HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU MENYUSUI DENGAN KELANCARAN PENGELUARAN ASI DI PMB NELLY HARAHAP KOTA PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2024

SKRIPSI

OLEH:

TASYA EMELIA PUTRI GIAWA
21060091

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2025

HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU MENYUSUI DENGAN KELANCARAN PENGELUARAN ASI DI PMB NELLY HARAHAP KOTA PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2024

SKRIPSI

OLEH:

TASYA EMELIA PUTRI GIAWA
21060091

Sebagai Salah Satu Syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan
Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2025

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Penelitian	:	Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024
Nama Mahasiswa	:	Tasya Emelia Putri Giawa
NIM	:	21060091
Program Studi	:	Kebidanan Program Sarjana

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan didepan Komisi Pembimbing, komisi Penguji dan Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan dan dinyatakan LULUS pada tanggal, 25 Februari 2025

Menyetujui,
Komisi Pembimbing

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Sri Sartika Sari Dewi, SST, M. Keb	**Yulinda Aswan, SST, M. Keb**
NUPTK. 8742767668230352	**NUPTK. 5057768669230333**

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana	Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan
Bd. Nurelilasari Siregar, M. Keb	**Arinil Hidayah, SKM. M.Kes**
NUPTK. 1854767668230292	**NUPTK. 8350765666230243**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Tasya Emelia Putri Giawa
NIM	: 21060091
Tempat/Tanggal Lahir	: Padangsidimpuan, 26 Desember 2002
Jenis Kelamin	: Perempuan
No. Telp/HP	: 082267306062
Email	: tasyaameliaputri2002@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. SD 200115 Padangsidimpuan : Lulus Tahun 2015
2. SMP N 3 Padangsidimpuan : Lulus Tahun 2018
3. SMAN 4 Padangsidimpuan : Lulus Tahun 2021

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tasya Emelia Putri Giawa

NIM : 21060091

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan Judul "Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024." adalah asli dan bebas dari plagiat.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan dari Komisi Pembimbing dan masukan dari Komisi Penguji.
3. Skripsi ini merupakan tulisan ilmiah yang dibuat dan ditulis sesuai dengan pedoman penulisan serta tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dalam tulisan saya dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padangsidimpuan, Januari 2025

Pembuat Pernyataan



Tasya Emelia Putri Giawa

NIM. 21060091

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN

Laporan penelitian, Februari 2025
Tasya Emelia Putri Giawa

Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

ABSTRAK

Payudara merupakan salah satu bagian terpenting dalam tubuh seorang ibu. Merawat payudara sejak hamil dan setelah melahirkan sangat penting sekali. Selain berguna bagi kesehatan ibu juga berguna bagi kebutuhan nutrisi bayi. Data *World Health Organization* (2019) sekitar 17.230.142 ibu menyusui di dunia mengalami masalah seperti puting susu lecet, pembengkakan payudara karena bendungan ASI.Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.Jenis penelitian yang digunakan adalah Kuantitatif menggunakan pendekatan *cross sectional study.*Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas di wilayah PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan menggunakan metode *total sampling* sebanyak 30 orang.Analisa yang digunakan adalah uji *Chi-square*.Hasil penelitian menunjukkan yang melakukan perawatan payudara 36,7% dengan pengeluaran ASI lancar 33,3% tidak lancar 3,3% sedangkan yang tidak melakukan perawatan payudara 63,3% dengan pengeluaran ASI lancar 13,3% tidak lancar 50,0%.Hasil penelitian menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai *p*-value= 0,000(p=<0,05).Sehingga dapat disimpulkan ada hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.Diharapkan pada ibu lebih menggali informasi mengenai perawatan payudara sebagai bekal untuk mencegah dari terjadinya infeksi pada payudara.

Kata kunci : Perawatan payudara, kelancaran pengeluaran ASI, ibu menyusui
Daftar Pustaka : 45 (2014-2024)

MIDWIFERY STUDY PROGRAM OF BACHELOR PROGRAM
FACULTY OF HEALTH AUFA ROYHAN UNIVERSITY
IN PADANGSIDIMPUAN CITY

Research report, February 2025
Tasya Emelia Putri Giawa

The Relationship between Breast Care in Breastfeeding Mothers and Smooth Breast Milk Production at IMP Nelly Harahap Padangsidimpuan City in 2024.

ABSTRACT

Breasts are one of the most important parts of a mother's body. Caring for breasts since pregnancy and after childbirth is very important. In addition to being useful for the health of the mother, it is also useful for the nutritional needs of the baby. World Health Organization (2019) data shows that around 17,230,142 breastfeeding mothers in the world experience problems such as sore nipples, breast swelling due to breast milk engorgement. The purpose of this study was to determine the relationship between breast care in breastfeeding mothers and the smoothness of breast milk production at IMP Nelly Harahap, Padangsidimpuan City in 2024. The type of research used is quantitative using a cross-sectional study approach. The population and sample in this study were all postpartum mothers at IMP Nelly Harahap, Padangsidimpuan City using a total sampling method of 30 people. The analysis used was the Chi-square test. The results of the study showed that carrying out breast care with smooth breast milk production was 33.3% carrying out breast care with irregular breast milk production 3.3% while those who did not carry out breast care with smooth breast milk production 13.3% did not carry out breast care with irregular breast milk production 50.0%. The results of the study using the chi square test obtained a value p-value = 0.000 (p = <0.05). So it can be concluded that there is a relationship between breast care in breastfeeding mothers and the smoothness of breast milk production at IMP Nelly Harahap, Padangsidimpuan City in 2024. It is hoped that mothers will explore more information about breast care as a provision to prevent breast infections.

Keywords **:Breast care, smooth breast milk production, breastfeeding mothers**
Bibliography **: 45 (2014-2024)**

UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
LEMBAGA PUSAT BAHASA

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan hidayahnya hingga peneliti dapat menyusun skripsi ini dengan judul "Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024" skripsi ini ditulis sebagai pedoman untuk melaksanakan penelitian dalam rangka penulisan skripsi yang menjadi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana kebidanan di Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.

Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Arinil Hidayah. SKM. M.Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.
2. Bd. Nurelilasari Siregar. M.Keb selaku Ketua Program Studi Kebidanan Proram Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.
3. Sri Sartika Sari Dewi SST, M.Keb selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Yulinda Aswan SST. M.Keb selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bd. Lola Pebrianthy, M.Keb, selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Hidayanti Rohimah Nurdin Siregar, M.Pd, selaku anggota penguji yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh dosen selaku program studi kebidanan program sarjana fakultas kesehatan Universitas Aufa Royhan.
8. Teristimewa untuk orang tua saya tersayang, Tahonogo Giawa dan Nur Cahaya Siregar yang menjadi sumber doa-doa, mendukung penuh harapan dan slalu memberikan motivasi kepada penulis, ucapan terimakasih yang slalu peneliti utarakan dengan sepenuh hati, Maka dari itu peneliti persembahkan skripsi ini untuk kalian berdua, sebagai ungkapan rasa terimakasih,karena telah membimbing sepenuh hati agar menjadi sosok yang terpelajar.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti menerima kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.

Padangsidimpuan, Februari 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI ..... **ii**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iv**
ABSTRACT ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR SKEMA ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
DAFTAR SINGKATAN ..... **xv**

BAB 1 PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 5
1.3 Tujuan Penelitian 5
1.3.1 Tujuan umum 5
1.3.2 Tujuan Khusus 5
1.4. Manfaat Penelitian 6
1.4.1 Manfaat Praktis 6
1.4.2 Manfaat Teoris 6

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA **7**
2.1 Kelancaran Pengeluaran ASI 7
2.1.1 Defenisi ASI 7
2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi dan pemberian ASI ... 9
2.1.3 Produksi ASI 13
2.1.4 Pengeluaran ASI 14
2.1.5 Tanda-Tanda Kelancaran ASI 14
2.2 Konsep Menyusui 15
2.2.1 Pengertian Menyusui 15
2.2.2 Manfaat Menyusui 15
2.2.3 Teknik Dalam Menyusui 18
2.2.4 Posisi Menyusui 20
2.2.5 Lama dan Frekuensi Menyusui Menyusui 21
2.2.6 Masalah Dalam Menyusui 21
2.3 Perawatan Payudara 23
2.3.1 Pengertian Perawatan Payudara 23
2.3.2 Tujuan Perawatan Payudara 24
2.3.3 Manfaat Perawatan Payudara 24
2.3.4 Dampak Jika Tidak Melakukan Perawatan Payudara 25
2.3.5 Pelaksanaan Perawatan Payudara 25
2.3.6 Teknik Perawatan Payudara 25
2.4 Kerangka Konsep 27
2.5 Hipotesis Penelitian 27

BAB 3 METODE PENELITIAN 29
3.1 Jenis dan Desain Penelitian 29
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian 29
3.2.1 Lokasi Penelitian 29
3.2.2 Waktu Penelitian 29
3.3 Populasi dan Sampel 30
3.3.1 Populasi 30
3.3.2 Sampel 30
3.4 Etika Penelitian 30
3.5 Defenisi Operasional 31
3.6 Instrumen Penelitian 31
3.7 Prosedur Pengumpulan Data. 32
3.8 Pengolahan Dan Analisis Data 33
3.8.1 Pengolahan Data 33
3.9Analisa Data 34
3.9.1 Analisa Univariat 34
3.9.2 Analisa Bivariat 34

BAB 4 HASIL PENELITIAN 35
4.1 Karakteristik Responden 35
4.2 Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui 35
4.3 Kelancaran Pengeluaran ASI 36
4.4 Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluran ASI 36

BAB 5 PEMBAHASAN 38
5.1 Perawatan Payudara 38
5.2 Kelancaran Pengeluaran ASI 40
5.3 Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI 42

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN 45
6.1 Kesimpulan 45
6.2 Saran 45

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian..... 35
Tabel 3.2. Definisi Operasional 37
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024. 35
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Perawatan Payudara pada ibu menyusui di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024. 35
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024. 36
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024 36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Posisi Menyusui Bayi…….24

Gambar 2.2 Perawatan Payudara……...31

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Konsep 34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin survey pendahuluan dari Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan
Lampiran 2. Surat Balasan Izin survey pendahuluan dari tempat penelitian
Lampiran 3. Surat Izin penelitian dari Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan
Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian dari tempat penelitian
Lampiran 5. Lembar Permohonan dan Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 6. Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran 7. Master Data
Lampiran 8. Hasil output SPSS
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian
Lampiran 10. Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN

ASI (Air Susu Ibu)

AKB (Angka Kematian Bayi)

AKI (Angka Kematian Ibu)

WHO (*World Health Organisation*)

KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi)

Ho (Hipotesis Nol)

Ha (Hipotesis Alternatif)

PRH (*Prolactin Releasing Hormon*)

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah kesehatan pada ibu pasca persalinan menimbulkan dampak yang dapat meluas keberbagai aspek kehidupan dan menjadi salah satu parameter kemajuan bangsa dalam penyelenggaraan pelayanan kesehatan kepada masyarakat yang menyangkut dengan angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB). Pada masa nifas terjadi perubahan-perubahan psikis ataupun fisik. Salah satu perubahan yang terjadi pada ibu nifas adalah perubahan pada payudara (Azimah, 2018).

Menurut data WHO *(World Health Organisation)* menunjukkan sekitar 17.230.142 ibu menyusui di dunia mengalami masalah seperti puting susu lecet, pembengkakan payudara karena bendungan ASI. Masalah tersebut sebanyak 22,5 persen mengalami puting susu lecet, 42 persen mengalami pembengkakan payudara karena bendungan ASI, 18 persen mengalami penyumbatan ASI, dan 6,5 persen mengalami abses payudara. Bahkan 38 persen wanita di dunia tidak menyusui bayinya dengan alasan mengalami pembengkakan payudara (Kemenkes, 2021).

Menurut data profil kesehatan Indonesia tahun 2020, cakupan bayi yang diberikan ASI secara eksklusif pada tahun 2020 secara nasional mencapai 66,06%. Angka pemberian ASI tersebut sudah melampaui target renstra pada tahun 2020 yaitu 40%, tapi belum mencapai target nasional yaitu 80%. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia dengan capaian tertinggi terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat dengan cakupan 87,3%, dan capaian terendah

terdapat pada provinsi Papua Barat dengan cakupan 33,96%. Walaupun provinsi Sumatra Utara capaian pemberian ASI nya mencapai renstra dengan cakupan sebesar 57,83%. tapi masih tergolong rendah dari provinsi lain. Dimana Sumatra utara menduduki posisi ke-3 terendah dari 34 provinsi di Indonesia (KEMENKES RI, 2021).

Provinsi Sumatera Utara (2019), persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata mencapai 40-60%. Hal ini disebabkan karena ketidaksadaran masyarakat dalam mendorong peningkatan pemberian ASI. Pengetahuan ibu tentang menyusui sangatlah kurang sehingga menyebabkan terjadinya bendungan ASI, perilaku ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya juga merupakan salah satu penyebab terjadinya (Taqiyah dkk, 2019).

Berdasarkan data dinas kesehatan Kota Padangsidimpuan Tahun 2024 jumlah bayi yang diberi ASI Eksklusif sebanyak 4.210 (37,79 %) dan pemberian ASI Eksklusif tertinggi berada di wilayah Puskesmas sidangkal yang terdiri dari 35,21% sedangkan pemberian ASI terendah berada diwilayah Puskesmas Sadabuan 14,31% (Data Dinkes 2024).

Perawatan payudara setelah melahirkan bertujuan agar payudara senantiasa bersih dan mudah di hisap oleh bayi. Banyak ibu yang mengeluh bayinya tidak mau menyusu, bisa jadi ini di sebabkan oleh faktor teknis seperti puting susu yang masuk atau posisi yang salah. Selain faktor teknis ini tentunya Air Susu Ibu juga di pengaruhi oleh asupan nutrisi dan kondisi psikologis ibu (Sulistiwati, 2019).

Menyusui sering menimbulkan masalah bagi ibu dan bayi. Pada sebagian ibu yang tidak paham bagaimana tehnik menyusui yang benar dapat menjadi

masalah dalam menyusui. Dimana masalah kegagalan dalam proses menyusui tersebut antara lain puting susu lecet, bendungan ASI, payudara bengkak, saluran susu tersumbat, abses payudara dan kelainan anatomis pada puting susu atau puting tenggelam/datar. Kejadian puting susu tenggelam dan lecet disebabkan oleh kurangnya perawatan payudara saat hamil sampai setelah melahirkan, posisi menyusui yang salah, trauma pada puting susu saat menyusui dan kurang rasa peduli ibu terhadap kesehatan payudaranya (Ratih, 2019).

Faktor yang menyebabkan ibu kurang melakukan perawatan payudara adalah kurangnya minat ibu dan pada kenyataannya banyak ibu mengabaikan perawatan payudara, dikarenakan ibu malas atau sesungguhnya ibu belum mengetahui manfaatnya. Pengetahuan ibu hamil terhadap perawatan payudara sangat menunjang ibu setelah bersalin, sehingga dapat memberikan ASI eksklusif pada bayi. Peran bidan dalam mengurangi angka kejadian infeksi nifas pada payudara adalah memberikan KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) tentang perawatan payudara, memberikan penyuluhan kepada ibu nifas agar tetap menjaga kebersihan payudaranya terutama pada puting susu, dan memberikan penyuluhan kepada ibu nifas tentang tanda tanda infeksi payudara (Nugrahani, 2015).

Menurut hasil yang dilakukan oleh peneliti (Nela & Novalina, 2022) berdasarkan data pada bulan Februari 2022 terdapat 10 orang ibu nifas, 4 diantaranya menyatakan lancar ASI dengan tidak menyatakan adanya keluhan namun 6 diantaranya menyatakan keluhan tidak lancar ASI oleh karena kurangnya pengetahuan mereka tentang bagaimana melakukan perawatan payudara yang baik sehingga menyebabkan mereka untuk memilih mengkonsumsi obat pelancar ASI atau memberhentikan proses menyusui dengan memberikan bayi mereka

dengan susu formula. Maka dari uraian tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian tentang "Hubungan Perawatan Payudara dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Puskesmas Kotarih Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2022.

Berdasarkan penelitian dari Sari dkk, (2021) mengatakan bahwa perawatan payudara yang dilakukan saat masa kehamilan akan membantu melenturkan puting ibu dan membuat aliran ASI menjadi bersih tanpa sumbatan. Pada penelitian tersebut menunjukkan hasil terdapatnya hubungan antara perawatan payudara selama kehamilan dengan suksesnya ASI eksklusif. Dimana ibu yang melakukan perawatan payudara saat hamil, tidak ada keluhan yang dirasakan saat menyusui seperti puting tidak menonjol, saluran susu yang tersumbat dan mastitis. Beberapa hal yang mengganggu tersebut dapat menyebabkan tidak optimalnya pemberian ASI eksklusif.

Gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek kelancaran pengeluaran ASI. Selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI sehingga dapat mencegah terjadinya bendungan pada payudara. Salah satu faktor yang mempengaruhi perawatan payudara adalah pengetahuan ibu. Semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu tentang perawatan payudara maka akan mempengaruhi pola pikir dan sikap ibu sehingga menumbuhkan perilaku positif untuk melakukan perawatan payudara. (Rukiah, 2018).

Berdasarkan survey awal pada 6 september 2024 yang dilakukan peneliti terdapat 10 orang ibu nifas, 4 diantaranya menyatakan lancar ASI dengan tidak menyatakan adanya keluhan namun 6 diantaranya menyatakan keluhan tidak

lancar ASI oleh karena kurangnya minat para ibu tentang bagaimana melakukan perawatan payudara yang baik sehingga menyebabkan para ibu untuk memilih mengkonsumsi obat pelancar ASI atau memberhentikan proses menyusui dengan memberikan bayi mereka dengan susu formula. Berdasarkan hal tersebut maka mendorong penulis untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI''

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap kota Padangsidimpuan Tahun 2024?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaranASI di PMB Nelly Harahap kota padangsidimpuan Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi perawatan payudara pada ibu menyusui di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.
3. Hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

a. Bagi responden

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan masukan untuk menambah wawasan motivasi atau pendorong terutama pada ibu nifas untuk mengetahui tentang hubungam perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI.

b. Bagi peneliti

Dapat menambah wawasan peneliti dalam penerapan ilmu yang didapat selama perkuliahan khususnya tentang hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI.

c. Bagi Institusi

Sebagai tambahan referensi tentang Hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024 untuk meningkatkan wawasan mahasiswi kebidanan Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidimpuan.

1.4.2 Manfaat Teoris

Dapat dijadikan sebagai informasi dan tambahan pengetahuan mengenai perawatan payudara dengan kelancaran ASI.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kelancaran Pengeluaran ASI

2.1.1 Defenisi ASI

Pengeluaran ASI adalah hasil dari suatu proses interaksi antara saraf, rancangan mekanik, dan berbagai hormon dalam kelenjar payudara. Pada proses pengeluaran ASI dimulai dari adanya sentuhan lidah bayi saat menghisap areola dan puting ibu hingga merangsang sampai hipotalamus dan hipofisis yang dapat mengontrol kadar hormon prolaktin dan oksitosin yang diproduksi. Pengeluaran ASI yang dilakukan dengan sering oleh ibu pada awal persalinan dapat meningkatkan tempat terjadinya reseptor prolaktin dalam meningkatkan produksi ASI. Produksi ASI yang meningkat dapat melancarkan pengeluaran air susu ibu. Pengeluaran ASI yang terjadi saat pertama kali memiliki kandungan antibodi yang dapat mencegah terjadinya penyakit pada bayi baru lahir (Dewi dkk., 2018)

1. Fisiologi Laktasi

Proses laktasi untuk produksi pengeluaran ASI memiliki beberapa faktor pengaruh dalam mencapai keberhasilan. Payudara ibu tersusun oleh berbagai sel dan jaringan yang bekerja sama dalam keberhasilan menyusui. ASI diproduksi kelenjar pada payudara khususnya pada sel alveoli. ASI mengalir menuju sinus lactiferous untuk berkumpul melalui organ duktus lactiferous untuk peningkatkan tekanan dalam payudara hingga terjadi reflex ASI menyembur keluar. Pada produksi ASI dipengarui oleh beberapa hormon yaitu: (Anggraeny, 2017)

a. Prolaktin

Prolaktin merupakan hormon yang berfungsi sebagai pembentukan ASI dalam sel alveoli. Prolaktin dilepaskan dari kelenjar hipofisis anterior ke dalam darah, sebagai respon pengisapan pada puting payudara sehingga mampu memberi stimulasi prolaktin umtuk mensitesis air susu ibu. Bila alveoli dipenuhi dengan ASI, maka dinding alveoli akan mengembang mempengarui penurunan produksi ASI karena prolaktin tidak mampu memasuki sel di dalamnya. Namun apabila ASI dalam aveolus dikosongkan bentuk akan kembali semula serta prolaktin akan tetap pada reseptor dapat meningkatkan produksi ASI. prolaktin memiliki puncak produksi tertinggi saat malam hari.

b. Oksitosin

Hormon Oksitosin diperoleh dari pelepasan kelenjar hipofisis posterior hingga merangsang kontraksi sel mioepitel di sekeliling alveoli untuk menyemburkan ASI *(let down reflex)* melalui duktus laktiferus. Fase ini duktus laktiferus memendek untuk meningkatkan tekanan dalam payudara hingga terjadi reflex penyemburan ASI *(let down reflex)* hingga ASI mampu mengalir keluar melalui adanya hisapan yang diberikan oleh bayi pada payudara sekitar aerola.

2. Jenis ASI

ASI yang dihasilkan oleh ibu memiliki jenis dan kandungan yang berbeda beda, terdapat 3 jenis ASI yang diproduksi oleh ibu.

a. Kolostrum

Kolostrum adalah cairan kekuning-kuningan yang diproduksi pada hari pertama hingga keempat dengan kandungan protein dan zat antiinfeksi yang tinggi

serta berfungsi sebagai pemenuhan gizi dan proteksi bayi baru lahir (Astutik, 2014)

b. *Transitional milk* (ASI peralihan)

ASI peralihan adalah air susu ibu yang keluar setelah kolostrum. ASI peralihan diproduksi 8-20 hari dengan kadar lemak, laktosa, dan vitamin larut air yang lebih tinggi, dan kadar protein, mineral lebih rendah (Widuri, 2013)

c. Susu matang (tipe ASI)

ASI matang adalah air susu ibu yang dihasilkan sekitar 21 hari setelah melahirkan dengan kandungan sekitar 90% air untuk hidrasi bayi dan 10% karbohidrat, protein, dan lemak untuk perkembangan bayi (Widuri, 2013). ASI matang memiliki dua tipe yaitu *foremilk* dan *hindmilk*. *Foremilk* diproduksi pada awal menyusui dengan kandungan tinggi protein, laktosa dan nutrisi lainnya namun rendah lemak, serta komposisi lebih encer. Sedangkan *hindmilk* diproduksi menjelang akhir menyusui dengan kandungan tinggi lemak (Astutik, 2014).

2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi dan pemberian ASI

a) Faktor yang mempengaruhi produksi ASI

Banyak hal yang mempengaruhi produksi ASI. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 hormon yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin asupan nutrisinya baik maka produksi ASI juga makin banyak (Situmorang, 2019).

Faktor lain yang mempengaruhi produksi ASI antara lain: (Heryani, 2012)

1) Kualitas makanan ibu

Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh makan yang dimakan ibu, apabila ibu makan teratur dan cukup mengandung gizi yang di perlukan maka akan mempengaruhi kelancaran produksi ASI, karena kelenjar pembuat ASI tidak akan bekerja dengan sempurna tanpa makanan yang cukup (Heryani, 2012).

2) Hormonal

ASI di produksi sebagai hasil kerja hormon dan refleks. Hormon tersebut telah bekerja sejak ibu hamil. Hormon yang berperan dalam proses menyusui adalah hormon prolaktin yang merupakan hormon laktogenik yang menentukan dalam hal pengadaan dan mempertahankan sekresi air susu (Heryani, 2012).

3) Psikologi dan sosial

a. Rasa percaya diri ibu

Keberhasilan proses menyusui sangat dipengaruhi oleh rasa percaya diri ibu bahwa ia mampu menyusui atau memproduksi ASI yang cukup untuk bayinya, kurang percaya diri, cemas dan stres dan berbagai bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak terjadi produksi ASI.Untuk memproduksi ASI yang baik harus dalam keadaan tenang (Heryani, 2012)

b. Kontak langsung ibu pada bayi

Ikatan kasih sayang ibu dan bayi terjadi oleh berbagai rangsangan, seperti sentuhan kulit dan mencium bau yang khas antara ibu dan bayi. Bayi merasa aman dan puas karna mendapat kehangatan dari dekapan ibunya (Heryani, 2012).

c. Interaksi ibu dan bayi

Sikap ibu dalam memberikan ASI kepada bayi dan bagaimana bayi memberikan respon adalah satu interaksi yang dapat menciptakan kasih sayang antara ibu dan bayi (Heryani, 2012).

4) Faktor hisapan bayi

Ibu yang jarang menyusui bayinya segera dan berlangsung sebentar maka hisapan anak berkurang, dengan demikian pengeluaran ASI berkurang. Dan semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI semakin banyak. Apabila puting susu dihisap oleh bayi maka rangsangannya diteruskan ke hipotalamus untuk mengeluarkan prolactin dan oksitosin (Heryani, 2012).

5) Faktor istirahat

Ibu yang cukup istirahat relaks dan percaya diri akan melancarkan produksi ASI dan Ibu yang kurang istirahat akan mengalami kelemahan dalam menjalankan fungsinya dan pembentukan pengeluaran ASI berkurang. Ibu menyusui mempunyai kebutuhan istirahat paling sedikit 8 jam/hari. (Heryani, 2012)

6) Inisiasi menyusui dini

Ibu yang melakukan IMD akan mendapatkan rangsangan pada puting ibu oleh hisapan bayi. Proses menyusui lebih dini akan menyebabkan rangsangan puting susu yang kemudian membentuk prolactin oleh hipofisis sehingga pengeluaran ASI lancar (Heryani, 2012).

7) Pengunaan alat kontrasepsi

Ibu yang sedang menyusui bayinya penggunaan alat kontrasepsi harus di perhatikan karena pemakaian kontrasepsi yang tidak tepat dapat mempengaruhi produksi ASI (Heryani, 2012).

8) Perawatan payudara

Ibu yang melakukan perawatan payudara, akan merangsang buah dada dan akan mempengaruhi hypopise untuk mengeluarkan hormon progesteron dan estrogen lebih banyak lagi dan hormon oksitosin (Heryani, 2012).

9) Pekerjaan

Dengan adanya peran ganda seorang ibu baik ia sebagai ibu pekerja maupun sebagai ibu rumah tangga, manakala peran tersebut tidak sesuai proporsinya maka akan timbul dampak negatif dan sebaliknya. Pada ibu yang tenang, tidak cemas dan stres akan mengalami peningkatan produksi kelancaran produksi ASI (Maryunani, 2015).

10) Umur

Ibu yang mempunyai umur 20-30 tahun banyak yang memberikan Ibu ASI eksklusif dikarenakan usia ini merupakan masa reproduksi sehat sehingga ibu mampu memecahkan masalah-masalah yang dihadapi dengan lebih matang secara emosional, terutama dalam kehamilan, persalinan, nifas dan berat bayinya (Maryunani, 2015).

11) Paritas

Ibu yang memiliki paritas primi banyak yang belum memberikan ASI ekslusif dikarenakan seorang ibu dengan bayi pertamanya mungkin akan mengalami masalah ketika menyusui yang sebetulnya hanya karena tidak tahu

cara-cara yang sebenarnya dan apabila ibu mendengar ada pengalaman menyusui yang kurang baik yang dialami orang lain hal ini memungkinkan ibu ragu untuk memberikan ASI pada bayinya (Maryunani, 2015).

12) Pengetahuan

Pengetahuan yang rendah tentang manfaat dan tujuan pemberian ASI eksklusif bisa menjadi penyebab gagalnya pemberian ASI eksklusif pada bayi. Kemungkinan pada saat pemeriksaan kehamilan mereka tidak memperoleh penyuluhan intensif tentang ASI eksklusif, kandungan, manfaat ASI, dan kerugian jika tidak memberikan ASI eksklusif (Maryunani, 2015).

2.1.3 Produksi ASI

Selama masa kehamilan, konsentrasi hormon estrogen yang tinggi menyebabkan perkembangan duktus yang ekstensif sementara kadar progesteron yang tinggi merangsang pembentukan lobulus dan alveolus. Peningkatan konsentrasi hormon prolaktin juga ikut berperan dalam menginduksi enzim-enzim yang diperlukan untuk menghasilkan susu dan memperbesar payudara. Hormon prolaktin ini adalah hormon yang disekresikan oleh hipofisis anterior.

Setelah masa persalinan plasenta akan lepas dan berkurangnya fungsi korpus luteum. Selanjutnya, estrogen dan progesteron juga berkurang konsentrasinya, ditambah ujung-ujung saraf sensoris. Fungsinya, sebagai reseptor mekanik untuk memproduksi ASI. Hisapan puting susu bayi menyebaban dilepaskannya impuls aferens melalui medulla spinalis ke batang otak dan hipotalamus. Hormon prolaktin distimulus oleh PRH *(Prolactin Releasing Hormon)*, dihasilkan oleh kelenjar hipofisis anterior yang ada di dasar otak.

Hormon ini merangsang sel-sel alveolus yang berfungsi untuk membuat air susu. Pengeluaran prolaktin sendiri diisi oleh pengosongan ASI dari sinus lactiferus, semakin banyak ASI yang dihisap oleh bayi, semakin banyak ASI yang diproduksi oleh payudara, sebaliknya apabila bayi berhenti menghisap maka payudara akan berhenti memproduksi ASI (katuk M,2018).

2.1.4 Pengeluaran ASI

Pengeluaran ASI adalah refleks aliran yang timbul akibat perangsangan puting susu dikarenakan hisapan bayi. Bersamaan dengan mekanisme pembentukan prolaktin pada hipofisis anterior yang dijelaskan sebelumnya, rangsangan yang berasal dari hisapan bayi pada puting susu tersebut dilanjutkan ke hipofisis posterior sehingga keluar hormon oksitosin. Hal ini menyebabkan sel-sel miopitel disekitar alveolus akan berkontraksi dan mendorong ASI yang telah terbuat masuk ke duktus laktiferus kemudian masuk ke mulut bayi, pengeluaran oksitosin selain dipengaruhi oleh hisapan bayi, juga oleh reseptor yang terletak pada duktus laktiferus. Bila duktus laktiferus melebar, maka secara reflektoris oksitosin dikeluarkan oleh hipofisis (Sholichah N,2018).

2.1.5 Tanda-Tanda Kelancaran ASI

Untuk mengetahui jumlah produksi dan kelancaran dalam pengeluaran ASI dapat dilakukan dengan memperhatikan beberapa karakteristik atau tanda yang dimunculkan yakni (Febrianti dan Yohana, 2018) :

1. Terlihat rembesan ASI di payudara, dikarenakan kondisi ASI pada payudara ibu penuh.
2. ASI keluar bila diberi suatu pijatan reflek pada area areola.
3. ASI memancar keluar, serta menetes saat tidak menyusui.

4. ASI yang cukup kepada bayi, maka bayi akan tenang dan tertidur hingga 3-4 jam.
5. Jumlah buang air kecil (BAK) hingga6-8 kali, serta besar frekuensi BAB bayi sebesar 4 kali dalam sehari.
6. Jumlah bayi menyusu 8-10 menit selama 24 jam .
7. Terdengar suara menelan ASI oleh ibu pada bayinya saat menyusui.
8. Ibu merasa geli bila ada aliran susu.

2.2 Konsep Menyusui

2.2.1 Pengertian Menyusui

Secara umum, menyusui yaitu produksi dan pengeluaran. Menyusui adalah suatu cara yang tidak ada duanya dalam pemberian makanan bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat serta mempunyai pengaruh biologis dan kejiwaan yang unik terhadap kesehatan ibu dan bayi. Menyusui merupakan kegiatan yang menyenangkan bagi ibu sekaligus memberikan manfaat yang tidak terhingga pada anak (Anggraini, 2010).

2.2.2 Manfaat Menyusui

1. Bagi Bayi

Menurut Roesli (2013) dalam Karnita (2018), manfaat ASI Eksklusif bagi bayi yaitu:

1) Sebagai nutrisi dan makanan tunggal untuk memenuhi semua kebutuhan pertumbuhan bayi sampai usia 6 bulan.
2) Meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung beberapa zat anti kekebalan sehingga akan lebih jarang sakit. ASI juga mengurangi kejadian mencret, sakit telinga, dan infeksi saluran pernapasan.

3) Melindungi bayi dari serangan alergi. Pada bulan-bulan pertama kehidupan, dinding usus bayi lebih "berlubang" atau lebih terbuka sehingga dapat membocorkan protein asing ke dalam darah dan ASI tidak mengandung lactoglobulin dan bovine serum albumin yang sering menyebabkan alergi.
4) Meningkatkan kecerdasan karena ASI mengandung asam lemak yang diperlukan untuk pertumbuhan otak sehingga bayi ASI Eksklusif potensial lebih pandai.
5) Meningkatkan daya penglihatan dan kepandaian bicara.
6) Membantu pembentukan rahang yang baik karena gerakan menyusu mulut bayi pada payudara dan telah dibuktikan bahwa salah satu penyebab maloklusi rahang adalah karena kebiasaan lidah yang mendorong ke depan akibat menyusu pada botol dan dot.
7) Menunjang perkembangan motorik sehingga bayi ASI Eksklusif akan lebih cepat bisa jalan.
8) Meningkatkan jalinan kasih sayang bayi dan ibu karena bayi sering berada dalam dekapan ibu. Bayi juga akan merasa aman dan tentram, terutama karena masih dapat mendengar detak jantung ibunya yang telah ia kenal sejak dalam kandungan.
9) Menunjang perkembangan kepribadian, kecerdasan emosional, kematangan spiritual, dan hubungan sosial yang baik.

2. Bagi Ibu

Menurut Ambarwati dan Wulandari (2010), manfaat ASI Eksklusif bagi ibu yaitu:

1) Aspek kontrasepsi Hisapan mulut bayi pada puting susu merangsang ujung saraf sensorik sehingga posanterior hipofise mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen yang mengakibatkan tidak adanya ovulasi. Pemberian ASI Eksklusif memberikan 98% metode kontrasepsi yang efisien selama periode ASI Eksklusif dan belum terjadi menstruasi kembali.
2) Aspek kesehatan ibu Isapan bayi pada payudara akan merangsang pembentukan oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu proses involusi uteri dan mencegah terjadinya perdarahan pospartum. Penundaan haid dan berkurangan perdarahan pasca persalinan akan mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi. Kejadian karsinoma mammae dan ovarium pada ibu menyusui yaitu berdasarkan penelitian 25% lebih rendah dibanding pada ibu yang tidak menyusui. Mencegah kanker hanya dapat dirasakan oleh ibu yang menyusui anaknya secara eksklusif.
3) Aspek penurunan berat badan Pada saat hamil badan bertambah berat, selain karena ada janin juga karena penimbunan lemak pada tubuh. Cadangan lemak ini sebetulnya memang disiapkan sebagai sumber tenaga dalam proses produksi ASI. Dengan menyusui, tubuh akan menghasilkan ASI lebih banyak lagi sehingga timbunan lemak yang berfungsi sebagai cadangan tenaga akan terpakai sehingga berat badan ibu akan menyusut atau kembali seperti keadaan sebelum hamil.
4) Aspek psikologis Keuntungan psikologis menyusui bukan hanya untuk bayi tetapi juga untuk ibu. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan, rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia.

2.2.3 Teknik Dalam Menyusui

Menurut Kelly (2012), cara menyusui ada 3 bagian, antara lain :

1. Teknik menyusui dengan cara duduk
   a. Ibu tegak, tetap santai. Usahakan ibu duduk di kursi tanpa sandaran tangan. Kursi dengan sandaran tangan akan mengganggu gerak ibu saat menyusui. Pada saat duduk, kaki ibu mencapai lantai atau tidak tergantung.
   b. Pada saat ibu memangku bayinya, lengan yang menopang tubuh bayi perlu diganjal bantal agar lebih lebih menahan bayi. Bayi pun dapat tidur dengan nyaman.
   c. Tangan penopang selalu menopang punggung dan leher bayi, sedangkan telapak tangan menahan bokong bayi. Letakkan bantal penahan lengan di antara tangan penopang dan pada ibu.
   d. Tangan lain yang tidak menopang tubuh bayi membantu mengeluarkan ASI ke mulut bayi. Caranya, jari tangan dan ibu jari menjepit payudara. Usahakan mulut bayi masuk sampai mencapai lingkaran pangkal puting (daerah lingkaran coklat).
   e. Jika menyusui baru berlangsung 2-3 menit, tetapi payudara terasa masih tegang, padahal bayi tampak malas atau mengantuk, sebaiknya bayi dibangunkan dan disusui kembali ASI masih cukup banyak.
   f. Sadari bahwa menyusui merupakan kesempatan yang paling baik dalam memberi bayi kesempatan berada di dekat ibunya walaupun sewaktu bekerja ibu terpaksa berpisah dengan bayinya.

g. Jika selama menyusui (5-10 menit) payudara sudah tidak tegang, susui bayi dengan payudara yang lain sampai bayi kenyang dan tertidur.

h. Untuk mengeluarkan udara yang masuk ke dalam lambung bayi, yakni udara yang terpisah pada saat menyusui, sandarkan dada bayi ke dada ibu sampai kepalanya di atas bahu ibu, kemudian urut atau tepuk panggungnya secara perlahan selama dua menit sehingga bayi dapat bersendawa.

i. setelah bayi kenyang disusui, tidurkanlah dengan posisi miring. Jika terjadi muntah, muntahnya tidak masuk ke jalan napas.

2. Teknik menyusui sambil berbaring

a. Ibu berbaring miring dan punggung diganjal bantal.

b. Usahakan lengan sebelah payudara yang mengarah ke mulut bayi dapat menopang tubuh bayi, mulai dari leher, punggung dan bokongnya. Jadi, kedudukan bayi tetap berbaring sambil ditopang lengan ibunya.

c. Leher bayi terletak di persendian lengan ibunya. Punggung bayi di lengan bawah ibu, sedangkan bokongnya di topang dengan telapak tangan ibu. Dengan demikian, mulut bayi dapat diatur agar dapat mencapai puting payudara ibu.

d. Tangan ibu yang bebas membantu memasukkan puting susu ke mulut bayi sambil telapak tangan menahan payudara agar tidak menutup hidung bayi. Jari telunjuk dan jari tengah membantu mengeluarkan ASI dengan cara menjepit payudara.

e. Jangan menyusui menggunakan dot sebelum cara menyusui ini bisa dilakukan dengan baik.

2.2.4 Posisi Menyusui

a. Posisi Menyusui Baik dan Benar

1. Tubuh bagian depan bayi menempel pada tubuh ibu.
2. Dagu menyentuh payudara ibu dengan mulut terbuka lebar.
3. Hidung bayi mendekati dan kadang-kadang menyentuh payudara ibu.
4. Mulut bayi mencakup sebanyak mungkin areola (tidak hanya putting saja), lingkar areola atas terlihat lebih banyak daripada areola bagian bawah. Bibir bawah bayi melengkung ke luar.
5. Bayi mengisap kuat dan dalam secara berhenti sesaat (jeda) yang menandakan bahwa dalam mulutnya penuh ASI dan hal ini merupakan kesempatan bayi untuk menelan ASI.
6. Bayi puas dan tenang pada akhir menyusu. Puting susu tidak terasa sakit atau lecet.
7. Kepala dan badan bayi berada dalam satu garis lurus.
8. Wajah bayi harus menghadap payudara dengan hidung berhadapan dengan puting.
9. Ibu harus memeluk badan bayi dekat dengan badannya.
10. Jika bayi baru lahir, ibu harus menyangga seluruh badan bayi, bukan hanya kepala dan bahu (Dewi, dkk, 2011).

b. Hal-Hal yang Diperhatikan Pada Waktu Menyusui Bayi

1. Susuilah bayi segera seetelah lahir.
2. Berilah bayi ASI saja pada bulan pertama dan kedua.
3. Ibu yang menyusui sebaiknya makan makanan yang bergizi tinggi dan minum kurang lebih 8-12 gelas sehari.

tidak mengetahui cara pemberian ASI dan menyusui secara efektif dan manfaat dari ASI itu sendiri untuk bayinya.

2. Puting susu yang pendek / terbenam ke dalam (Inverted Nipple)

Ada tiga macam bentuk putting susu yaitu panjang, pendek, datar atau tenggelam. Kebanyakan ibu yang tidak mengetahui dan beranggapan bahwa dengan kehamilan puting susu menjadi lentur dan mengecilkan peluang ibu untuk menyusui.

3. Payudara bengkak (Engorgement)

Terjadi saat tiga hari setelah melahirkan payudara sering terasa tegang, nyeri, dan penuh

4. Puting susu nyeri

Terjadi selama awal menyusui. Puting susu nyeri berkurang setelah ASI keluar, putting susu ibu dan mulut bayi dalam posisi posisi tepat .

5. Puting susu tidak lentur

Pada awal kehamilan puting susu yang tidak lentur akan menyulitkan bayi untuk menyusui dan akan menjadi lentur kembali saat menjelang persalinan.

6. Putting susu lecet *(Abraded and or Cracked Nipple)*

Di sebabkan trsuh (candidates) atau dermatitis dan kesalahan saat posisi menyusui yang kurang tepat saat bayi menghisap pada putting.

7. Mastitis atau abses payudara

Terjadi pada masa nifas 1-3 minggu setelah persalinan akibat sumbatan saluran ASI pada saat dihisap atau dikeluarkan dilakukan secara tidak efektif.

8. Saluran ASI tersumbat *(Obstructed Duct)*

Air susu mengental hingga menyumbat lumen saluran. Akibat air susu jarang dikeluarkan dan adanya penekanan jari ibu saat menyusui, posisi bayi atau bra yang ketat.

9. Produksi ASI kurang

Terjadi karena ibu merasa tidak dapat memberikan ASI bagi bayinya karena produksi ASI nya kurang.

10. Ibu melahirkan *Sectio Cesarea*

Bayi yang dilahirkan sectio cesarea belum dapat disusui karena anaestesia umum yang menyebakan ibu belum sadar. Sehingga menghambat waktu menyusui saat bayi baru dilahirkan.

11. Ibu bekerja

Penyebab utama penyapihan adalah ibu yang aktif bekerja. Dan ibu memberikan susu formula karena ASI perah tidak cukup sehingga menyebabkan ibu bekerja berhenti menyusui.

2.3 Perawatan Payudara

2.3.1 Pengertian Perawatan Payudara

Perawatan payudara merupakan suatu tindakan perawatan payudara yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan. Perawatan payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya aliran susu sehingga mempelancar pengeluaran ASI, serta menghindari terjadinya pembengkakan dan kesulitan menyusui, selain itu juga menjaga kebersihan payudara agar tidak mudah terkena infeksi.(Azizah & Rosyidah, 2021).

Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancarkan pengeluaran ASI. Perawatan payudara adalah perawatan payudara setelah ibu melahirkan dan menyusui yang merupakan suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu keluar dengan lancar (Elisabeth, 2018).

2.3.2 Tujuan Perawatan Payudara

a. Memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI.
b. Menjaga kebersihan payudara sehingga terhindar dari infeksi
c. Menghindari putting susu yang sakit dan infeksi payudara.
d. Menjaga keindahan bentuk payudara.
e. Memperbanyak produksi ASI.
f. Mengetahui adanya kelainan (Saryono, 2019).

2.3.3 Manfaat Perawatan Payudara

Menurut Kristiyanasari (2018), ada beberapa manfaat melakukan perawatan payudara adalah sebagai berikut:

a. Menjaga kebersihan payudara, terutama kebersihan puting susu agar terhindar dari infeksi.
b. Melunakkan serta memperbaiki bentuk puting susu sehingga bayi dapat menyusu dengan baik.
c. Merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI lancar.
d. Mengetahui secara dini kelainan puting susu dan melakukan usaha-usaha untuk mengatasinya.
e. Mempersiapkan mental (psikis) ibu untuk menyusui.

2.3.4 Dampak Jika Tidak Melakukan Perawatan Payudara

Menurut Kristiyanasari (2018), dampak yang dapat terjadi pada ibu jika tidak melakukan perawatan payudara adalah:

1. ASI tidak lancar.
2. Puting susu tidak menonjol, sehingga bayi sulit menghisap.
3. Produksi ASI sedikit sehingga tidak cukup dikonsumsi bayi.
4. Infeksi pada payudara, payudara bengkak atau bernanah.
5. Muncul benjolan di payudara

2.3.5 Pelaksanaan Perawatan Payudara

Pertama dilakukan pada hari kedua setelah melahirkan minimal dua kali dalam sehari. Alat-alat yang digunakan yaitu :

a. Baby oil atau minyak kelapa secukupnya
b. Kapas secukupnya
c. Waslap 2 buah
d. Handuk bersih 2 buah
e. Bengkok
f. 2 baskom berisi air (hangat dan dingin)
g. BH yag bersih untuk menyokong payudara dan terbuat dari katun (Saryono, 2019)

2.3.6 Teknik Perawatan Payudara

a. Tempelkan kapas yang sudah diberi minyak kelapa atau baby oil ± 5 menit, kemudian puting susu dibersihkan.
b. Tempatkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara kemudian urut keatas, terus kesamping, kebawah dan melintang hingga tangan

menyangga payudara, kemudian lepaskan tangan dari payudara secara pelan pelan, dilakukan sebanyak 20-30 kali.

c. Tempatkan kedua telapak tangan kemudian bersihkan dan tariklah putting susu keluar terutama untuk putting susu yang datar.

d. Telapak tangan kiri menopang payudara kiri dan jari-jari kanan saling dirapatkan, kemudian sisi kelingking tangan kanan mengurut payudara dari pangkal kearah putting, demikian pula payudara kanan, dilakukan sebanyak 20-30 kali.

e. Telapak tangan menopong payudara pada cara ke-2 kemudian jari tangan kanan dikepalkan kemudian buku-buku jari tangan kanan mengurut dari pangkal kearah putting, bergantian kanan dan kiri, dilakukan sebanyak 20-30 kali.

f. Selesai pengurutan, payudara disiram dengan air hangat dan dingin bergantian selama ± 5 menit, keringkan payudara dengan handuk bersih kemudin gunakan BH yang bersih dan menopang (Andriani, 2018).

a. Langkah-langkah untuk membersihkan puting payudara:

1. Basahi kapas dengan baby oil
2. Kompres kedua puting susu dengan kapas yang sudah dibasahi dengan baby oil tadi selama 3-5 menit
3. Gosok-gosokkan dengan lembut kapas di sekitar puting untuk mengangkat kotoran yang menempel.
4. Untuk membersihkan puting dari baby oil, kompreslah dengan washlap hangat bergantian dengan washlap dingin selama 5 menit

1. H0 :Tidak ada hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan.
2. Ha :Ada hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan.

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan rancangan menggunakan pendekatan *cross sectional study* merupakan salah satu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen yang hanya satu kali dalam pengambilan data penelitian. Tujuan untuk mengetahui hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024, dengan alasan karena masih ada ibu nifas yang belum mengetahui manfaat perawatan payudara dan belum mengetahui bagaimana cara melakukan perawatan payudara.

3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan dari bulan Juli 2024 – Januari 2025

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian

Kegiatan	Agst	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb
Pengajuan judul	■						
Penyusunan proposal	■	■					
Seminar proposal			■				
Perbaikan proposal				■	■	■	
Penelitian						■	
Bimbingan hasil penelitian						■	
Sidang hasil penelitian							■
Perbaikan hasil Penelitian							■

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui di wilayah PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan sebanyak 30 orang ibu menyusui bulan Desember-Februari 2025.

3.3.2 Sampel

Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *total sampling* yaitu semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian yang jumlah ialah 30 orang.

3.4 Etika Penelitian

1. *Informed consent*

   Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan.

2. *Anonimity* (tanpa nama)

   Masalah etika kebidanan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

   Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya (Hidayati, 2018).

3.5 Defenisi Operasional

Tabel 3.2. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Independent Perawatan Payudara	Suatu tindakan pengurutan pada kedua payudara yang dilakukan dengan tujuan memperlancar produksi ASI	Kuesioner	Nominal	Dilakukan: Jika responden memperoleh skor 12 Tidak melakukan: Jika jawaban responden memperoleh total <12
Dependent Kelancaran pengeluaran ASI	ASI keluar spontan tanpa bantuan alat	Koesioner	Nominal	Lancar: Jika jawaban responden memperoleh skor 3-5 Tidak lancar: Jika total jawaban responden memperoleh skor 0-2

3.6 Instrumen Penelitian

Lembar observasi yang digunakan dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian sebelumnya Alfrianti (2018) dengan judul hubungan perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Pertiwi Makasar uji validitas diperoleh nilai r hitung > r tabel (0,388) serta uji reliabilitas untuk instrument ini diperoleh cronbach's alpha 947, maka kusioner ini dinyatakan valid dengan 12 pertanyaan tentang perawatan payudara dan 5 pertanyaan tentang kelancaran ASI yang digunakan adalah lembar kuesioner dengan 3 kategori yaitu:

1. Data Demografi, secara umum berisi inisial responden, umur, pendidikan, status pekerjaan.
2. Pengetahuan perawatan payudara ibu menyusui menggunakan lembar kuesioner dengan 12 pertanyaan dengan *skala guttman*, yaitu jawaban responden "ya" dan "tidak". Jika jawaban ya diberi nilai 1, dan jika jawaban tidak nilai 0.
3. Kelancaran pengeluaran ASI digunakan kuesioner dengan jenis *skala guttman* yaitu pertanyaan dengan jawaban ya dan tidak .Kuesioner terdiri dari 5 pertanyaan,jika jawabannya ya=1 dan jika jawabannya tidak =0.

3.7 Prosedur Pengumpulan Data.

1. Tahap persiapan dimulai dengan menetapkan tema judul penelitian, melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing, membuat proposal penelitian, melakukan studi pendahuluan.
2. Mengurus surat permohonan izin penelitian dari Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan, kemudian mengirim permohonan izin penelitian kepada PMB Nelly Harahap Padangsidimpuan.
3. Peneliti berkoordinasi dengan bidan untuk menyampaikan informasi bagaimana agar peneliti bisa bertemu dengan responden untuk membagikan kuesioner.
4. Pembagian kuesioner kepada responden tidak dilakukan secara bersamaan,tetapi bisa dilakukan sesuai dengan berkunjung langsung kerumah ibu menyusui secara door to door.

5. Peneliti memperkenalkan diri terlebih dahulu,menjelaskan tujuan dan prosedur pengambilan data penelitian,serta meminta persetujuan pada responden.
6. Setiap responden yang merupakan ibu menyusui diberikan informed consent dan selanjutnya diberikan lembar kuesioner untuk di isi.
7. Setelah data terkumpul, maka peneliti melakukan pengolahan data.

3.8 Pengolahan Dan Analisis Data

3.8.1 Pengolahan Data

1. *Editing (memeriksa data)*

   Yaitu melakukan pemeriksaan terhadap semua data yang telah dikumpulkan dari kuesioner yang telah diberikan pada ibu nifas.

2. *Coding* (pemberian kode)

   Pemberian kode pada variabel – variabel yang diteliti.

3. *Entering Pemindahan data kekomputer*

   Yaitu pemindahan data yang telah diubah menjadi kode (berupa angka) kedalam komputer, yaitu menggunakan program komputerisasi.

4. *Cleaning* (Pembersihan Data)

   Yaitu memastikan semua data yang telah dimasukkan kekomputer sudah benar dan sesuai sehingga hasil analisa data akan benar dan akurat.

5. *Processing*

   Setelah lembar kuesioner terisi penuh, serta sudah melewati pengkodean, maka langkah selanjutnya adalah memproses data agar yang sudah di entri dapat di analisis. Pemrosesan dilakukan dengan cara mengentri data dari kuesioner ke paket program computer yaitu SPSS.

3.9Analisa Data

3.9.1 Analisa Univariat

Analisa ini digunakan untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi atau besarnya proporsi berdasarkan tabel yang diteliti.Distribusi frekuensi tentang variabel independent (perawatan payudara pada ibu menyusui),variabel dependent (kelancaran pengeluaran ASI).

3.9.2 Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variable independen dan variable dependen. Uji statistik yang digunakan adalah *Chisquare* dengan syarat *expected count* tidak boleh lebih dari 5. Untuk menguji hubungan antara variabel yang satu dengan variable lainnya, dengan tingkat signifikasinya p=0,05. Jika (p<0,05) maka Ha diterima dan H0 ditolak (Notoatmodjo, 2015).

BAB 4

HASIL PENELITIAN

4.1 Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.

Karakteristik	F	%
Umur		
< 20 Tahun	5	16,7
20-35 Tahun	25	83,3
Total	**30**	**100,0**
Pekerjaan		
Irt	17	56,7
Wiraswasta	7	23,3
Pns	6	20,0
Total	**30**	**100,0**
Pendidikan		
Sd	4	13,3
Smp	8	26,7
Sma	12	40,0
S1	6	20,0
Total	**30**	**100,0**

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat diketahui bahwa umur responden mayoritas berumur 20-35 tahun sebanyak 25 orang (83,3 %) dan minoritas berumur <20 tahun sebanyak 5 orang (16,7 %).Berdasarkan pekerjaan mayoritas responden adalah ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 17 orang (56,7%).Berdasarkan tingkat pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 12 orang (40,0%).

4.2 Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Perawatan Payudara pada ibu menyusui di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.

Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui	F	%
Melakukan	11	36,7
Tidak melakukan	19	63,3
Total	**30**	**100,0**

Hasil tabel 4.2 di atas dapat diketahui bahwa perawatan payudara pada ibu menyusui mayoritas responden tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 19 orang (63,3 %).

4.3 Kelancaran Pengeluaran ASI

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.

Kelancara Pengeluaran ASI	F	%
Lancar	14	46,7
Tidak Lancar	16	53,3
Total	**30**	**100,0**

Hasil Tabel 4.3 di atas dapat diketahui bahwa kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui mayoritas responden tidak lancar sebanyak 16 orang (53,3%).

4.4 Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluran ASI

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

Perawatan Payudara	Kelancaran Pengeluaran ASI						P-value
	Lancar		Tidak lancar		Jumlah		
	F	%	F	%	F	%	
Melakukan	10	33,3	1	3,3	11	36,7	0,000
Tidak melakukan	4	13,3	15	50,0	19	63,3	
Total	**14**	**46,7**	**16**	**53,3**	**30**	**100,0**	

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diperoleh hasil dari total 30 responden, yang melakukan perawatan payudara sebanyak 11 orang (36,7) dengan pengeluaran ASI lancar sebanyak 10 orang (33,3%) dan pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 1 orang (3,3%). sedangkan yang tidak melakukan perawatan payudara

sebanyak 19 orang (63,3%) dengan pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 15 orang (50%) dan pengeluaran ASI lancar sebanyak 4 orang (13,3%).

Hasil uji *chi square* diperoleh nilai p=0,00 (<0,05),yang berarti Ha diterima dan H0 ditolak maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Perawatan Payudara

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024 didapatkan perawatan payudara pada ibu menyusui responden mayoritas tidak melakukan sebanyak 19 orang (63,3%) dan minoritas melakukan 11orang (36,7%).

Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) umtuk memperlancar pengeluaran ASI.Manfaat perawatan payudara diantaranya dapat merangsang kelenjar air susu sehingga produksi ASI menjadi lancar dan mencegah penyumbatan pada payudara (kumala sari,2018).

Penelitian yang dilakukan oleh mitrami (dkk) 2021 yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara bentuk dan kondisi putting susu yang bersih dan menonjol dengan produksi ASI pada ibu menyusui.Menurut penelitian hal ini dikarenakan apabila seorang ibu menyusui dan tidak merawat payudara (putting) maka diarea disekitar areola dan putting akan terdapat kerak atau sisa ASI yang mengering sehingga dapat menyumbat saluran pengeluaran ASI menjadi tidak lancar dan akan mengganggu proses menyusui.Selain itu dengan melakukan perawatan payudara,area sekitar payudara akan menjadi lebih bersih dan putting yang datar bisa menonjol keluar sehingga bayi dapat menyusu dengan nyaman dan terhindar dari kuman dan bakteri yang dapat menyebabkan bayi terserang penyakit atau infeksi.

Penelitian Ariu Dewianti dan Liana Anggreani (2020),disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI.Ibu yang rutin melakukan perawatan payudara Pengeluaran ASI nya menjadi lancar dan payudara nya menjadi bersih dan sehat.Sebaliknya ibu yang tidak melakukan perawatan payudara,produksi ASI nya tidak lancar.Oleh karena itu semakin rutin ibu melakukan perawatan payudara maka produksi ASI nya juga akan baik.

Asumsi peneliti terdapat 19 orang (63,3%) tidak melakukan perawatan payudara.Responden yang mayoritasnya tidak melakukan perawatan payudara dikarenakan belum memiliki pengalaman,tidak pernah mendapatkan penyuluhan atau tidak mencari informasi dari media massa.Kurangnya rasa ketertarikan ibu untuk melakukan perawatan payudara disebabkan karena status pendidikan ibu yang hanya sebatas sekolah dasar, status pekerjaan ibu yang hanya menjadi ibu rumah tangga serta kurangnya pengetahuan atau informasi yang ibu dapatkan mengenai perawatan payudara dan kurangnya rasa keingin tahu ibu untuk mencari tentang perawatan payudara dan cara perawatan payudara yang benar.

Kemudian terdapat 11 orang (36,7%) melakukan perawatan payudara, responden yang rutin melakukan perawatan payudara sudah pasti mengetahui manfaat perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI yang sangat baik untuk meningkatkan kualitas bayi dan upaya menurunkan morbilitas dan mortalitas bayi. Dalam masa menyusui, pengetahuan tentang perawatan payudara sangat penting untuk diketahui ibu, hal ini berguna untuk menjaga keindahan payudara serta menghindari masalah-masalah dalam proses menyusui.

Masih banyaknya ibu nifas yang tidak melakukan perawatan payudara disebabkan karena berbagai faktor yang mempengaruhi seperti ketidakmauan ibu melakukannya karena kurangnya kesadaran akan pentingnya merawat payudara dan tidak adanya waktu karena kesibukan sehari-hari. Selain itu juga dipengaruhi oleh kecemasan ibu yang dapat menyebabkan stres sehingga pengaruh ke hormon kortisol meningkat dan berdampak ke penurunan hormon oksitosin sehingga pengeluaran ASI tidak lancar

5.2 Kelancaran Pengeluaran ASI

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 30 ibu menyusui di PMB Nelly Harahap didapatkan kelancaran pengeluaran ASI responden mayoritas tidak lancar sebanyak 16 orang (53,3%) dan minoritas lancar sebanyak 14 0rang (46,7%).

Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi pengeluaran ASI, jadi sangat perlu untuk melakukan perawatan payudara untuk memperlancar pengeluaran ASI.

Menurut Tyfani, Utami dan Susmini (2017), kelancaran ASI yang baik dapat dilihat dari faktor frekuensi ibu menyusui yang baik dimana apabila ibu memberikan ASI dalam sehari 8-12 kali. Hal-hal yang dapat mempengaruhi produksi ASI diantaranya adalah makanan, ketenangan jiwa dan pikiran, perawatan payudara faktor fisiologi, faktor istirahat serta faktor isapan anak.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Oleh Jumria Tahun 2018 tentang Hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna

Kabupaten Kepulauan Sangihe, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memberikan ASI kepada bayinya dengan lancar sebanyak 35 orang (45,4%).

Pada penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa produksi ASI pada ibu post partum sudah lancar. Hal ini dibuktikan dengan hasil observasi yang ditemukan bahwa sebagian besar ibu rutin melakukan perawatan payudara dan produksi ASI nya terpenuhi. Karena faktor faktor yang mendukung untuk mendapatkan produksi ASI yang baik yaitu ibu rutin melakukan perawatan payudara, ibu tidak mengalami dehidrasi, kondisi psikologis yang stabil dan terpenuhi nutrisi yang bergizi selama masa hamil hingga menyusui.

Penelitian Sriatin (2017) diperoleh adalah sebagian besar ibu hamil kurang siap menghadapi masa laktasi (63,4%). Ibu hamil harus dipersiapkan baik secara fisik maupun psikologis untuk merawat bayinya dan mempersiapkan masa laktasinya. Perawatan antenatal yang baik yaitu dengan memberikan perhatian yang khusus pada persiapan payudara serta putting susu dalam mengantisipasi permasalahan pemberian Air Susu Ibu pada bayi. Persiapan psikologis ibu untuk menyusui pada saat kehamilan sangat berarti, karena keputusan atau sikap ibu yang positif harus sudah ada pada saat kehamilan atau bahkan jauh sebelumnya.

Asumsi peneliti kelancaran pengeluaran ASI untuk yang terbanyak adalah pada kategori tidak lancar (53,3%). Hal tersebut dikarenakan sebagian besar responden memiliki putting susu tenggelam dan lecet sehingga minat menyusui ibu kurang, tetapi pada penelitian ini angka pemberian ASI masih rendah. Hal ini dapat dibuktikan tingkat pengetahuan ibu kurang, sumber informasi yang didapat masih kurang. Kemudian tingkat pendidikan yang rendah serta umur yang kurang matang. Pendidikan diperlukan seseorang untuk mengembangkan diri, semakin

tinggi pendidikan yang diperoleh semakin mudah menerima dan mengembangkan pengetahuan, dan berpengaruh pula terhadap minat seseorang yang disebabkan oleh rasa ingin tahu yang dimiliki oleh setiap orang. Sementara itu, umur juga mempengaruhi minat seseorang, semakin bertambahnya umur maka akan merubah minat seseorang terhadap sesuatu.

5.3 Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024 dengan nilai *p=0.000*.Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada semua responden, sebagian besar tidak melakukan perawatan payudara dan ASI tidak lancar,hal ini dikarenakan ibu menyusui kurang mengetahui bagaimana tata cara perawatan payudara,tidak mengetahui apa tujuan dan manfaat melakukan perawatan payudara tidak pernah menerima penyuluhan dari petugas kesehatan tentang perawatan payudara pada masa hamil sampai menyusui.Sehingga ibu lebih memilih tidak memberikan ASI kepada anak nya dikarenakan ASI ibu tidak mau keluar,dan ibu tidak berniat melakukan perawatan payudara.

Pada penelitian ini terdapat 19 responden yang tidak melakukan perawatan payudara dengan ASI tidak lancar. Salah satu kondisi yang menyebabkan ASI tidak lancar yaitu ibu yang memiliki puting susu terbenam sehingga ia merasa tidak mampu untuk memberikan ASI kepada bayinya, ibu yang tidak mengerti cara melakukan perawatan payudara dengan baik serta ibu yang melahirkan dengan cesar, karena tindakan anastesi pada saat operasi menyebabkan ibu tidak

responsif untuk menyusui sehingga menghambat terbentuknya produksi dan pengeluaran ASI.

Hasil penelitian Tyfani dkk (2017) yang menyatakan bahwa pelaksanaan perawatan payudara akan memperlancar serta dapat meningkatkan produksi ASI ibu menyusui. Semakin ibu melakukan perawatan payudara dengan baik maka ASI pun akan lancar dan minat ibu menyusi bayinya. Pelaksanaan perawatan payudara sebaiknya dimulai sedini mungkin yaitu setelah bayi dilahirkan dan dilakukan dua kali sehari. Perawatan payudara dilakukan meliputi pengurutan payudara, pengosongan payudara, pengompresan payudara dan perawatan puting susu.

Hasil penelian ini sejalan dengan penelitian Taqiyah (2019) ada pengaruh masase laktasi terhadap bendungan ASI p= 0,004. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Prawita dan Marda (2018) mendapatkan ada hubungan pengetahuan tentang perawatan payudara dengan keberhasilan menyusui, dimana ibu dengan penegtahuan baik tentang perawatan payudara akan cenderung memiliki minat yang tinggi dalam memberikan ASI pada anaknya. Sebaliknya pengetahuan yang cukup dan kurang tentang perawatan payudara akab cenderung memiliki minat yang cukup ataupun kurang dalam melakukan proses menyusui pada anaknya.

Asumsi peneliti ibu yang tidak melakukan perawatan payudara dan ASI nya tidak lancar kemungkinan berpengetahuan kurang tentang perawatan payudara dan kurang minta dalam menyui bayinya. Hal ini ibu menyusui tidak segera melakukan perawatan payudara pasca melahirkan sehingga mereka kesulitan dalam menyusui bayinya. Kebanyakan ibu menyusui melakukan perawatan payudara ketika sudah merasakan tanda dan gejala terjadinya

bendungan ASI, seperti payudara bengkak dan teraba hangat, serta ibu merasa demam. Selain itu juga, ibu menyusui masih kurang informasi tentang cara dan teknik melakukan perawatan payudara yang benar. Sedikit asupan ASI yang diberikan kepada bayi kurang. Akibatnya, bayi mereka sering menangis dan ibu merasa cemas karena menganggap bayi mereka belum kenyang sehingga beberapa ibu menyusui memutuskan untuk memberikan susu formula sebagai tambahan ASI yang kurang. Masih banyaknya ibu menyusui yang tidak melakukan perawatan payudara disebabkan karena berbagai faktor yang mempengaruhi seperti ketidakmauan ibu melakukannya karena kurangnya kesadaran akan pentingnya merawat payudara dan tidak adanya waktu karena kesibukan sehari-hari. Selain itu juga dipengaruhi oleh kecemasan ibu yang dapat menyebabkan stres sehingga pengaruh ke hormon kortisol meningkat dan berdampak ke penurunan hormon oksitosin sehingga pengeluaran ASI tidak lancar.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Perawatan payudara pada ibu menyusui di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan mayoritas tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 19 orang (63,3%).
2. Kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan mayoritas tidak lancar sebanyak 15 orang (50%).
3. Hubungan perawatan payudara pada ibu meyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan dengan hasil analisa *Chi-square* diperoleh *p=0.000.*

6.2 Saran

a. Bagi Responden

Diharapkan ibu menyusui harus mempersiapkan diri untuk memenuhi kebutuhan bayi, pada khususnya kebutuhan nutrisi bayi berupa ASI, dan ibu menyusui baiknya melakukan perawatan payudara agar dapat merangsang produksi ASI yang cukup. Selain mencari informasi tentang perawatan payudara, ibu menyusui hendaknya juga menggali informasi mengenai perawatan payudara sebagai bekal untuk mencegah dari terjadinya infeksi pada payudara dari sumber-sumber yang dapat dipercaya seperti membaca buku-buku tentang perawatan payudara dan bertanya kepada petugas kesehatan.

b. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasaan peneliti agar lebih konfrehensif, khususnya tentang perawatan payudara ibu menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI.

c. Bagi Peneliti

Selanjutnya Perlu adanya penelitian lebih lanjut dengan menambahkan varibel – variabel yang ada sesuai dengan topik terkait, sehingga dapat dikembangkan sampai membuat suatu modul untuk dipergunakan di setiap instansi pemerintah kesehatan dan sebagai buku pedoman juga bagi ibu menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraeny, O., & Ariestiningsih, A. D. (2017). *Gizi prakonsepsi, kehamilan, dan menyusui*. Universitas Brawijaya Press.

Anggraini, P. D. (2018). Hubungan Inisiasi Menyusu Dini Pada Ibu Postpartum Dengan Pengeluaran Asi Di Rumah Bersalin Nuri Kota Jambi Tahun 2017. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, *12*(80).

Anggraini, Y. (2010). Asuhan kebidanan masa nifas. *Yogyakarta: pustaka rihama*, 75-8.

Ariani, R., Dwihestie, L. K., & ST, S. (2017). *Hubungan Minat Ibu Menyusui Dengan Perawatan Payudara Di RS PKU Muhammadiyah Kotagede* (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).

Astuti, F. (2018). Hubungan Breastfeeding Father Dengan Stres Ibu Menyusui Di Dusun Labuhan Sumbawa Wilayah Kerja Upt Puskesmas Labuhan…. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, *4*(1), 74-80..

Astutik, R. Y. (2015). Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui. *Jakarta: Trans Info Media*.

Astutik, R. Y. (2015). Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui. *Jakarta: Trans Info Media*.

Astutik, V. Y., & Wibowo, H. (2015). Pengaruh Penggunaan Metode Demonstrasi Dan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Perawatan Payudara Pada Ibu Yang Mempunyai Anak Usia 0 Sampai 6 Bulan Di Rt 02 Rw 03 Gedok Wetan Kabupaten Malang. *Biomed Science*, *3*(2), 58-70.

Azimah Nur. (2018). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Post Partum Di Kelurahan Beting Kuala Kapias Kecamatan Teluk Nibung.* Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia Medan

Azizah, N., & Rosyidah, R. (2019). Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. *Umsida Press*, 1-209.

Azizah. N & Rosyidah. R., (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Umsida Press

Dewi, V. N. L. (2012). Asuhan kehamilan untuk kebidanan.

Djitowiyono, Sugeng, dkk. (2010). *Asuhan Keperawatan Neonatus Dan Anak*. Yogyakarta: Nuha medika.

Elisabeth Siwi, E. P. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: PUSTAKABARUPRESS

Gustika & Alfa, A. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Pendidikan Ibu Menyusui Terhadap Perawatan Payudara Dalam Kelancaran Pemberian Asi. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, *9*(2).

Heryani, R. (2012). Asuhan kebidanan ibu nifas dan menyusui. *Jakarta: Trans info media*.

Hidayati, Wahidah. R, Taufianie. N, & Nimas. A. L. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Di BPM Sri Tuning Kota Lubuk Linggau. KEMASKIA: *Jurnal Imu Kesehatan*, 1.2: 191-196.

Indah, N. (2015). *Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di BPM Mulia Petirsari Pracimantoro Wonogiri*. Karya Tulis Ilmiyah: Stikes Kusuma Husada Surakarta

Juliani, S., & Nurrahmaton, N. (2020). Faktor yang Memengaruhi Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Rambung Merah Kabupaten Simalungun. *Jurnal Bidan Komunitas*, *3*(1), 16.

Katuuk, M., & Kundre, R. (2018). Hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi asi pada ibu post partum di ruangan dahlia rsd liun kendaghe tahuna kabupaten kepulauan sangihe. *Jurnal Keperawatan*, *6*(1), 1689-99.

Kelly, P. (2010). Buku Saku Asuhan Neonatus & Bayi. *Jakarta: EGC*.

Kemenkes RI, 2021. *Ministry Of Health Republic Of Indonesia. Health Profile Of Indonesia.*

KEMENKES RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia* 2020. In Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan- indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf.

Maisaroh, S., Kasanah, U., & Rofika, A. (2018). Kombinasi Perawatan Payudara dan Kompres Aloe Vera Berpengaruh Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Ibu Nifas. *Professional Health Journal*, *4*(2sp), 305-311.

Maryunani, A. (2015). IMD, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: CV. *Trans Info Media*.

Masturoh, I. & Anggita, N., (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan 1st ed. B. A. Darmanto & N. Suwarno, eds.,* Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan.

Munawaroh, S. F. (2019). *Gambaran Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas di RS PKU Muhammadiyah Gombong* (Doctoral dissertation, STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG).

Nela, P. & Novalina, R., (2022). *Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di BPM Mulia Petirsari Pracimantoro Wonogiri*. Karya Tulis Ilmiyah: Stikes Kusuma Husada Surakarta

Notoadmojo, 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Revisi Per. Notoatmodjo S, Editor. Jakarta: Rineka Cipta.

Ratih. (2019). Gambaran Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Di Dusun Papak. Yogyakarta: *Jurnal Kesehatan*

Ribek, N. & Mertha, A. (2017). Gambaran Karakteristik Dan Pengetahuan Ibu Menyusui Dalam Pemberian ASI Ekslusif Di Desa Pandat Puskesmas Mandalawangi Pandeglang. *Jurnal Menara Medika*

Rukiyah,. (2018). Pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan asi pada ibu post partum di Rsia Khadijah I Makassar. *Journal of islamic nursing*, *4*(1), 12-16.

Saryono. (2019). Perawatan Payudara. Yogyakarta: Nuha Medika

Sholichah, N. (2011). Hubungan perawatan payudara pada ibu postpartum dengan kelancaran pengeluaran ASI di desa karang duren kecamatan tengaran kabupaten semarang. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, *2*(2).

Sholichah. A., & Sulistyoningtyas, S. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Minat Ibu Untuk Memberikan ASI Eksklusif di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).

Situmorang, T. S., Sari, E. P., Pinem, S., Sianturi, R., & Agussamad, I. (2019). Pelaksanaan Asuhan Kebidanan Berkelanjutan Pada Bayi dan Ibu Nifas. *Excellent Community Service Journal*, *1*(1), 1-8.

Sulistyawati. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yogyakarta: ANDI

Suradi, R & Hesti. (2011). *Manajemen Laktasi*. Jakarta: Program Manajemen Laktasi Perkumpulan Perinatologi Indonesia.

Taqiyah. Y, Sunarti & Faadila. N. R., (2019). Pengaruh Masase Payudara Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Post Partum Di RSIA Khadijah Makassar. *Journal Of Islamic Nursing*. Volume 4 Nomor 1, Juli .

Trisnawati, Y. (2017). Korelasi lama inisiasi menyusui dini (imd) terhadap pengeluaran asi di puskesmas kalibagor kabupaten banyumas. *Bidan Prada*, *8*(1).

Widuri, I. (2013). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di Puskesmas Girisubo Gunung Kidul*. STIKes Jendral Achmad Yani Yogyakarta.

Wulandari, V. (2010). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Ibu Primigravida Dengan Perilaku Perawatan Payudara Pada Saat Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo Klaten* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakrta).

UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN

FAKULTAS KESEHATAN

Berdasarkan SK Menristekdikti RI Nomor:461/KPT/2019,17 Juni 2019
Jl. Raja Inal Siregar Kel. Batunadua Julu, Kota Padangsidimpuan 22733.
Telp.(0634) 7366507 Fax. (0634) 22684
e -mail: aufa.royhan@yahoo.com http//:unar.ac.id

Nomor : 741/FKES/UNAR/E/PM/IX/2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Survey Pendahuluan

Padangsidimpuan, 5 September 2024

Kepada Yth.
Bidan Nelly
Di

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidimpuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Tasya Emelia Putri Giawa
Nim : 21060091
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Dapat diberikan Izin Survey Pendahuluan di Klinik Bidan Nelly untuk penulisan Skripsi dengan judul "Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024''.

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.

Dekan

Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN. 0118108703

BIDAN NELLY MARLIANA HARAHAP, S. Keb
JALAN. OP NAPOTAR, KELURAHAN PANYANGGAR
KECAMATAN PADANGSIDIMPUAN UTARA

Padangsidimpuan, 18 September 2024

Nomor :
Lampiran : -
Perihal : Balasan Izin Survey Pendahuluan

Kepada Yth
Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Aufa Royhan
Kota Padangsidimpuan
di
Tempat

Dengan Hormat,

Membalas surat Dekan Fakultas Kesehatan perihal Izin Survey Pendahuluan dalam rangka penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan program studi kebidanan program sarjana di Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan, dengan ini kami sampaikan bahwa:

Nama	: Tasya Emelia Putri Giawa
Nim	: 21060091
Institusi	: Universitas Aufa Royhan
Program Studi	: Kebidanan Program Sarjana

Dengan ini telah memberikan Izin Survey Pendahuluan di Di PMB Nelly Harahap dengan judul:

"Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan kerja sama kami ucapkan terima kasih.

Pimpinan PMB

(Bdn. Nelly Marliana Harahap, S.Keb)

UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS KESEHATAN
Berdasarkan SK Menristekdikti RI Nomor: 461/KPT/I/2019,17 Juni 2019
Jl. Raja Inal Siregar Kel. Batunadua Julu, Kota Padangsidimpuan 22733.
Telp.(0634) 7366507 Fax. (0634) 22684
e -mail: aufa.royhan@yahoo.com http//: unar.ac.id

Nomor : 103/FKES/UNAR/E/PM/I/2025 Padangsidimpuan, 18 Desember 2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Bidan Nelly
Di

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidimpuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Tasya Emelia Putri Giawa
NIM : 21060091
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Dapat diberikan Izin Penelitian di Klinik Bidan Nelly untuk penulisan Skripsi dengan judul "Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.

Dekan

Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NUPTK. 8350765666230243

BIDAN NELLY MARLIANA HARAHAP, S. Keb
JALAN. OP NAPOTAR, KELURAHAN PANYANGGAR
KECAMATAN PADANGSIDIMPUAN UTARA

Padangsidimpuan, 21 Desember 2024

Nomor :
Lampiran : -
Perihal : Balasan Izin Penelitian

Kepada Yth
Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Aufa Royhan
Kota Padangsidimpuan
di
Tempat

Dengan Hormat,

Membalas surat Dekan Fakultas Kesehatan perihal Izin Penelitian dalam rangka penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan program studi kebidanan program sarjana di Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan, dengan ini kami sampaikan bahwa:

Nama	: Tasya Emelia Putri Giawa
Nim	: 21060091
Institusi	: Universitas Aufa Royhan
Program Studi	: Kebidanan Program Sarjana

Dengan ini telah memberikan Izin Penelitian di Di PMB Nelly Harahap dengan judul:

"Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan kerja sama kami ucapkan terima kasih.

Pimpinan PMB

(Bdn.Nelly Marliana Harahap, S.Keb)

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.

Responden Penelitian

Di PMB Nelly Harahap

Dengan Hormat.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan.

Nama : Tasya Emelia Putri Giawa

Nim :21060091

Dengan ini menyampaikan bahwa saya akan mengadakan penelitian dengan judul "Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Tahun 2024 "

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan proses gambaran yang dilakukan melalui kuesioner. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk keperluan peneliti. Kerahasiaan data dan identitas saudara tidak akan disebarluaskan.

Saya tanda tangani lembaran persetujuan yang disediakan ini. Atas kesediaan dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Peneliti

(Tasya Emelia Putri Giawa)

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan yang bernama Tasya Emelia Putri Giawa dengan judul "Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Tahun 2024". Saya memahami dan mengerti bahwa penelitian ini tidak berdampak buruk terhadap saya, maka dari itu saya bersedia menjadi responden peneliti.

Padang Sidimpuan……2025

LEMBAR KUESIONER

Judul Penelitian : Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Nelly Harahap Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

Petunjuk Pengisian

1. Isilah terlebih dahulu identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Jawablah pernyataan di bawah ini menurut pendapat anda secara jujur dengan memberikan tanda centang (√) pada kolom yang telah disediakan.
3. Dalam menjawab pertanyaan, apabila anda mengalami kesulitan dalam memahami maksud dari pernyataan tersebut, anda boleh meminta penjelasan
   pada peneliti.
4. Dalam memilih jawaban anda hanya diperbolehkan memilih satu jawaban dari setiap pernyataan.

A. Data Demografis

Tanggal pengisian:

Inisial :

Umur :

Pekerjaan :

Pendidikan terakhir :

B. Kuesioner Tentang Perawatan Payudara

Pilihlah jawaban ”ya”, apabila ibu melakukan tahapan perawatan payudara sesuai dengan pernyataan di bawah ini dan “tidak” apabila tidak melakukan seperti pernyataan di bawah ini.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Cuci tangan dengan sabun di bawah air mengalir dan keringkan dengan handuk		
2.	Baju ibu bagian depan dibuka		
3.	Pasang handuk		
4.	Tempelkan kapas yang sudah diberikan minyak kelapa atau baby oil selama ±5 menit, kemudian puting susu dibersihkan		
5.	Pengenyalan puting susu: dilakukan dengan cara dipegang dengan ibu jari dan jari telunjuk, diputar ke dalam sebanyak 20 kali dan keluar 20 kali		
6.	Penonjolan puting susu: puting susu cukup ditarik dan dipelintir sebanyak 20 kali		
7.	Tempelkan kedua telapak tangan di antara kedua payudara		
8.	Pengurutan dimulai ke arah atas, ke samping, lalu ke arah bawah. Dalam pengurutan posisi tangan kiri ke arah sisi kiri, telapak tangan kanan ke arah sisi kanan		
9.	Pengurutan diteruskan ke bawah, ke samping selanjutnya melintang, lalu telapak tangan mengurut ke depan kemudian kedua tangan dilepaskan dari payudara. Ulangi gerakan ini sebanyak 20-30 kali		
10.	Tangan kiri menopang payudara kiri, lalu tiga jari tangan kanan membuat gerakan memutar sambil menekan mulai dari pangkal payudara sampai pada puting susu. Lakukan tahap yang sama pada payudara kanan, lakukan 2 kali gerakan pada tiap payudara		
11.	Satu tangan menopang payudara, sedangkan tangan yang lain mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah tepi ke arah puting susu. Lakukan tahap yang sama pada kedua payudara. Lakukan gerakan ini sekitar 30 kali		
12.	Selesai pengurutan, payudara disiram dengan air hangat dan dingin bergantian selama ±5 menit, keringkan payudara dengan handuk bersih kemudian gunakan BH yang bersih dan menopang		

C. Kuesioner Kelancaran Pengeluaran ASI

Pilihlah jawaban yang dikehendaki Ibu sesuai dengan pernyataan di bawah ini, "ya" jika pernyataan sesuai dengan apa yang Ibu alami dan amati selama proses menyusui dan "tidak" jika pernyataan tidak sesuai dengan apa yang Ibu alami dan amati selama proses menyusui.

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	ASI yang banyak dapat merembes keluar melalui puting		
2.	Jika ASI cukup, setelah menyusui bayi akan tenang atau tertidur selam 3-4 jam		
3.	Bayi kencing lebih sering sebanyak 8 kali sehari		
4.	Bayi BAB 2 kali sehari dalam 24 jam		
5.	Menyusui bayi 8 kali atau lebih dalam 24 jam		

(Diadopsi dari Alfrianti 2018)

DOKUMENTASI









LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL SKRIPSI

Nama Mahasiswa : **Tasya Emelia Putri Giawa**
NIM : 21060091
Nama Pembimbing :1. Sri Sartika Sari Dewi, SST, M. Keb
2. Yulinda Aswan, SST, M. Keb

No	Tanggal	Topik	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	14/08/2024	konsul judul		
2.	11/09/2024	konsul bab 1-bab 2		
3.	20/09/2024	konsul bab 1, bab 2 bab 3		
4.	24/09/2024	Acc uji proposal		

LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL SKRIPSI

Nama Mahasiswa : **Tasya Emelia Putri Giawa**
NIM : 21060091
Nama Pembimbing :1. Sri Sartika Sari Dewi, SST, M. Keb
2. Yulinda Aswan, SST, M. Keb

No	Tanggal	Topik	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	24/09/2024	Perbaikan penulisan sesuaikan dengan buku Pan duan bab 1,2,3		
2.	26/09/2024	Acc uji proposal		

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : **Tasya Emelia Putri Giawa**
NIM : 21060091
Nama Pembimbing :1. Sri Sartika Sari Dewi, SST, M. Keb
2. Yulinda Aswan, SST, M. Keb

No	Tanggal	Topik	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	03/02/2025	konsul bab 4,5,6		
2.	04/02/2025	Perbaikan bab 4,5,6		
3.	05/02/2025	Acc Seminar Skripsi		

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : **Tasya Emelia Putri Giawa**
NIM : 21060091
Nama Pembimbing :1. Sri Sartika Sari Dewi, SST, M. Keb
2. Yulinda Aswan, SST, M. Keb

No	Tanggal	Topik	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	04/02/2025	Perbaikan bab 4,5,6		
2.	05/02/2025	Acc Seminar hasil		