

Hubungan Perawatan Payudara Dengan Tercapainya Pemberian ASI Eksklusif

Evalina Fajriani

Prodi D-III Kebidanan Universitas Qamarul Huda

evalinapajriani@gmail.com

ABSTRAK

Merawat payudara merupakan upaya yang dilaksanakan dalam rangka menjaga kesehatan payudara saat menyusui. Kegiatan tersebut amat penting dilaksanakan saat masa menyusui seorang wanita. Sebab payudara adalah organ penting untuk menghasilkan ASI sebagai nutrisi primer bagi bayi yang barusaja dilahirkan, maka harus diberikan sesegera mungkin. Faktor yang menjadikan lingkup ASI eksklusif menjadi rendah yaitu keadaan payudara sewaktu menyusui, permasalahan-permasalahan yang dapat terjadi apabila perawatan organ payudara kurang dilaksanakan; ASI keluar tidak lancar, terjadi bendungan ASI, mastitis, abses payudara dan bagian putingnya kurang timbul yang menyebabkan bayi kesulitan menghisapnya. Penelitian ini akan mencari tahu apakah hal ini ada hubungannya dengan kurangnya perawatan payudara yang baik dan benar selama menyusui oleh ibu menyusui di wilayah cakupan Puskesmas Kuripan Kabupaten Lombok Barat, Kecamatan Kuripan". Jenis penelitian yang dipakai adalah analitik, tujuannya yaitu mengidentifikasi hubungan perawatan payudara terhadap tercapainya pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di daerah Puskesmas Kuripan Kabupaten Lombok Barat Kecamatan Kuripan. Berdasarkan hasil penelitian, membuktikan dengan menjalankan perawatan pada payudara bagi wanita menyusui mempunyai hubungan terhadap tercapainya pemberian ASI eksklusif, dari pengujian *Chi Square* dihasilkan nilai *P* yaitu 0,001 ($< 0,05$). Disarankan kepada responden untuk senantiasa melakukan perawatan payudara demi meningkatkan pemberian ASI eksklusif serta selalu mengikuti penyuluhan-penyuluhan yang diberikan khususnya oleh tenaga kesehatan.

Kata kunci : Perawatan Payudara, Pemberian ASI Eksklusif.

ABSTRACT

Breast Care is an attempt to maintain breast health during breastfeeding. It is essential to do when breastfeeding. Because the breast is the only producer of breast milk which is a staple food for newborns, breast care must be done as early as possible. One of the factors causing the low coverage of exclusive breastfeeding is the condition of the breasts during breastfeeding. Some problems that can occur if breast care is not performed are: the milk flow is not smooth, there are breast engorgement, mastitis, and breast abscess, and the nipple does not stick out so that the baby is difficult to suck. This study intended to find out whether these problems are related to the lack of proper and correct breast care during breastfeeding by nursing mothers in the working area of Community Health Centers of Kuripan, Kuripan District, West Lombok Regency. The type of this research was analytical. This study aimed to determine the relationship between breast care and the achievement of exclusive breastfeeding for nursing mothers in the area of Kuripan, Kuripan District, West Lombok Regency. Based on the results of the study, breast care in nursing mothers was related to the achievement of exclusive breastfeeding. The results of the Chi-Square test showed *p*-value = 0.001 (< 0.05). Respondents are advised to always perform breast care to increase exclusive breastfeeding and always follow counseling given particularly by health workers.

Keywords: Breast Care, Exclusive Breastfeeding.

PENDAHULUAN

Upaya untuk meningkatkan gizi dan kesejahteraan adalah bagian penting untuk meningkatkan cara hidup dan wawasan manusia. Upaya ini harus dilakukan sedini mungkin dan berkelanjutan, sejak bayi masih dalam kandungan. Segera setelah lahir harus dilanjutkan dengan memberikan Air Susu Ibu (ASI) dengan eksklusif, yaitu memberikan hanya air susu dan tidak diberi makan atau minum pendamping sampai bayi berusia 6 bulan. ASI adalah sumber nutrisi utama bayi sebelum ia dapat mengolah varietas makanan yang kuat dalam setengah tahun pertama kehidupannya. ASI mengandung semua suplemen yang dibutuhkan untuk bayi dalam bentuk yang cocok terhadap kebutuhannya, terutama bagi pertumbuhan serta kemajuan pikiran. Disamping hal tersebut, apabila proses menyusui dijalankan dengan tepat, bayi bisa memperoleh rasa aman serta kehangatan dari pelukan sang ibu, yang akan membantu berkembangnya aspek emosional, spiritual, serta fisik dengan optimal selama hidupnya. Walaupun pemberian ASI merupakan proses alami manusia akan tetapi tidaklah sesederhana seperti yang dibayangkan khalayak ramai, karena terdapat beberapa aspek yang dapat berpengaruh pada kesuksesan proses pemberian ASI. Karena itu masing-masing ibu

hendaknya diyakinkan untuk bisa melaksanakannya menggunakan dukungan petunjuk, pemahaman ilmu, serta sosialisasi praktik menyusui dengan tepat agar bisa memberikan ASI secara eksklusif. Umumnya, dengan melakukan persiapan lebih awal saat periode kehamilan sampai periode pemberian ASI dapat mendukung masa menyusui dengan lebih menyeluruh.

Faktor yang menyebabkan menurunnya lingkup ASI Eksklusif diantaranya keadaan payudara sewaktu menyusui. Sebagaimana dijelaskan dari RSAB Harapan Kita yang disampaikan melalui dr. Hj. Hasnah Siregar, Sp. OG, menjelaskan adanya permasalahan pada payudara bisa mengganggu pengeluaran ASI seperti: tidak timbulnya puting, infeksi ataupun mastitis payudara, lecetnya puting, penyumbatan, pembengkakan ataupun abses. permasalahan yang umumnya muncul saat masa pemberian ASI meliputi: nyeri/ lecetnya puting, pembengkakan pada payudara (engorgement), tersumbatnya jalur susu (obstructive duct), mastitis (peradangan) serta abses payudara (Soetjiningsih, *ASI Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan*, 1997:105).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan menyatakan banyak ibu menyusui yang mengalami kesulitan memberi ASI dengan eksklusif pada anaknya. Terkait masih banyaknya ibu

yang tidak dapat memberikan ASI eksklusif, informasi yang didapatkan adalah: keadaan tersebut dikarenakan berbagai aspek, ibu-ibu di wilayah Puskesmas Kuripan tidak melakukan perawatan payudara karena ibu-ibu menyusui mengatakan risih memijat payudaranya sendiri, terutama bagi ibu yang melahirkan pertama kali, sebagian mengatakan tidak melakukan perawatan payudara karena sibuk bekerja (sebagian besar dari ibu-ibu menyusui bermata pencaharian sebagai petani dengan aktifitas dari pagi sampai siang bahkan sore). Disamping itu adat dan budaya yang berlaku di sebagian wilayah kerja Puskesmas kuripan masih mempercayai beberapa mitos bahwa jika melakukan perawatan payudara dengan teknik memijat bisa menyebabkan payudara menjadi kendor, puting membesar dan menimbulkan rasa sakit. Upaya dilakukan untuk mengatasi masalah ini, khususnya memberikan klarifikasi kepada para ibu tentang pentingnya perawatan payudara, pemberian ASI yang tepat dan berbagai hal yang secara tegas diidentikkan dengan interaksi menyusui.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis studi analitik, ditinjau berdasarkan waktu pengumpulan data, penelitian ini termasuk *cross sectional* dimana

pengambilan datanya dilaksanakan sekaligus atau bersamaan dalam satu periode (Notoatmodjo, *Metodologi Penelitian kesehatan*, 2005:148). Sebagai sampel yang diteliti yaitu ibu dalam masa menyusui dimana mempunyai bayi berumur diatas 6 bulan hingga berumur 2 tahun, peneliti mengambil 25% atau 96 orang untuk dijadikan sebagai sampel penelitian, Sampel yang diambil dengan menggunakan purposive sampling yang berarti sampel ditentukan berdasarkan beberapa syarat atau karakter tertentu sesuai kebutuhan penelitian. pengujian analisa data yang dipakai adalah analisa *bivariat* serta *univariat*. Uji komputerisasi memakai rumus *chi square* yang bertujuan mengidentifikasi hubungan antara beberapa variabel yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan perawatan payudara

Perawatan Payudara	Frekuensi	Persentase (%)
Melakukan	72	75.0
Tidak Melakukan	24	25.0
Total	96	100

Dari uraian tabel tersebut bisa diketahui jika banyaknya ibu menyusui yang tidak melaksanakan perawatan pada payudaranya yaitu 24 orang (25.0%), sedangkan banyaknya ibu menyusui yang melaksanakan perawatan

pada payudaranya yaitu 72 orang (75.0%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pemberian ASI eksklusif

Pemberian ASI Eksklusif	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Eksklusif	38	39.6
Eksklusif	58	60.4
Total	96	100

Berdasarkan analisa data dari 96 responden yang diteliti diketahui jika banyaknya ibu yang memberi ASI eksklusif yaitu 58 (60.4 %) sedangkan banyaknya ibu yang tidak memberi ASI eksklusif yaitu 38 (39.6 %). Berdasarkan temuan ini, bisa ditarik kesimpulan jika responden yang memberi ASI eksklusif pada bayi mereka jumlahnya lebih banyak atau dominan. Sebagai bagian daripada masyarakat dan pemerintah, pencapaian ASI merupakan ukuran instruksional dan pembelajaran. Dibutuhkan kelompok dalam masyarakat diluar tenaga kesehatan yang dengan sengaja memberikan arahan untuk memperluas pemanfaatan ASI. Silaturahmi ini bisa diberi nama kelompok pendukung KP ASI yang bisa memanfaatkan posyandu dengan membuat pojok menyusui.

Selain faktor diatas, umur, pendidikan, pekerjaan dan paritas juga

sangat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Sebagian besar umur responden yaitu antara 20 hingga 35 tahun, sebagaimana diketahui pada umur ini adalah umur produksi sehat. Dibandingkan dengan umur dibawah 20 tahun maupun usia diatas 35 tahun. Berdasarkan 96 (100%) responden yang mempunyai pendidikan pada tingkat SMA sebesar 34 (35.4 %), dimana hal tersebut dapat mempengaruhi pengetahuan dan ibu menyusui untuk memberi ASI dengan eksklusif.

Tabel 3. Tabulasi silang hubungan antara perawatan payudara dengan tercapainya pemberian ASI eksklusif

Analisa	Pemberian ASI Eksklusif		Total	P Value
	Tidak Eksklusif	Eksklusif		
Tidak melakukan	17 (70.8 %)	7 (29.2 %)	24 (100%)	0.001
Melakukan	21 (29.2 %)	51 (70.8 %)	72 (100%)	
Total	38 (39.6 %)	58 (60.4 %)	96 (100 %)	

Dari pengujian data dengan *Chi Square* dihasilkan nilai *p* yaitu 0.001. Dikarenakan nilai $p < 0.05$ bisa disimpulkan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan dari variabel perawatan payudara dengan tercapainya pelaksanaan ASI eksklusif bagi ibu di masa menyusui. Berdasarkan analisa data, 72 responden (100%) melakukan

perawatan payudara. Dari data tersebut, 21 responden (29.2%) tidak memberi ASI dengan eksklusif, serta 51 responden (70.8%) yang memberi ASI secara eksklusif. Disamping itu, jumlah ibu yang tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 24 responden (100%). Dari 24 responden tersebut, responden yang tidak memberi ASI dengan eksklusif sebanyak 17 (70.8%), sedangkan 7 responden (29.2%) memberi ASI dengan eksklusif.

Dari 24 responden memiliki penyebab yang berbeda sehingga tidak melakukan perawatan payudara, berdasarkan wawancara dan kuesioner yang dilakukan peneliti, diantara faktor terbesar penyebab responden tidak melakukan perawatan payudara yaitu karena minimnya tingkat pengetahuan responden dalam bidang kesehatan khususnya tentang perawatan payudara, hal ini dikuatkan dengan hasil kuesioner yang menunjukkan hasil berdasarkan total responden 72 orang yang melakukan perawatan pada payudaranya terdapat 21 orang tidak memberi ASI secara eksklusif, keadaan tersebut terjadi dikarenakan minimnya wawasan ilmu secara optimal. Berdasarkan kondisi ini, bisa ditarik suatu kesimpulan seorang responden yang melaksanakan perawatan payudara cenderung memberikan ASI secara eksklusif, sebaliknya responden yang tidak

melaksanakan perawatan pada payudaranya cenderung tidak memberi ASI dengan eksklusif.

Hasil ini sesuai pendapat Chumbley (2004), mengungkapkan perawatan payudara adalah suatu variabel yang mempunyai pengaruh pada pemberian ASI dan ditegaskan oleh Anwar (2003), Bahwa perawatan payudara adalah suatu teknik yang dilaksanakan dalam rangka merawat payudara supaya ASI mudah keluar. Pada periode kehamilan hingga periode menyusui, ibu sangat perlu melaksanakan perawatan pada payudaranya sebab payudara adalah organ penting penghasil nutrisi primer bagi bayi sejak dilahirkan. Menurut Depkes RI (2003), ASI merupakan makanan berharga yang sangat cocok bagi bayi, sebab mempunyai kandungan semua suplemen yang dibutuhkan anak. Tidak sulit untuk memproses dan memberikan keamanan terhadap penyakit. ASI selalu baru, sempurna dan siap untuk diminum. Temuan penelitian membuktikan pula ada sebagian ibu yang tidak melakukan perawatan payudara tetapi memberi ASI dengan eksklusif berjumlah 7 responden (29.2%). Kondisi tersebut terjadi karena ada faktor lain selain perawatan payudara yang dapat memberikan ASI eksklusif yaitu responden mengetahui

tentang pentingnya manfaat ASI eksklusif untuk bayinya.

PENUTUP

Persentase yang tidak melakukan perawatan payudara dengan pemberian ASI tidak eksklusif berjumlah 17 responden (70.8 %) dan responden yang memberikan ASI eksklusif berjumlah 7 responden (29.2%), sedangkan responden yang melakukan perawatan payudara dengan pemberian ASI tidak eksklusif berjumlah 21 responden (29.2 %) dan responden yang memberikan ASI eksklusif berjumlah 51 responden (70.8 %). Dari hasil analisis menggunakan *Chi Square* *p* value sebesar 0.001 karena *p* value $0.001 < 0.05$ maka H_0 ditolak, yang berarti ada hubungan antara perawatan payudara dengan tercapainya pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diharapkan peran tenaga kesehatan agar meningkatkan pelayanan kesehatan ibu dan bayi terutama dalam proses pemenuhan ASI dengan memberikan edukasi pada ibu tentang perawatan payudara mulai pada saat *Antenatal care (ANC)* maupun pada kunjungan nifas. Karena keterbatasan penelitian ini masih banyak kekurangan, sehingga kami berharap penelitian dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dengan menambahkan faktor atau mengembangkan cakupan pemeriksaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati dan Diah Wulandari, *Asuhan Kebidanan Nifas*, Jogjakarta: Mitra Cendikia, 2009
- Arikunto. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*. Jakarta: Rineka Cipta, 1998.
- Aziz Alimul Hidayat, *Metode Penelitian Kebidanan & Teknis Analisis Data*, Jakarta: Salemba Medika, 2007
- Departemen Kesehatan R.I *Pelatihan Konseling Menyusui* 2007
- Hubertin Sri Purwanti, *Konsep Penerapan ASI Eksklusif (buku Saku Untuk Bidan)*, Jakarta: Buku Kedokteran EGC, 2004
- Manuaba, *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC, 1998.
- Notoatmodjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT. Rineka Cipta, Jakarta, 2005.
- Prawirohardjo, *Ilmu Kebidanan Edisi 2007*, Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2011
- Ria Riksani, *Keajaiban ASI*, Jakarta Timur: Dunia Sehat, 2012
- Sitti Saleha, *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas* Jakarta: Salemba Medika, 2009
- Soetjiningsih, *ASI Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan*, Jakarta:

Penerbit Buku Kedokteran EGC,
1997

Sugiyono, *Metode Penelitian
Kuantitatif Kualitatif dan R&D*,
Bandung: Alfabeta 2011