

BREAST CARE UNTUK MENGATASI MENYUSUI INEFEKTIF POST PARTUM
 Malichatun Nisak¹, Evy Tri Susanti²

Departemen Keperawatan Maternitas, Akademi Keperawatan Karya Bhakti Nusantara
 Magelang, (0293) 3149517, 081328487886
 E-mail : evytrisusanti@yahoo.co.id

ABSTRAK

Latar Belakang : *Breast care* merupakan upaya untuk merangsang sekresi hormon oksitosin untuk menghasilkan ASI sedini mungkin dan memegang peran penting untuk menghadapi masalah menyusui. Teknik pemijatan dan rangsangan pada puting susu yang dilakukan pada *breast care* merupakan latihan semacam efek hisapan bayi sebagai pemicu mengeluarkan ASI. Sebagai ibu yang menyusui bayinya, perawatan payudara dan puting susu merupakan suatu hal yang sangat penting, *breast care* yang tidak benar menyebabkan payudara bengkak penuh dan puting pecah yang akan menjadi penyulit dalam proses menyusui, bila puting menjadi pecah-pecah proses menyusui ditangguhkan sampai puting tersebut sembuh. **Tujuan :** Menggambarkan penerapan *Breast Care Untuk Mengatasi Menyusui Inefektif Post Partum* pada Ny. T. **Metode :** Karya ilmiah ini menggunakan metode studi kasus, dilakukan pada Ny. S yang mempunyai masalah menyusui *inefektif* dengan ciri-ciri payudara merah dan kencang dan nyeri. **Hasil :** *Breast Care* dilakukan di Ruang Anggrek RS TK.II 04.05.01 dr. Soedjono Magelang, selama 3 hari, membutuhkan waktu kurang lebih 30 menit. **Simpulan :** Setelah dilakukan tindakan *breast care* Ny. S mengalami payudara sudah tampak pengosongan, sudah tidak tampak kemerahan, bayi menyusu kuat pada puting ibu, nyeri berkurang.

Kata kunci : *Breast care, Inefektif Post Partum.*

ABSTRACT

Background: Background : *Breast care* is an effort to stimulate the secretion of the hormone oxytocin to produce milk as early as possible and plays an important role in dealing with breastfeeding problems. Massage and stimulation techniques fornipple performed on *breastbreast care* is an exercise such as the effect of baby sucking as a trigger to express milk. As a mother who is breastfeeding her baby, breast care and nipple care is very important, *breast care* impropercauses full swollen breasts and broken nipples which will be difficult for breastfeeding, if the nipple becomes chapped the breastfeeding process is suspended until the nipple is put get well. **Objective :** To describe the application of *Breast Care to Overcome Breastfeeding Effectively Post Partum* on Ny. T. **Method :** This scientific work uses the case study method, conducted on Ny. S who has anbreastfeeding problem *ineffective* with the characteristics of red and tight breasts and pain. **Results :** *Breast Care* was carried out in the Anggrek Room RS TK.II 04.05.01 dr. Soedjono Magelang, for 3 days, takes approximately 30 minutes. **Conclusions :** After theaction, *breast care* Mrs. S has seen emptying breasts, redness does not look, the baby suckles strongly on the mother's nipples, pain is reduced.

Keywords : *Breast care, Effective Post Partum.*

Pendahuluan

Breast care merupakan upaya untuk merangsang sekresi hormon oksitosin untuk menghasilkan ASI sedini mungkin dan memegang peran penting untuk menghadapi masalah menyusui. Teknik pemijatan dan rangsangan pada puting susu yang dilakukan pada *breast care* merupakan latihan semacam efek hisapan bayi sebagai pemicu mengeluarkan ASI, sebagai ibu yang menyusui bayinya, perawatan payudara dan puting susu merupakan suatu hal yang sangat penting, *breast care* yang tidak benar menyebabkan payudara bengkak penuh dan puting pecah yang akan menjadi penyulit dalam proses menyusui, bila puting menjadi pecah-pecah proses menyusui ditangguhkan sampai puting tersebut sembuh (Sari, 2017).

Post partum merupakan waktu dimana proses penyembuhan dan perubahan, waktu sesudah melahirkan sampai sebelum hamil, serta penyesuaian terhadap hadirnya anggota keluarga baru (Lestari, 2013). Selama masa *post partum* masalah yang sering timbul antara lain kelainan puting, payudara penuh, dan terjadinya bendungan ASI. Masalah tersebut menyebabkan terjadinya kegagalan proses laktasi sehingga pemberian ASI tidak adekuat (Astuti dan Kurniawati, 2011).

Menurut Sholichah (2012), pada ibu *post partum* kelancaran pengeluaran ASI di Desa Karang Duren Kecamatan Tengaran Kabupaten Semarang sebanyak 16 responden (51,6 %). Terdapat hubungan yang bermakna antara perawatan payudara Ny. S *post partum*

dengan kelancaran pengeluaran ASI, dengan hasil $p=0,007$. Menurut Astutin dan Kurniawati (2011), kejadian payudara penuh sebanyak 11 orang (33%). Kondisi demikian dindikasikan bahwa payudara penuh mengakibatkan bayi menyusu tidak efektif.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wulan dan Gurusinga (2017), terdapat pengaruh yang signifikan terhadap volume ASI pada ibu *post partum* sebelum dan sesudah diberikan *breast care*. Hasilnya menunjukkan bahwa rerata sebelum *breast care* = 4,50, rerata sesudah *breast care* = 6,44 dengan nilai *P value* 0,021 yang berarti $\leq$ dari 0,05, maka penulis tertarik untuk mengetahui pengaruh tindakan *breast care* untuk mengatasi menyusui *inefektif* pada *post partum*.

Berdasarkan kenyataan dilapangan, keadaan psikologi ibu *post partum* akan berpengaruh pada ASI, karena masih dalam fase *taking in* yang biasanya disebabkan oleh kecemasan yang berlebih. Kecemasan berlebih ini mengakibatkan produksi pengeluaran ASI menjadi *inefektif*. Setelah itu dapat dianjurkan dengan melakukan *breast care* pada ibu agar dapat melakukan mandiri dirumah, mengurangi beban pikiran ibu, melakukan perawatan payudara secara teratur dengan *breast care* atau mengompres payudara dengan air hangat, atau menggunakan *baby oil*. Tujuan Karya ilmiah ini adalah bagaimana pemberian teknik *breast care* pada ibu *post partum* agar pengeluaran ASI menjadi efektif.

Metode

Metode karya ilmiah ini adalah menggunakan pendekatan deskriptif tentang kasus untuk menyelidiki dan mempelajari latihan teknik *breast care* yang benar untuk mengatasi masalah menyusui *inefektif* yang dilakukan secara interaktif, komperhensif agar memperoleh pemahaman yang mendalam tentang latihan *breast care* pada individu agar dapat melakukan secara mandiri.

Subyek karya ilmiah ini adalah Ny. S dengan *post partum*. Ny. S mempunyai masalah menyusui *inefektif* dengan ciri-ciri payudara merah dan kencang dan nyeri, dan Ny. S menyetujui untuk menandatangani *informed consent*. Peneliti ini dilakukan di Ruang Anggrek RS TK.II 04.05.01 dr. Soedjono Magelang, sejak tanggal 4 Juni sampai dengan 9 Juni 2018.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur dan tidak terstruktur pada subjek Ny. S atau keluarganya. Wawancara terstruktur dilakukan penilaian struktur dengan checklist alasannya subjek dalam penelitian ini adalah pasien belum bisa melakukan *breast care* dengan benar. Instrument yang digunakan untuk menilai secara terstruktur dengan menggunakan alat berupa baskom 2 berisi air hangat dan dingin, waslap, minyak *baby oil*, handuk, kapas dan peniti.

Wawancara tidak terstruktur dilakukan dengan memberikan pertanyaan terbuka untuk mengetahui pengetahuan Ny. S mengenai

menyusui *inefektif* dan *breast care* yang benar. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisa pada pasien dalam kelancaran produksi ASI yang dihasilkan untuk diberikan pada bayinya guna untuk mengetahui tercapainya atau tidak teknik *breast care* yang diajarkan. Catatan keperawatan Ny. S menggunakan catatan rekam medis untuk menunjang dalam studi kasus.

Hasil

Pengkajian dilakukan pada tanggal 7 Juni 2018 pukul 11.15 WIB di Ruang Anggrek RS Tk. II 04.05.01 dr. Soedjono Magelang, diperoleh data Ny. S dengan umur 25 tahun, melahirkan tanggal 7 Juni 2018 pukul 03.30 WIB. Ny. S mengeluh payudara terasa kencang, penuh, nyeri, pengeluaran ASI belum lancar dan reflek hisap bayi Ny. S kurang baik. Ny. S pada awal-awal persalinan mengalami fase *taking in* yaitu fase dimana masih berfokus pada diri sendiri dan belum mempunyai keinginan untuk menyusui bayinya.

Implementasi tanggal 7 Juni 2018, Kamis pukul 11.15 WIB pada Ny. S diberikan tindakan *breast care* dan memberikan respon payudara masih penuh, kemerahan berkurang, nyeri berkurang dan Ny. S mengeluh ASI belum keluar.

Tanggal 8 Juni 2018, Jumat pukul 16.00 WIB Ny. S masih diberikan tindakan *breast care*, setelah dilakukan tindakan *breast care* ke 2 kalinya Ny. S memberikan respon yang baik. Ny. S mengatakan sudah tidak

penuh, dan nyeri berkurang, ASI tampak keluar.

Evaluasi sumatif pada Ny. S dengan data subjektif yang diperoleh dari Ny. S bahwa ia senang karena ASI nya sudah keluar dengan lancar dan payudara tidak nyeri. Data objektif yang diperoleh dari Ny. S adalah tidak penuh, kemerahan. Berdasarkan data objektif dan subjektif masalah menyusui *inefektif* berhubungan dengan produksi ASI in adekuat teratasi dan rencana tindakan selanjutnya edukasi Ny. S untuk melakukan *brast care* secara mandiri di rumah.

Pembahasan

Masa nifas atau setelah proses persalinan tepatnya setelah plasenta keluar maka timbul rangsangan untuk memicu *laktasi*. *Laktasi* didukung oleh dua jenis hormon yang sangat penting yaitu *prolaktin* dan *oksitosin*. Fungsi *prolaktin* yaitu untuk menghasilkan produksi air susu yang bekerja di *epitel alveolus*. Sedangkan *oksitosin* berperan dalam pengeluaran susu. Pengeluaran kedua hormon tersebut dirangsang oleh hisapan bayi pada puting payudara saat menyusui. Semakin sering menyusui akan memperlancar pengeluaran kedua hormon tersebut. Setiap ibu menghasilkan air susu yang disebut ASI ini sebagai makanan alami yang disediakan untuk bayi. Pemberian ASI *eksklusif* serta proses menyusui yang benar merupakan sarana yang dapat diandalkan untuk membangun sumber daya manusia yang berkualitas. Selain itu

dalam proses menyusui yang benar, bayi akan mendapatkan perkembangan jasmani, emosi dan spiritual yang baik dalam kehidupannya (Soleha, 2009). ibu nifas/ *post partum* yang tidak menyusui bayinnya secara *eksklusif* yang disebabkan beberapa masalah menyusui, seperti puting susu terbenam atau datar, puting susu lecet, saluran susu tersumbat, payudara bengkak, dan akhirnya terjadi *mastitis* hingga *abses* (Leveno, 2009).

Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi, disekresi, dan pengeluaran ASI sampai pada proses bayi menghisap dan menelan ASI (Marmi, 2014). Selama masa kehamilan hormon *estrogen* dan *progesterone* menginduksi perkembangan *alveoli* dan *ductus lactiferus* di dalam payudara, serta merangsang produksi kolostrum. Penurunan produksi hormon akan terjadi dengan cepat setelah plasenta dilahirkan. Hormon *hipofise anterior* yaitu prolaktin yang terjadi dihambat oleh kadar estrogen dan progesterone yang tinggi dalam darah, kini dilepaskan. Prolaktin memproduksi ASI setelah pelepasan ASI, akan memberikan rangsangan sentuhan pada payudara (bayi menghisap) sehingga merangsang produksi oksitosin yang mempengaruhi sel-sel *mioepitelial* yang mengelilingi *alveoli* mengeluarkan air susu yang sudah disekresikan oleh kelenjar *mammae*. Pada saat bayi menghisap, ASI di dalam *sinus* tertekan keluar ke mulut bayi. Gerakan tersebut dinamakan *let down reflect* atau pelepasan. Pelepasan akan dipacu tanpa

rangsangan hisapan, tapi dapat terjadi bila ibu mendengar bayi menangis atau sekedar memikirkan tentang bayinya (Sulistyawati, 2009).

Pembengkakan payudara merupakan suatu kondisi yang terjadi karena ibu menunda atau menolak menyusui bayi ketika payudara terasa penuh. Selain itu bisa disebabkan oleh peningkatan *statis aliranvena* dan *limfatik*, peningkatan *kongesti* dan *vaskularitas*, dan akumulasi serta *statis ASI*. Tanda dan gejala yang muncul seperti kulit menegang, mengilat, kemerahan, payudara terasa hangat, nyeri tekan, keras, dan dapat disertai demam sehingga diperlukan perawatan payudara sedini mungkin (Sinclair, 2010).

Perawatan payudara merupakan perawatan yang dapat dilakukan pada ibu masa nifas dengan melakukan beberapa tindakan seperti penggunaan bra yang tepat, posisi dan perlekatan menyusui yang baik, kompres hangat dan pengeluaran susu secara manual ataupun dengan alat pompa payudara (Lawrence, 2011 dalam Toronto Public Health, 2013).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fauziah, dkk (2014) yang berjudul “Efektivitas *Supervised Brest Care* Terhadap Pencegahan Pembengkakan Payudara Pada *Post Partum*” hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa perawatan payudara efektif untuk mencegahterjadinya pembengkakan payudara dan dapat memperlancar pengeluaran ASI.

Simpulan

Sebelum dilakukan tindakan *breast care* payudara Ny. S penuh, kemerahan, bayi tampak menolak untuk menyusui, payudara nyeri saat ditekan. Setelah dilakukan tindakan *breast care* Ny. S mengalami payudara sudah tampak pengosongan, sudah tidak tampak kemerahan, bayi menyusui kuat pada putting ibu, nyeri berkurang.

Ucapan Terima Kasih

Dalam hal ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Akper Karya Bhakti Nusantara Magelang Ketua Yayasan Karya Bhakti Magelang dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil dalam penyelesaian publikasi ini.

Daftar Pustaka

- Astuti, I. D dan T, Kurniawati. Analisa hubungan pengaruh cara menyusui dengan kejadian payudara bengkak pada ibu *post partum*, J. Kebidanan 3(01) : 9-14.
- Bintang, T. L. N dan N, A, Parti. Gambaran keefektifan proses menyusui di klinik bersalin mariani.
- Carpenito, Lyanda J. 2007. *Rencana asuhan keperawatan dan pendokumentasian*.
- Christiyana, d. 2016. Pemberian tindakan *breast care* terhadap pencegahan pembengkakan payudara pada asuhan keperawatan Ny. M dengan *post partum* di Ruang nifas puskesmas gajahan Surakarta. Naskah publikasi. Program studi

- DIII keperawatan sekolah tinggi ilmu kesehatan kusuma husada Surakarta 2016.
- Fauziah, H. 2014. Efektifitas wilayah kecamatan Pontianak selatan. Naskah publikasi. Program studi keperawatan fakultas kedokteran universitas Tanjungpura Pontianak.
- Kirana, Y. 2015. Hubungan tingkat kecemasan *post partum* dengan kejadian *post partum blues* di rumah sakit Dustika Cimahi. J. ilmu keperawatan 3(01) : 25-27.
- Lestari, S. P. 2013. *Asuhan keperawatan* pada Ny. E dengan *post partum* spontan di ruang anyelir RSUD Banyudono Boyolali. Naskah publikasi. Program studi DIII keperawatan fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhamadiyah Surakarta.
- Mellyana, H. 2009. Perawatan ibu *post partum* melahirkan. Hal 29. Jakarta : Puspa Swarta. Diakses pada tanggal 27 Maret 2016 pukul 17.36 WIB. J. Ilmu keperawatan dan kebidan 3(01) : 1-7.
- Nilamsari, M. A dan Wagiyo dan Elisa. 2014. Pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ekskresi ASI pada ibu *post partum* diruang bersalin mardhi rahayu Semarang.
- Setianingrum, W. 2015. *Asuhan keperawatan* dengan masalah utama nyeri akut pada Ny. R ET Causa P2A0 *post secnocaesare* hari ke-1 A.I. Gagal infuksi di ruang bougenvile RSUD dr. R. Goeteng Turoen anibarta Purbalingga. Naskah publikasi. Program studi keperawatan D III Fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhamadiyah Murwokerto.
- Sholichah, Nur. 2011. Hubungan perawatan payudara pada ibu *post partum* dengan kelancaran pengeluaran ASI di desa Karang Duren Kecamatan Tenganan Kabupaten Semarang.
- Suherni, 2008. Perawatan Masa Nifas. Yogyakarta : Fitramaya
- Windarsih, S. 2013. *Asuhan keperawatan* nyeri akut pada Ny. W dengan *post partum* normal tindakan episiotomy diruang teratai RSUD karang anyar. Naskah publikasi. Program studi DIII keperawatan sekolah tinggi ilmu, kesehatan kusuma husada Surakarta.
- Wulan, S dan R. Gurusinga. Pengaruh perawatan payudara (*breast care*) terhadap volume ASI pada ibu *post partum* (nifas) di RSUD deli Serbang Sumut tahun 2012. J . ilmu kebidan.