(31.96 $\pm$ 5.441) (25-45)
20-25	7/33.3
26-30	11/52.4
31-35	2/9.5
>35	1/4.8
Pendidikan (n/%)	
SD	0/0
SMP	8/38.1
SMA	10/47.6
D3/S1	3/14.3
Pekerjaan (n/%)	
IRT	18/85.7
Wirausaha	1/4.8
Lainnya	2/9.5
Paritas (n/%)	
1 Anak	9/42.9
2 Anak	7/33.3
3 Anak	5/23.8
>3 Anak	0/0
Hari Postpartum (n/%)	
1 Hari	0/0
2 Hari	5/23.8
3 Hari	6/28.6
>3 Hari	10/47.6
Produksi Asi Pre-test (n/%)	
Baik	1/4.8
Cukup	5/23.9
Buruk	15/71.4

Tabel 1. menunjukkan bahwa nilai rata-rata usia responden dengan standar deviasi adalah (31.96 $\pm$ 5.441) dan rentang usia (25-45). Berdasarkan Tingkat Pendidikan responden mayoritas adalah SMA yaitu dengan jumlah 10 responden (47.6%), dengan mayoritas responden IRT yaitu 18 (85.7%). Berdasarkan paritas mayoritas responden memiliki 1 anak yaitu 9 (42.9%), mayoritas postpartum >3 hari dengan jumlah 10 responden (47.6%) dan mayoritas responden memiliki produksi ASI yang buruk saat pre-test yaitu 15 (71.4%)

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233

Tabel 2. Distribusi Distribusi berdasarkan produksi ASI pada ibu postpartum setelah dilakukan teknik Breast Care pada hari ke 1 s/d hari ke 7

Pelaksanaan Observasi	Produksi ASI Ibu Postpartum setelah teknik Breast Care		
	Buruk	Cukup	Baik
Hari ke 1	15/71.4	5/23.8	1/4.8
Hari ke 2	12/57.2	8/38.1	1/4.8
Hari ke 3	10/47.6	8/38.1	3/14.3
Hari ke 4	7/33.3	11/52.4	3/14.3
Hari ke 5	4/19.0	12/57.1	5/23.8
Hari ke 6	1/4.8	9/42.9	11/52.4
Hari ke 7	0/0	3/14.3	18/85.7

Hasil penelitian pada tabel 2. diatas dapat diketahui bahwa setelah dilakukan teknik breast care hari ke 1 sebagian besar yaitu sebanyak 15 orang (71.4%) produksi ASI ibu postpartum kurang; pada hari ke 2 lebih dari sebagian yaitu sebanyak 12 orang (57.1%) produksi ASI ibu postpartum kurang; pada hari ke 3 kurang dari sebagian yaitu sebanyak 10 orang (47.6%) produksi ASI ibu postpartum kurang; pada hari ke 4 lebih dari sebagian yaitu sebanyak 11 orang (52.4%) produksi ASI ibu postpartum cukup; pada hari ke 5 lebih dari sebagian yaitu sebanyak 12 orang (57.1%) produksi ASI ibu postpartum cukup; pada hari ke 6 lebih dari sebagian yaitu sebanyak 11 orang (52.4%) produksi ASI ibu postpartum baik; dan pada hari ke 7 sebagian besar yaitu sebanyak 18 orang (85.7%) produksi ASI ibu postpartum baik.

Tabel 3. Rata-Rata Produksi ASI Ibu Postpartum Setelah dilakukan Teknik Breast Care

Ranks	
	Mean Rank
Produksi ASI Setelah Breast Care Hari ke 1	2.45
Produksi ASI Setelah Breast Care Hari ke 2	2.67
Produksi ASI Setelah Breast Care Hari ke 3	3.24
Produksi ASI Setelah Breast Care Hari ke 4	3.62
Produksi ASI Setelah Breast Care Hari ke 5	4.26
Produksi ASI Setelah Breast Care Hari ke 6	5.43
Produksi ASI Setelah Breast Care Hari ke 7	6.33

Pada tabel 3. diatas, diketahui bahwa rata-rata produksi produksi ASI Setelah breast care hari ke 1 sebesar 2.45, produksi ASI setelah breast care hari ke 2 sebesar 2.67, produksi ASI setelah breast care hari ke 3 sebesar 3.24, produksi ASI setelah breast care hari ke 4 sebesar 3.62, produksi ASI setelah breast care hari ke 5 sebesar 4.26, produksi ASI setelah breast care hari ke 6 sebesar 5.43, dan produksi ASI setelah breast care hari ke 7 sebesar 6.33.

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233

Tabel 4. Hasil Uji Friedman Test Efektivitas Teknik Breast Care

Test Statistics ^a	
N	21
Chi-Square	86.254
df	6
Asymp. Sig.	.000

Berdasarkan hasil dari perhitungan Friedman test, diketahui nilai p value (Asymp. Sig 2) sebesar 0.000 di mana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah menolak H_0 atau H_1 diterima yang berarti teknik breast care efektif terhadap produksi ASI pada ibu.

PEMBAHASAN

Produksi ASI pada ibu post partum sebelum diberikan breast care sesuai dengan hasil penelitian, didapatkan bahwa sebagian besar yaitu sebanyak 15 orang (71.4%) produksi ASInya kurang. Produksi ASI merupakan hasil perangsangan payudara oleh hormon prolaktin. ASI diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormon dan refleksi. Ketika bayi mulai mengisap ASI, akan terjadi dua refleksi yang akan menyebabkan ASI keluar. Hal ini disebut dengan refleksi pembentukan atau refleksi prolaktin yang dirangsang oleh hormon prolaktin dan refleksi pengeluaran ASI atau disebut juga "let down" reflexs (Rusli, 2008). Ketika menjalani adaptasi, ibu akan mengalami fase taking in, fase taking hold, dan fase letting go (Sulistiyawati, 2020).

Menurut peneliti, hasil dari penelitian sebelum dilakukan breast care sebagian besar responden yang produksi ASInya kurang disebabkan karena ibu yang jarang menyusui anaknya dan berkurangnya isapan bayi sehingga produksi ASI berkurang meskipun demikian ibu post partum harus tetap menetek bayi karena hisapan bayi berpengaruh terhadap produksi ASI. Isapan bayi juga akan merangsang otot polos payudara untuk berkontraksi yang kemudian merangsang susunan saraf disekitarnya dan meneruskan rangsangan ini ke otak. Otak akan memerintahkan kelenjar hipofise posterior untuk mengeluarkan hormon pituitari lebih banyak, sehingga kadar hormon estrogen dan progesteron yang masih ada menjadi lebih rendah.

Pengeluaran hormon pituitary yang lebih banyak akan mempengaruhi kuatnya kontraksi otot-otot polos payudara dan uterus. Selain itu kelancaran produksi ASI juga dipengaruhi adaptasi psikologis dari ibu post partum terutama ibu yang primipara. Menurut Soetjiningsih (2020), seseorang yang baru melahirkan pertama kali biasanya mempunyai pengetahuan dan pengalaman yang kurang dalam hal menyusui, sedangkan ibu yang telah melahirkan lebih dari sekali tentu sudah mempunyai pengalaman dalam hal menyusui, dan sudah mempunyai pengalaman dalam hal menyusui sehingga manajemen laktasi akan dijalankan dengan baik. Selain itu kesiapan psikologis antara primipara dan multipara sangat berbeda. Seorang primipara lebih mudah merasa cemas dan labil kondisi psikologisnya hal ini akan mempengaruhi pengeluaran hormon yang berperan dalam produksi ASI.

Breast care (Perawatan payudara) adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI (Panggabean & Kusrina, 2022). Breast care memiliki banyak manfaat diantaranya melunakkan puting susu, meningkatkan kebersihan payudara dan puting susu, puting menjadi kuat sehingga membuat bayi dengan mudah menyusui. Berdasarkan penilaian kelancaran ASI pada indikator bayi maupun Indikator pada ibu setelah dilakukan breast care mengalami peningkatan dalam jumlah daripada sebelum dilakukan breast care (Saryono & Pramitasari, 2020).

Menurut peneliti produksi ASI yang dialami oleh ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Pungpungan Kalitidu Bojonegoro, setelah dilakukan breast care produksi ASI menjadi baik. Hasil penelitian ini diperkuat dengan hasil penelitian Fatrin et al., (2023) dimana ibu postpartum yang

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233

Efektivitas teknik breast care terhadap produksi ASI pada Ibu post partum berbasis teori dorothea orem

melakukan breast care mayoritas mengalami peningkatan produksi ASI (80%) dibandingkan ibu yang tidak mengalami peningkatan produksi ASI (20%). Tindakan perawatan payudara pada hari-hari pertama masa nifas sangat dibutuhkan karena dapat melancarkan aliran darah pada payudara, dan mengurangi tekanan intraduktal yang mengakibatkan ASI yang terkumpul pada duktus laktiferus sehingga merangsang hipotalamus melalui medulla spinalis dan mesencephalon. Hipotalamus akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin sehingga memicu sekresi prolaktin yang akan merangsang hipofise anterior untuk memproduksi prolaktin sehingga hormon prolaktin akan menstimulasi sel alveoli untuk membuat air susu pada payudara.

Berdasarkan tabulasi silang sebelum dan sesudah dilakukan breast care menunjukkan bahwa didapatkan adanya peningkatan produksi ASI pada jumlah responden sebelum dan setelah dilakukan breast care. Efektifitas teknik breast care terhadap produksi ASI pada ibu postpartum berdasarkan penelitian diketahui pada hari ke 3 yang mengalami produksi ASI semakin baik sampai dengan hari ke 7.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 21 ibu postpartum, sebelum dilakukan teknik breast care pada hari ke 1 sebagian besar yaitu sebanyak 15 orang (71.4%) produksi ASInya kurang dan setelah dilakukan teknik breast care sebagian besar yaitu sebanyak 15 orang (71.4%) produksi ASInya juga masih kurang. Pada hari ke 2 sebelum dilakukan teknik breast care sebagian besar yaitu sebanyak 15 orang (71.4%) produksi ASInya kurang dan setelah dilakukan teknik breast care lebih dari sebagian yaitu sebanyak 12 orang (57.1%) produksi ASInya juga kurang. Pada hari ke 3 diketahui sebelum dilakukan teknik breast care sebagian besar yaitu sebanyak 15 orang (71.4%) produksi ASInya kurang dan setelah dilakukan teknik breast care kurang dari sebagian yaitu sebanyak 10 orang (47.6%) produksi ASInya juga masih kurang. Pada hari ke 4 diketahui lebih dari sebagian yaitu sebanyak 11 orang (52.4%) produksi ASInya cukup. Pada hari ke 5 diketahui lebih dari sebagian yaitu sebanyak 12 orang (57.1%) produksi ASInya cukup. Pada hari ke 6 diketahui lebih dari sebagian yaitu sebanyak 11 orang (52.4%)

produksi ASInya baik. Pada hari ke 7 diketahui sebagian besar yaitu sebanyak 18 orang (85.7%) produksi ASInya baik. Berdasarkan hasil dari perhitungan Friedman test, diketahui nilai p value (Asymp. Sig 2) sebesar 0.000 di mana kurang dari batas kritis penelitian 0.05 sehingga keputusan hipotesis adalah menolak H_0 atau yang berarti teknik breast care efektifitas terhadap produksi ASI pada ibu postpartum.

Self care adalah performance atau praktek kegiatan individu untuk berinisiatif dan membentuk perilaku mereka dalam memelihara kehidupan, kesehatan dan kesejahteraan (Budiono, 2020). Perawatan payudara (Breast care) merupakan upaya ibu post partum yang mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, yang dapat merangsang duktus laktiferus untuk memproduksi ASI dan melancarkan produksi ASI (Sri Untari et al., 2022). Teori keperawatan Dorothea Orem menjelaskan bahwa nursing agency merupakan properti atau atribut yang lengkap diberikan untuk orang-orang yang telah didik dan dilatih sebagai perawat yang dapat melakukan, mengetahui dan membantu orang lain untuk menemukan kebutuhan self care terapeutik mereka, melalui pelatihan dan pengembangan self care agency Orem mengidentifikasi tiga klasifikasi nursing system salah satunya adalah supportive educative system yaitu suatu sistem agar seseorang dapat membentuk atau dapat belajar membentuk internal atau external self care tetapi tidak dapat melakukannya tanpa bantuan (Budiono, 2022).

Menurut peneliti, produksi ASI yang semakin baik terjadi pada hari ke 7 hal ini menjadikan bayi mendapatkan ASI dengan baik dari ibunya. Pada Ibu yang produksi ASI nya cukup kemungkinan disebabkan enggan untuk menyusui bayinya, karena kekhawatiran apabila menyusui bayinya maka akan merubah bentuk payudara seperti sebelum hamil rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, dan merasa ASI nya tidak cukup mengakibatkan penurunan produksi ASI. Peningkatan kemampuan breast care pada ibu post partum mencerminkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu post partum dari kurang baik menjadi baik. Dalam hal ini, aplikasi model Orem

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233

Efektivitas teknik breast care terhadap produksi ASI pada Ibu post partum berbasis teori dorothea orem

(Supportive Educative System) berupa breast care yang dilakukan 7 kali agar mendapatkan peningkatan keterampilan yang bermakna. Keterampilan breast care responden setelah pelaksanaan pendekatan supportive educative system mengenai breast care didapatkan hasil yang berbeda. Keterampilan ibu melakukan breast care setelah Aplikasi model orem (supportive educative system) didapatkan sebanyak 18 orang (85.7%) produksi ASInya baik pada akhir pelaksanaan breast care. Hasil ini didapatkan karena wawasan pengetahuan ibu tentang breast care semakin bertambah dan dapat melakukan breast care sesuai dengan prosedur setelah di lakukan pembelajaran (Supportive Educative System).

Penelitian ini menunjukkan bahwa breast care efektif untuk meningkatkan produksi ASI, karena pada saat peneliti melakukan observasi setelah dilakukan breast care pada ibu post partum dengan tepat dan benar mampu meningkatkan produksi ASI. Perawatan payudara (Breast Care) secara benar setelah ibu melahirkan dapat melancarkan produksi ASI ibu post partum dibandingkan ibu post partum yang tidak melakukan breast care sesudah melahirkan. Selain itu breast care yang dilakukan dengan baik memberikan berbagai manfaat diantaranya adalah dapat menjaga kebersihan payudara terutama pada bagian puting susu, membuat puting susu lebih lentur dan menguatkan puting susu ibu sehingga akan memudahkan bayi untuk menyusui. Perawatan payudara juga dapat merangsang kelenjar-kelenjar air susu atau duktus laktiferus sehingga tidak mengalami penyempitan dan menjadikan produksi ASI menjadi lancar. Manfaat lain yang dapat diperoleh dari perawatan payudara adalah ibu dapat mendeteksi kelainan-kelainan pada payudara sedini mungkin sehingga dapat melakukan upaya antisipasi untuk mengatasi masalahnya serta mempersiapkan mental (psikis) ibu untuk menyusui bayinya. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang membuktikan bahwa adanya perawatan payudara dapat melancarkan aliran darah pada payudara ibu post partum dan dapat tekanan pada intraduktal yang mengakibatkan ASI berkumpul pada bagian duktus laktiferus, lalu dengan ada nya hisapan dan penarikan putting susu

oleh bayi maka duktus laktiferus dapat menjadi lentur dan terbuka, sehingga dapat mempermudah bayi dalam proses menyusui. Breast care yang dilakukan dengan benar dan teratur dapat merangsang pelepasan ASI sehingga mengurangi risiko cedera pada ibu saat menyusui sebaliknya jika teknik breast care yang salah merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi bentuk payudara ibu. Breast care secara fisiologis dapat merangsang payudara untuk mensekresikan hormone prolaktin lebih banyak dan hormon oksitosin sehingga dapat merangsang kelenjar susu melalui pemijatan (Febriani & Caesarrani, E2023).

SIMPULAN

Teknik breast care efektif terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Pungpungan Berbasis Teori Dorothea Orem.

SARAN

Diharapkan ibu postpartum dapat menerapkan teknik breast care yang telah dipelajari secara konsisten agar dapat meningkatkan produksi ASI dan membantu memperlancar produksi ASI selain itu diharapkan ibu postpartum lebih sering menyusui bayinya 8-12 kali dalam 24 jam untuk merangsang keluarnya ASI. Asupan gizi pada masa postpartum dan faktor-faktor lain penunjang produksi ASI juga harus tetap dijaga agar produksi ASI dapat selalu lancar dan tidak menghambat pemberian ASI pada bayi. Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan kualitas dan frekuensi program konseling dan pelatihan perawatan payudara (Breast Care) untuk ibu postpartum. Diharapkan juga untuk memperkuat kerjasama dengan kader kesehatan dan petugas kesehatan lainnya dalam memberikan edukasi dan dukungan kepada ibu postpartum.

DAFTAR PUSTAKA

Anisa, N. H. (2023). Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Pada Inisiasi Menyusu Dini Di Pmb Mona Kelurahan Kayu Ombun Kecamatan Padang Sidempuan Utara Kota Padang Sidempuan Tahun 2023.

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro
Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233

Efektivitas teknik breast care terhadap produksi ASI pada Ibu post partum berbasis teori dorothea orem

- Budiono, B. (2022). Konsep Dasar Keperawatan. Diakses dari: https://books.google.co.id/books/about/Konsep_Dasar_Keperawatan.html?id=efJmEAAAQBAJ&redir_esc=y
- Dhamanik, R., Rachma, I. N., & Budiati, T. (2024). Penerapan teori Self-Care Orem dan Self-Transcendence Pamela pada klien dengan breast engorgement. *Holistic Nursing Care Approach*, 4(2), 48.
- Ersila, W., Prafitri, L. D., & Zuhana, N. (2019). Perbedaan efektivitas massage efflurage dan kompres dingin terhadap nyeri persalinan di Puskesmas Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Siklus*, 8(2), 107-115.
- Febriani, A., & Caesarrani, E. (2023). Efektifitas Breast Care Terhadap Produksi Asi Di Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 7(1), 29-37.
- Mardiatun, M., Purnamawati, D., & Sentana, A. D. (2019). Aplikasi Model Orem Dalam Meningkatkan Keterampilan Ibu Dalam Teknik Menyusui Bayi di PKM Karang Taliwang. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(1), 50-61.
- Nurriszka, R. H., & Wenny, D. M. (2022). Pelatihan Perawatan Payudara dengan Media Phantom Sebagai Treatment Keberhasilan ASI Eksklusif. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 122-127.
- Panggabean, B., & Kusrina, S. (2022). Hubungan pengetahuan perawatan payudara ibu nifas dengan minat ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas huragi kabupaten padang lawas tahun 2021.
- Pratiwi, S. S. (2020). Pengaruh Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Terapi Akupresur Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas di Praktik Mandiri Bidan Rosita Pekanbaru (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Riau).
- Rifka, M. (2022). Efektifitas Pijat Oksitosin Dan Breast Care Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Literature Review (Doctoral Dissertation, Stikes Hang Tuah Surabaya).
- Rusli, U. (2008). Inisiasi menyusui dini plus ASI eksklusif. *Puspa Swara*.
- Saryono. S., & Pramitasari, R. D. (2020). Perawatan Payudara Dilengkapi Dengan Deteksi Dini Kanker Payudara. *Nuha Medika*.
- Setyaningsih, R., Ernawati, H., & Rahayu, Y. D. (2020). Efektifitas Tehnik Breast Care Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dengan Seksio Sesarea. *Health Sciences Journal*, 4(1), 89-89.
- Siregar, E. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Ikterus Neonatorum Pada Bayi Baru Lahir Usia 0–7 Hari Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak Kecamatan Tano Tombangan Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2022.
- Sulfianti, S., Nardina, E. A., Hutabarat, J., Astuti, E. D., Muyassaroh, Y., Yuliani, D. R., & Argahen, N. B. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas. *Yayasan Kita Menulis*.
- Sulistyawati. (2020). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. Yogyakarta: ANDI
- Wahyutri, E., Saadah, N., Kalsum, U., & Purwanto, E. (2020). Menurunkan Resiko Prevalensi Diare Dan Meningkatkan Nilai Ekonomi Melalui ASI Eksklusif. *Scopindo Media Pustaka*.
- Wijayanti, T., & Setyaningsih, A. (2016). Efektifitas Breast Care Post Partum Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Kebidanan*.
- Zulaikha, F. L. F. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Pmb Dwi Warsini. *Jurnal Neonatal*, 3(2).

Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah*, Siti Patonah, Sri Mulyani, Evita Muslima Isnanda Putri

Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Korespondensi penulis: Nurul Eka Yoga Miftachurrahmah. *Email : nuruleka22@gmail.com

DOI: 10.56922/mchc.v4i6.1233