

**Hubungan Perawatan Payudara pada Masa Kehamilan dengan Keberhasilan  
Pemberian Asi Eksklusif**

Puput Kurnia Sari, Dian Ika Puspitasari, Aulia, Suyatik

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Wiraraja  
E-mail: dian.fik@wiraraja.ac.id

**Abstrak**

Perawatan payudara sejak masa kehamilan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kelancaran ASI sejak awal menyusui. Kegagalan memulai proses menyusui setelah kelahiran bayi akan mempengaruhi kelangsungan pemberian ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perawatan payudara pada masa kehamilan dengan pemberian asi eksklusif di Puskesmas Kecamatan Arjasa. Penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *studi retrospectif*. Subjek penelitian adalah sebagian ibu di Kecamatan Arjasa yang memiliki bayi usia 6 – 12 bulan (n=79). Data penelitian dianalisis menggunakan uji *Chi-square* ( $p=0,001$ ), menunjukkan ada hubungan perawatan payudara pada masa kehamilan dengan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Kecamatan Arjasa Kabupaten Sumenep. Perawatan payudara penting untuk diajarkan kepada ibu hamil untuk menunjang kelancaran ASI dan memenuhi ASI eksklusif sesuai dengan rekomendasi WHO.

**Kata kunci:** Perawatan payudara; Kehamilan; ASI eksklusif

**Abstract**

*Breast Care During Pregnancy And Exclusive Breastfeeding In Arjasa Subdistrict In 2019. Breast care since pregnancy is one factor that can affect breast milk since the beginning of breastfeeding. Failure to start breastfeeding after the birth of the baby will affect exclusive breastfeeding. This study aims to determine the relationship between breast care during pregnancy and exclusive breastfeeding at the Arjasa District Health Center. This research is descriptive-analytic with a retrospective study approach. The research subjects were mothers in Arjasa District who had babies aged 6-12 months (n=79). The research data were analyzed using the Chi-square test ( $p=0.001$ ), indicating a relationship between breast care during pregnancy and the success of exclusive breastfeeding at the Arjasa District Health Center, Sumenep Regency. Breast care is essential for pregnant women to support breastfeeding and fulfill exclusive breastfeeding with WHO recommendations..*

**Key words:** Breast care; Pregnancy; Exclusive breast feeding

**Pendahuluan**

Perawatan payudara pada masa kehamilan adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya. Pemeriksaan payudara bertujuan untuk mengetahui lebih dini adanya kelainan, sehingga diharapkan dapat dikoreksi sebelum persalinan. Pemeriksaan payudara dilaksanakan pada kunjungan pertama ibu dimulai dari inspeksi kemudian palpasi. Pemeriksaan puting susu dilakukan untuk menunjang keberhasilan menyusui

Jumlah bayi di Indonesia yang mendapatkan ASI Eksklusif cenderung menurun karena semakin banyaknya bayi dibawah usia 6 bulan yang diberi susu formula. Persentase bayi kurang dari 6 bulan mendapat ASI eksklusif tercapai 66,1% dari target 40% atau persentase pencapaian kinerja sebesar 165,25% (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan data dari Kabupaten/Kota diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Jawa Timur tahun 2019 sebesar 78.3% (lampiran Data Profil Kesehatan Tabel 35) .Cakupan ASI Eksklusif

pada tahun 2019 ini mengalami kenaikan 73.5 90.8 100 PROFIL KESEHATAN PROVINSI JAWA TIMUR TAHUN 201 9 52 dibandingkan dengan tahun 2018 (76.8%). Kenaikan tersebut menunjukkan semakin meningkatnya pemahaman para ibu bayi tentang pentingnya ASI Eksklusif bagi bayi.

Cakupan pemberian ASI Eksklusif di kabupaten Sumenep khususnya di Kecamatan Arjasa pada tahun 2019 masih rendah. Beberapa ibu mengatakan bahwa ASInya sulit keluar. ASI sulit keluar dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain adalah kebersihan puting susu yaitu hubungannya dengan adanya sumbatan pada lubang aliran ASI. Sumbatan yang menyebabkan ASI sulit keluar ini juga dipengaruhi oleh perawatan payudara sejak masa kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perawatan payudara pada masa kehamilan dengan pemberian asi eksklusif di Puskesmas Kecamatan Arjasa

**Metode Penelitian**

Penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *studi retrospectif*.

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Kecamatan Arjasa Kabupaten Sumenep dengan subjek penelitian 79 ibu yang memiliki anak usia 6-12 bulan. Instrument yang digunakan adalah kuesioner perawatan payudara semasa hamil dan pemberian ASI Eksklusif. Analisis data dengan menggunakan uji *Chi-square* ( $\alpha = 0,05$ ).

### Hasil dan Pembahasan

Data umum subjek penelitian adalah sebagai berikut: umur subjek penelitian bervariasi antara umur < 20 tahun sampai umur > 35 tahun. Umur subjek penelitian < 20 tahun berjumlah 1 orang (1,2%), umur 20 – 35 tahun berjumlah 57 orang (72,2%), dan umur > 35 tahun berjumlah 21 orang, tingkat pendidikan subjek penelitian yang paling banyak adalah SMA berjumlah 47 orang (59,50 %), subjek penelitian yang melakukan perawatan payudara berjumlah 44 orang (56%), dan Subjek penelitian yang tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 35 orang (44%). subjek penelitian yang memberikan ASI Eksklusif sebanyak 41 orang (52%), dan subjek penelitian yang tidak memberikan ASI Eksklusif sebanyak 38 orang (48%). Berikut gambaran umum subjek penelitian pada Tabel 1:

Tabel 1. Gambaran Umum Subjek penelitian

No.	Variable	f (n=79)	%
1	Umur :		
	< 20 Tahun	1	1,2
	– 35 Tahun	57	72,2
	>35 Tahun	21	26,6
2.	Pendidikan :		
	SD	6	7,59
	SMP	9	11,40
	SMA	47	59,50
	Perguruan Tinggi	17	21,51
3.	Perawatan Payudara :		
	Dilakukan 2 x / hari	44	56,00
	Tidak dilakukan 2 x / hari	35	44,00
4.	Pemberian ASI eksklusif :		
	Ya	41	52,00
	Tidak	38	48,00

Tabel 2. Hubungan Perawatan Payudara Dengan Pemberian ASI Eksklusif

Perawatan Payudara	Pemberian ASI Eksklusif				Total
	Ya		Tidak		
	n	%	n	%	
Dilakukan	30	38%	14	18%	56%
Tidak dilakukan	11	14%	24	30%	44%
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>52%</b>	<b>38</b>	<b>48%</b>	<b>100%</b>

Chi square (p=0,001)

Berdasarkan Table 2 diatas, menunjukkan bahwa subjek penelitian yang melakukan perawatan payudara dan memberikan ASI Eksklusif sebanyak 30 orang (38%), yang melakukan perawatan payudara dan tidak memberikan ASI Eksklusif sebanyak 14 orang (18%), yang tidak melakukan perawatan payudara dan memberikan ASI Eksklusif sebanyak 11 orang (14%), sedangkan yang tidak melakukan perawatan payudara dan tidak memberikan ASI Eksklusif sebanyak 24 orang (30%). Hasil uji statistik Chi-square diperoleh nilai  $p=0.001$  ( $p < \alpha$ ) hal ini menunjukkan ada hubungan antara perawatan payudara pada masa kehamilan dengan kesuksesan pemberian ASI Eksklusif.

Perawatan payudara yang dilakukan sejak masa kehamilan yaitu sejak minggu ke-34 akan membantu melenturkan puting dan membersihkan sumbatan aliran ASI, sehingga pada saat bayi menyusu pertama kali, ASI akan mengalir tanpa sumbatan.

Ibu di Puskesmas Arjasa selama kehamilan hampir separuhnya tidak melakukan perawatan payudara. Mayoritas menjelaskan bahwa tidak mengetahui tentang perawatan payudara selama masa kehamilan.

Banyak kendala yang dapat mempengaruhi wanita dalam memulai, melaksanakan proses menyusui, dan mempertahankan praktek ASI eksklusif. Kendala tersebut antara lain adalah faktor demografi, sosial, ekonomi, usia ibu, tingkat pendidikan, status pernikahan, dan dukungan sosial. Faktor lainnya adalah kurangnya produksi ASI, nyeri atau lecet pada nipel, bayi yang kesulitan menyusui dan bayi tidak puas dengan ASI ibu (Widynanda, 2017). Kegagalan memulai proses menyusui dapat menjadi faktor yang menghambat keberhasilan ASI eksklusif.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara perawatan payudara selama

kehamilan dengan produksi ASI (Nur dkk, 2021). Selain itu, status perawatan payudara juga berhubungan dengan penyakit yang diderita ibu selama menyusui seperti puting tidak menonjol, saluran ASI tersumbat, dan mastitis. Beberapa penyakit atau gangguan tersebut yang pada umumnya akan menyebabkan produksi ASI tidak optimal dan gagal pemberian ASI eksklusif (Nur dkk, 2021).

Ibu di Puskesmas Arjasa yang melakukan perawatan payudara namun tidak memberi ASI eksklusif mayoritas menyebutkan bahwa anaknya sering menangis di malam sehingga ibu mengasumsikan ASI-nya tidak cukup bagi bayi, dan butuh tambahan susu formula. Ibu yang tidak melakukan perawatan payudara pada masa kehamilan akan tetapi berhasil memberikan ASI Eksklusif mayoritas melakukan berbagai upaya untuk melancarkan ASI seperti mulai membersihkan puting setelah melahirkan, rajin memberikan ASI secara langsung pada bayi, dan memompa ASI-nya.

### **Kesimpulan**

Ada hubungan perawatan payudara pada masa kehamilan dengan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Kecamatan Arjasa Kabupaten Sumenep. Perawatan payudara perlu diajarkan secara langsung oleh Bidan atau tenaga kesehatan pada perawatan Antenatal untuk menunjang keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

### **Referensi**

- Bobak L, Jensen. (2004). *Keperawatan Maternitas*. Jakarta:EGC.
- Departemen Kesehatan. (2009). *Manajemen Laktasi Cetakan ke-4*. Jakarta:Perinasia.
- Jo Alexander, Carolyn Roth, Valerie Levy. (2007). *Praktik Kebidanan Riset dan Isu*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Mubarak. (2011). *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Ria Ambarwati, Siti Fatimah Muis, Purwanti Susanti. Pengaruh konseling laktasi intensif terhadap pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif sampai 3 bulan. *Jurnal Gizi Indonesia*. 2013;Vol. 2, No. 1,:15-23.
- Saleha, S. (2009). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Yuli Amran, Vitri Yuli Afni Amran. Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Menyusui dan Dampaknya Terhadap Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Reproduksi* 2013;Vol. 3 No 1:52 – 61
- Widynanda, S. (2017). *Hubungan Breastfeeding Self-efficacy dengan Keefektifan Proses Menyusui pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Nur, R., Nurul Fajriah, R., Larasati, R. D., Dirpan, A., & Rusydi, M. (2021). Status of breast care during pregnancy with milk production and disease. *Breast Disease*, (Preprint), 1-5.
- Adam, S. K., Korompis, M. D., & Alow, G. B. (2016). Perawatan Payudara Pada Masa Kehamilan Dan Pemberian Asi Eksklusif. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 4(2), 77-83.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2020. Jakarta.