

PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS *POST SECTIO CAESAREA* DI RS ISLAM BONTANG

Miftahul Riski¹, Dwi Hartati², Tuti Meihartati³, Ridha Wahyuni⁴

^{1,2,3,4}Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada Samarinda

Email: nongmithong@gmail.com¹, dwhartati@itkeswhs.ac.id², tuti@itkeswhs.ac.id³,
dha.permata@gmail.com⁴

ABSTRAK

Latar Belakang : Masalah payudara yang biasa dialami ibu menyusui antara lain adalah ketidak lancaran produksi ASI, menyebabkan pembengkakan ASI (bendungan ASI). Ketidaklancaran Produksi ASI merupakan salah satu faktor penyebab kegagalan pemberian Air Susu Ibu (ASI). Bayi yang tidak mendapatkan ASI akan mengalami peningkatan resiko infeksi pernapasan dan infeksi gastrointestinal, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan dan pertahanan tubuh yang kurang baik. **Tujuan :** Untuk menganalisa pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi pada ibu nifas *post section caesarea* di RS Islam Bontang. **Metode :** Jenis penelitian ini kuantitatif menggunakan desain *Pre-experimen one group pre-test- post-test*. Sampel yaitu ibu nifas *post sectio caesarea* di RS Islam Bontang berjumlah 32 responden. Teknik sampling menggunakan *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon match pairs test*. **Hasil :** Sebelum perawatan payudara produksi ASI yang tidak lancar yaitu sebanyak 17 orang (53,1%) Setelah diberikan perawatan payudara sebagian besar mengalami produksi ASI yang lancar sebanyak 28 orang (87,5 %), sedangkan yang mengalami produksi ASI tidak lancar 4 orang (12,5 %) Hasil statistik Uji Wilcoxon *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) maka adanya pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas *post sectio caesarea*. **Kesimpulan :** Perawatan payudara efektif meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu nifas *post sectio caesarea* sehingga dapat direkomendasikan sebagai intervensi pendukung keberhasilan menyusui. **Saran:** Diharapkan ibu nifas dan keluarga dapat memberikan perawatan payudara secara teratur sehingga dapat memberikan kelancaran produksi ASI.

Kata Kunci : Perawatan Payudara, Air Susu Ibu, *Post Sectio Caesarea*.

ABSTRACT

Background: Breast problems commonly experienced by breastfeeding mothers include irregular breast milk production, causing breast milk engorgement (breast milk dam). Inadequate breast milk production is one of the factors causing failure in breastfeeding. Babies who do not receive breast milk will experience an increased risk of respiratory and gastrointestinal infections, disrupting growth and development and poor body defenses. **Objective:** To analyze the effect of breast care on the smoothness of breast milk production before and after intervention in post-section caesarean postpartum mothers at Bontang Islamic Hospital. **Method:** This type of research is quantitative using a pre-experimental one group

*pre-test-post-test design. The sample is post-section caesarean postpartum mothers at Bontang Islamic Hospital totaling 32 respondents. The sampling technique uses Purposive Sampling. The research instrument uses a questionnaire. Data analysis uses the Wilcoxon match pairs test. **Results:** Before breast care, breast milk production was not smooth, namely 17 people (53.1%). After being given breast care, most of them experienced smooth breast milk production as many as 28 people (87.5%), while those who experienced irregular breast milk production were 4 people (12.5%). The statistical results of the Wilcoxon p-value test were 0.000 ($p < 0.05$) so there was an effect of breast care on the smoothness of breast milk production in post-caesarean post-partum mothers. **Conclusion:** Breast care is effective in increasing the smoothness of breast milk production in post-caesarean post-partum mothers so that it can be recommended as an intervention to support successful breastfeeding. **Suggestion:** It is hoped that postpartum mothers and their families can provide regular breast care so that it can provide smooth breast milk production.*

Keywords: *Breast Care, Breast Milk, Post-Caesarean Section.*

PENDAHULUAN

Masa nifas atau puerperium merupakan periode kritis dalam kehidupan seorang ibu yang dimulai sejak bayi dan plasenta dilahirkan hingga 6-8 minggu berikutnya. Periode ini ditandai dengan proses pemulihan organ-organ reproduksi yang mengalami perubahan selama kehamilan dan persalinan, termasuk perlukaan dan perubahan fisiologis lainnya, kembali ke kondisi sebelum hamil. Selama masa nifas, tidak hanya kondisi fisik ibu yang memerlukan perhatian khusus, namun aspek kejiwaan ibu pasca persalinan juga harus dipantau secara ketat dan diberikan dukungan yang memadai. Kondisi kejiwaan yang terabaikan dapat menjadi salah satu faktor penurunan kondisi kesehatan ibu pasca persalinan yang berpotensi berujung pada kematian.

Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan hasil sekresi kelenjar payudara yang diproduksi setelah ibu melahirkan. ASI merupakan makanan ideal bagi bayi karena sifatnya yang fleksibel, mudah didapat, siap diminum tanpa memerlukan persiapan khusus, memiliki temperatur yang sesuai dengan kebutuhan bayi, kondisinya segar, dan bebas dari kontaminasi bakteri sehingga dapat mengurangi risiko gangguan gastrointestinal pada bayi. Keunggulan ASI sebagai nutrisi optimal untuk bayi baru lahir telah diakui secara luas oleh berbagai organisasi kesehatan internasional.

World Health Organization (WHO) sebagai badan kesehatan dunia memberikan rekomendasi penting terkait pemberian ASI. Data WHO tahun 2020 menunjukkan bahwa dari sekitar 130 juta bayi yang dilahirkan di seluruh dunia setiap tahunnya, sebanyak 4 juta bayi

meninggal dalam 28 hari pertama kehidupannya. Untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, WHO merekomendasikan agar bayi baru lahir mendapat ASI eksklusif tanpa tambahan makanan apapun selama minimal 6 bulan pertama kehidupan. Makanan padat seharusnya baru diberikan setelah bayi berusia 6 bulan, dan pemberian ASI dapat dilanjutkan hingga anak berusia 2 tahun atau lebih. Target yang ditetapkan WHO pada Sidang Kesehatan Dunia ke-65 adalah mencapai cakupan ASI eksklusif sekurang-kurangnya 50% dari jumlah bayi di bawah usia 6 bulan pada tahun 2025.

Realitas di lapangan menunjukkan bahwa pada tahun 2021, hanya 35,5% bayi berusia kurang dari 6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif, masih jauh dari target yang ditetapkan. Di Indonesia, situasi cakupan ASI eksklusif justru menunjukkan tren yang mengkhawatirkan dengan terjadinya penurunan dari 64,5% pada tahun 2021 menjadi 52,5% pada tahun 2023. Penurunan signifikan ini disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya dukungan di tempat kerja bagi ibu menyusui, promosi susu formula yang tidak etis dan masif, serta kesenjangan informasi tentang pentingnya ASI eksklusif. Meskipun proporsi ASI secara nasional mencapai 68,6% pada tahun 2023, angka ini masih jauh dari target nasional yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan sebesar 80%.

Pada tingkat regional, Provinsi Kalimantan Timur menunjukkan pencapaian yang relatif lebih baik dengan cakupan ASI mencapai 78,38% berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2024. Di tingkat kota, khususnya Kota Bontang, data dari Dinas Kesehatan menunjukkan bahwa jumlah ibu nifas dari Januari hingga Desember 2024 mencapai 2.173 orang. Distribusi ibu nifas di tiga rumah sakit tipe C di Kota Bontang menunjukkan RS Pupuk Kaltim melayani 288 ibu nifas (56%), RS Islam Bontang melayani 397 ibu nifas (67%), dan RS Amalia melayani 384 ibu nifas (64%).

Untuk cakupan ASI bayi usia 0-6 bulan di Kota Bontang, data tahun 2024 menunjukkan adanya peningkatan yang cukup signifikan dari 48,16% pada tahun sebelumnya menjadi 58,4%. Namun demikian, disparitas masih terjadi di berbagai wilayah kerja puskesmas. Dari enam wilayah kerja puskesmas yang ada, tiga puskesmas masih menunjukkan persentase di bawah cakupan kota, yaitu Puskesmas Bontang Barat dengan cakupan 32,2%, Puskesmas Bontang Selatan II dengan cakupan 38,1%, dan Puskesmas Bontang Utara I dengan cakupan 40,9%. Data ini menunjukkan masih adanya tantangan dalam upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif di wilayah-wilayah tertentu.

Masalah utama yang sering dialami oleh ibu menyusui adalah ketidaklancaran produksi ASI yang dapat menyebabkan terjadinya bendungan ASI (pembengkakan payudara). Ketidaklancaran produksi ASI merupakan salah satu faktor utama penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif kepada bayi. Berbagai faktor dapat mempengaruhi produksi ASI, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikis ibu, tingkat pengetahuan ibu tentang menyusui, dan kondisi fisik bayi. Sementara faktor eksternal mencakup praktik pemberian ASI secara dini, frekuensi menyusui yang teratur, dan teknik menyusui yang benar.

Dampak negatif dari kegagalan pemberian ASI sangat serius bagi kesehatan bayi. Bayi yang tidak mendapatkan ASI akan mengalami peningkatan risiko infeksi pernapasan dan infeksi gastrointestinal, mengalami gangguan dalam pertumbuhan dan perkembangan, serta memiliki sistem pertahanan tubuh yang kurang optimal. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang mendapatkan ASI hingga usia 6 bulan jauh lebih sehat dibandingkan anak yang hanya mendapatkan ASI hingga usia 4 bulan, dengan frekuensi terkena diare yang jauh lebih rendah.

Perawatan payudara merupakan tindakan penting yang harus dilakukan untuk merawat payudara selama masa menyusui. Sebagai organ penghasil ASI yang merupakan makanan pokok bayi baru lahir, payudara harus dirawat dengan baik sedini mungkin. Tujuan perawatan payudara sangat komprehensif, meliputi: memelihara kebersihan payudara, melenturkan dan menguatkan puting susu, memastikan payudara memproduksi ASI yang cukup untuk kebutuhan bayi, mencegah perubahan bentuk payudara yang dapat mengurangi daya tarik, mencegah puting susu lecet saat dihisap bayi, melancarkan aliran ASI, dan mengatasi masalah puting susu datar atau terbenam agar dapat siap untuk menyusui bayi.

Bukti ilmiah tentang efektivitas perawatan payudara telah ditunjukkan oleh berbagai penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Untari tahun 2022 tentang pengaruh perawatan payudara pada ibu menyusui terhadap produktivitas ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodadi I Grobongan membuktikan adanya pengaruh signifikan perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa sebelum dilakukan perawatan payudara, produktivitas ASI rata-rata hanya 7,5 ml, namun setelah dilakukan perawatan payudara meningkat menjadi 24,25 ml. Uji statistik menunjukkan nilai p value sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya pengaruh yang sangat signifikan.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di RS Islam Bontang menunjukkan data yang mengkhawatirkan. Dari data Sistem Informasi Manajemen Rumah Sakit (SIM-RS) periode

Januari hingga April 2025, tercatat sebanyak 105 ibu nifas yang melakukan persalinan secara sectio caesarea. Pada bulan Mei 2025, peneliti melakukan studi pendahuluan selama 4 hari dengan melakukan wawancara menggunakan 10 butir pertanyaan kepada 10 ibu nifas. Hasil wawancara menunjukkan bahwa hanya 4 orang (40%) ibu nifas yang tidak mengalami permasalahan dalam menyusui karena sudah berhasil memberikan ASI kepada bayinya. Sementara itu, sebanyak 6 orang (60%) ibu nifas mengeluhkan adanya masalah serius dalam pemberian ASI yang disebabkan oleh tidak keluarnya ASI atau pengeluaran ASI yang tidak lancar, sehingga mereka mengalami kesulitan dalam menyusui dan berencana memberikan susu formula sebagai alternatif.

Permasalahan dalam proses menyusui dapat berkembang menjadi masalah serius jika tidak ditangani dengan tepat dan segera. Ketidaklancaran ASI dapat memicu terjadinya pembengkakan dan bahkan infeksi bernanah pada payudara. Kondisi bengkak pada payudara akan membuat aliran ASI semakin tidak lancar dan menyebabkan ibu nifas mengalami kesulitan yang lebih besar dalam menyusui bayinya. Berdasarkan permasalahan tersebut dan didukung oleh data empiris dari studi pendahuluan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Sectio Caesarea di RS Islam Bontang". Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif melalui intervensi perawatan payudara yang efektif pada ibu nifas post sectio caesarea.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pre-post test design untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi perawatan payudara, kemudian diobservasi kembali setelah intervensi untuk menilai kelancaran produksi ASI.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas post sectio caesarea di RS Islam Bontang pada bulan April 2025 sebanyak 46 orang. Penentuan sampel menggunakan teknik nonprobability sampling dengan purposive sampling melalui rumus Slovin dengan margin of

error 10%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 32 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi meliputi: (1) ibu nifas yang melahirkan secara sectio caesarea di RS Islam Bontang, (2) bersedia menjadi subjek penelitian, dan (3) belum pernah mengonsumsi obat pelancar ASI. Kriteria eksklusi meliputi: (1) tidak bersedia menjadi subjek penelitian, (2) melahirkan pervaginam, (3) tidak kooperatif atau tidak mampu berkomunikasi verbal, dan (4) memiliki kelainan bentuk payudara seperti benjolan atau bertekstur kulit jeruk.

Variabel Penelitian

Variabel independen dalam penelitian ini adalah perawatan payudara yang dilakukan selama 3 hari (hari ke-1 sampai ke-3) sebanyak 2 kali sehari (pagi dan sore) sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) perawatan payudara. Variabel dependen adalah kelancaran produksi ASI pada ibu nifas post sectio caesarea dengan kategori penilaian lancar dan tidak lancar menggunakan skala ordinal.

Instrumen Penelitian

Penelitian menggunakan dua jenis instrumen. Pertama, kuesioner karakteristik responden untuk mengumpulkan data demografi meliputi usia, pendidikan, pekerjaan, riwayat konsumsi ASI booster, dan riwayat perawatan payudara. Kedua, kuesioner kelancaran produksi ASI yang terdiri dari 15 butir pertanyaan bersifat positif dengan jawaban "Ya" (skor 1) dan "Tidak" (skor 0). Kuesioner diadopsi dari Yolanda Resti (2021) yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai Cronbach's Alpha 0,947. Kategori kelancaran ASI ditetapkan lancar jika jawaban "Ya" >4 dan tidak lancar jika jawaban "Ya" <4 .

Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui tahap persiapan dengan mengurus perizinan penelitian, tahap pelaksanaan dimulai dengan pendekatan kepada calon responden sesuai kriteria inklusi, menjelaskan tujuan penelitian, meminta informed consent, melakukan observasi keadaan umum responden, memberikan kuesioner pre-test kelancaran ASI sebelum perawatan payudara, melaksanakan intervensi perawatan payudara selama 3 hari, kemudian pada hari ketiga melakukan penilaian kelancaran ASI menggunakan kuesioner post-test. Tahap akhir meliputi editing, coding, scoring, entry data, dan cleaning data menggunakan program SPSS versi 25.

Analisis Data

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi kelancaran ASI dan karakteristik responden yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase. Analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon matched pairs test dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI. Hipotesis diterima jika nilai $p < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI.

Etika Penelitian

Penelitian ini menerapkan empat prinsip etika penelitian yaitu: (1) informed consent dengan memberikan penjelasan tujuan penelitian dan meminta persetujuan responden, (2) anonymity dengan tidak mencantumkan nama responden melainkan hanya kode atau inisial, (3) beneficence dengan melakukan penelitian sesuai prosedur dan meminimalisir dampak merugikan, dan (4) justice dengan memberikan perlakuan yang sama kepada semua subjek penelitian dengan keterbukaan, kejujuran, dan kehati-hatian.

Lokasi dan Waktu

Penelitian dilaksanakan di RS Islam Bontang pada bulan Juli sampai Agustus 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Gambaran Lokasi Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di Rumah Sakit Islam Bontang, salah satu rumah sakit tipe C terakreditasi Paripurna yang berlokasi di Jalan Brigjen Katamso No. 40, Kelurahan Belimbing, Kecamatan Bontang Barat, Kota Bontang, Kalimantan Timur. Rumah sakit ini memiliki fasilitas pelayanan lengkap termasuk ruang bersalin dan unit perawatan khusus kehamilan dan bersalin.

Karakteristik Responden

Penelitian melibatkan 32 responden ibu nifas post sectio caesarea. Karakteristik responden menunjukkan sebagian besar berusia 20-35 tahun sebanyak 25 orang (78,1%), dengan tingkat pendidikan terbanyak adalah SMA/SMK sebanyak 17 orang (53,1%), diikuti perguruan tinggi 12 orang (37,5%), dan SMP 3 orang (9,4%). Dari segi pekerjaan, setengah

responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 16 orang (50%), pegawai swasta 11 orang (34,4%), PNS 3 orang (9,4%), dan wiraswasta 2 orang (6,2%). Seluruh responden (100%) belum pernah melakukan perawatan payudara sebelumnya dan belum pernah mengonsumsi obat pelancar ASI.

Analisis Univariat

Hasil analisis univariat menunjukkan kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah perawatan payudara. Sebelum diberikan perawatan payudara, dari 32 responden didapatkan lebih dari setengah mengalami produksi ASI tidak lancar sebanyak 17 orang (53,1%), sedangkan yang mengalami produksi ASI lancar sebanyak 15 orang (46,9%). Sesudah diberikan perawatan payudara, terjadi peningkatan signifikan dimana sebagian besar responden mengalami produksi ASI lancar sebanyak 28 orang (87,5%), sedangkan yang tidak lancar hanya 4 orang (12,5%).

Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank menunjukkan terdapat 13 responden yang mengalami peningkatan kelancaran produksi ASI dari kategori tidak lancar menjadi lancar setelah diberikan perawatan payudara. Sejumlah 15 responden yang sebelumnya sudah termasuk kategori lancar juga mengalami peningkatan skor pada instrumen penelitian. Hanya 4 responden yang tidak mengalami peningkatan kelancaran produksi ASI setelah dilakukan perawatan payudara, dimana 2 di antaranya menggunakan susu formula tambahan untuk bayinya.

Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$) dengan Z hitung -3,606, yang berarti terdapat perbedaan bermakna secara statistik pada kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah perawatan payudara. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan ada pengaruh signifikan perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas post sectio caesarea di RS Islam Bontang.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu: (1) hanya meneliti satu kelompok tanpa kelompok pembanding, (2) instrumen kuesioner memiliki cut-off point yang relatif rendah (>4) sehingga responden mudah mencapai kategori lancar, dan (3) peneliti merupakan

pegawai shift tanpa enumerator sehingga mengalami kendala dalam pelaksanaan intervensi dan pengumpulan data.

Pembahasan

Kelancaran Produksi ASI Sebelum Perawatan Payudara

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan perawatan payudara, lebih dari setengah responden (53,1%) mengalami produksi ASI yang tidak lancar. Temuan ini sejalan dengan penelitian Kasmawati (2025) yang menunjukkan produksi ASI sebelum perawatan payudara lebih rendah dibandingkan setelah intervensi. Produksi ASI yang tidak lancar pada fase awal postpartum dapat mengakibatkan bayi tidak mendapatkan nutrisi optimal yang diperlukan untuk tumbuh kembangnya.

Berbagai faktor menjadi latar belakang ibu postpartum mengalami hambatan dalam pemberian ASI. Masalah tersebut antara lain bayi yang tidak mau menghisap atau ibu yang belum terbiasa menyusui, terutama pada ibu primipara yang belum memiliki pengalaman. Kondisi ini dapat menyebabkan pembengkakan payudara yang semakin memperparah ketidaklancaran produksi ASI.

Proses persalinan memiliki pengaruh signifikan terhadap produksi ASI. Menurut Nurahmawati (2022), ibu yang melahirkan pervaginam akan lebih cepat melakukan mobilisasi dini dibandingkan ibu yang melahirkan secara sectio caesarea. Ibu yang cepat melakukan mobilisasi setelah melahirkan memungkinkan untuk segera merawat bayinya sendiri, termasuk dalam hal menyusui dan melakukan perawatan payudara untuk memperlancar produksi ASI. Sebaliknya, ibu post sectio caesarea mengalami keterbatasan mobilisasi akibat nyeri luka operasi, sehingga aktivitas menyusui dan perawatan payudara menjadi terhambat.

Penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah persalinan disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan penting dalam kelancaran produksi ASI. Selain kadar hormon, faktor lain yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu post sectio caesarea adalah obat-obatan yang digunakan selama operasi yang dapat menghambat produksi ASI. Faktor anatomis seperti puting susu yang mengalami iritasi atau puting susu yang masuk ke dalam juga menyebabkan produksi ASI menjadi sedikit dan tidak lancar karena bayi kesulitan menghisap secara efektif.

Kelancaran Produksi ASI Sesudah Perawatan Payudara

Setelah diberikan perawatan payudara selama 3 hari berturut-turut dengan frekuensi 2 kali sehari, terjadi peningkatan dramatis dimana 87,5% responden mengalami produksi ASI yang lancar. Hanya 4 responden (12,5%) yang masih mengalami produksi ASI tidak lancar, dimana 2 di antaranya menggunakan susu formula tambahan yang dapat mempengaruhi frekuensi pemberian ASI.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Izzah (2022) yang menyimpulkan terdapat peningkatan produksi ASI pada ibu nifas post sectio caesarea yang diberikan perlakuan perawatan payudara dan teknik marmet. Perawatan payudara merupakan tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan payudara yang dapat menguatkan dan melenturkan puting susu, sehingga merangsang hipofisis melepaskan hormon laktogen dan prolaktin, melancarkan aliran darah, serta memperbanyak produksi ASI.

Mekanisme kerja perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI melibatkan dua proses penting dalam laktasi, yaitu pembentukan air susu (laktogenesis) dan pengeluaran air susu (let-down reflex). Kedua proses ini sangat dipengaruhi oleh produksi hormon yang diatur oleh hipotalamus. Perawatan payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur dapat merangsang kelancaran ASI melalui stimulasi mekanis yang meningkatkan aliran darah ke jaringan payudara dan merangsang refleks oksitosin.

Kondisi psikologis ibu juga berpengaruh dalam kelancaran produksi ASI. Perasaan tidak nyaman dan nyeri dapat menghambat kelancaran produksi ASI, sedangkan perasaan nyaman dan rileks akan memudahkan tubuh melepaskan hormon oksitosin yang berperan dalam ejeksi ASI. Menurut Setyaningsih (2020), perawatan payudara penting dilakukan pada ibu nifas karena memiliki banyak manfaat, termasuk membantu meningkatkan produksi ASI sehingga bayi dapat dengan mudah mendapatkan ASI sebagai makanan pokok yang mengandung banyak zat gizi yang sangat dibutuhkan dalam masa pertumbuhan dan perkembangan.

Perawatan payudara juga mempengaruhi kepercayaan diri ibu nifas saat menyusui. Menurut Jamaludin (2022), kepercayaan diri berpengaruh signifikan terhadap niat ibu dalam menyusui, seberapa banyak usaha yang dilakukan, dan pola pikir ibu dalam meningkatkan proses menyusui. Faktor yang menentukan keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah kondisi psikologis ibu, termasuk rasa percaya diri dan keyakinan terhadap kemampuan memproduksi ASI. Pengalaman positif berupa perasaan senang dan bangga atas keberhasilan menyusui akan berpengaruh pada kemampuan menyusui di masa mendatang.

Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI

Hasil analisis statistik menunjukkan adanya pengaruh signifikan perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$). Dari 32 responden, sebanyak 13 orang mengalami peningkatan dari kategori tidak lancar menjadi lancar, dan 15 orang yang sebelumnya sudah lancar mengalami peningkatan skor pada instrumen penelitian. Total 28 responden menunjukkan perbaikan kondisi setelah mendapatkan intervensi perawatan payudara.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Azizah (2024) tentang efektivitas penerapan perawatan payudara pada ibu postpartum dengan sectio caesarea terhadap keberhasilan produksi ASI. Respons ibu nifas post sectio caesarea yang telah dilakukan perawatan payudara menunjukkan perasaan nyaman dan tenang, pengurangan nyeri, dan peningkatan kepercayaan diri dalam menyusui.

Perawatan payudara menjadi salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI secara kuantitatif. Perawatan payudara sejak awal masa nifas bermanfaat dalam kelancaran produksi ASI karena sirkulasi darah di sekitar payudara menjadi lancar sehingga tekanan intraduktal akibat bendungan ASI di duktus laktiferus dapat berkurang.

Faktor usia responden juga berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI. Pada penelitian ini, responden yang tidak mengalami peningkatan ASI berada pada usia di atas 35 tahun. Menurut Ariani (2021), ibu yang berusia 20-35 tahun memiliki produksi ASI yang cukup karena masih memiliki alat reproduksi dan payudara yang bekerja secara optimal. Rentang usia ini merupakan periode reproduksi sehat yang paling baik untuk hamil, melahirkan, dan menyusui. Ibu yang berusia di atas 35 tahun dianggap berisiko tinggi karena alat reproduksi dan organ tubuh lainnya sudah mengalami penurunan fungsi.

Faktor pendidikan juga berpengaruh secara tidak langsung terhadap peningkatan produksi ASI. Dari 4 responden yang tidak mengalami peningkatan kelancaran ASI, 2 di antaranya menggunakan susu formula tambahan karena belum memahami konsep ASI eksklusif. Menurut Miguna (2021), semakin tinggi pendidikan ibu maka semakin banyak pengalaman dan informasi yang didapatkan. Pendidikan berpengaruh terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku. Ibu dengan pendidikan rendah cenderung lambat dalam mengadopsi pengetahuan baru yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif.

Dapat disimpulkan bahwa perawatan payudara pada ibu nifas post sectio caesarea merupakan intervensi penting yang sebaiknya dilakukan untuk mempersiapkan payudara dalam

kondisi optimal dan memastikan ASI mengalir lancar ketika ibu menyusui bayinya. Perawatan payudara meliputi perawatan kebersihan sebelum dan sesudah menyusui, perawatan puting susu yang lecet, serta merawat puting susu agar tetap lemas, tidak kering, dan tidak keras, sehingga bayi dapat menghisap secara efektif dan produksi ASI dapat optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Sebagian besar responden sebelum diberikan intervensi perawatan payudara pada ibu nifas *post sectio caesarea* di RS Islam Bontang.
2. Sebagian besar responden setelah diberikan intervensi perawatan payudara pada ibu nifas *post sectio caesarea* di RS Islam Bontang.
3. Ada pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas *post sectio caesarea* di RS Islam Bontang.

Saran

1. Bagi Ibu Nifas
Diharapkan ibu nifas dan keluarga dapat memberikan perawatan payudara secara teratur sehingga dapat memberikan kelancaran produksi ASI.
2. Bagi Bidan di Rumah Sakit
Diharapkan bidan dapat melaksanakan praktik kebidanan berupa perawatan payudara pada ibu nifas *post sectio caesarea*.
3. Bagi Institusi Pendidikan
Melalui penelitian ini ditemukan *evidence based* mengenai terapi non farmakologi untuk menambah kelancaran produksi ASI dengan perawatan payudara. Diharapkan hasil penelitian ini menjadi sumber referensi dalam pengembangan ilmu kebidanan untuk meningkatkan kualitas pemberian asuhan kebidanan khususnya pada layanan kebidanan.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Dapat melakukan penelitian serupa dengan jumlah responden yang lebih banyak serta diharapkan dapat menambahkan kombinasi yang dapat menambah kelancaran produksi ASI pada ibu nifas post SC.

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, C. F., Purbsningdih, E. S., Khoerunissa, Ulhaq, D., Triyani, & Komalasari, S. (2022). Pengaruh Teknik Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran ASI
- Aeni, C. F., Purbaningsih, E. S., Khoerunissa, D. U., & Triyani, S. K. (2022). Pengaruh teknik perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas: Studi kasus. *Coping: Community of Publishing in Nursing*
- Dara, M., Suja, D., Puspitarini, Z., Nur, R., & Ayu, S. (2023). Tingkat Keberhasilan Asi Eksklusif Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu Di Puskesmas Payungrejo Kabupaten Lampung. *Biograph-I : Journal Of Biostatistics And Demographic Dynamic*
- Fifi Ria Ningsih Safari, Eliza Bestari Sinaga, & Khairani Purba. (2023). Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Nifas di Uptd Puskesmas Sidodadi. *Health Care: Jurnal Kesehatan*
- Gustirini, R. (2021). Perawatan Payudara Untuk Mencegah Bendungan Asi Pada Ibu Post Partum. *Midwifery Care Journal*
- Handayani, R., Qamariah, N., & Munandar, H. (2022). Analisis Pengaruh Tingkat Pendidikan Ibu Dan Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Di Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*
- Kasmawati, K., Ramadhan, N., & Fazlaini, R. (2025). EFEKTIFITAS BREAST CARE DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST SC DI RUANG KEBIDANAN RUMAH SAKIT IBU DAN ANAK.
- Kasmayani, Hastuty, Hamid, Khatimah, A. (2024). Pengaruh perawatan payudara terhadap produksi asi pada ibu post partum. *Jurnal Berita Kesehatan*
- Khusniyati, E. (2025). Pengaruh Breastfeeding Self Efficacy (BSE) terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Nifas di PMB Teta Irayanti, Amd. Keb Desa Plososari Kecamatan Puri Kab. Mojokerto. *Innovative: Journal Of Social Science Research*
- Nabila Alya Dashilva¹, Elizar, (2024) Kebidanan, A., Ibu, P., Massase, N. Y., Ibu, P., Terhadap, N., Produksi, P., Untuk, A. S. I., Muara, K., & Aceh, B.Fatiyani³ Kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh Prodi kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh 1
- Lestari, S., Jurnal, Y. D., & Oenzil, F. (2022). Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Kadar Prolaktin dan Volume ASI pada Ibu Postpartum Primipara. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*
- Masrinah. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas (STUDI LITERATUR). Yogyakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah

- Markosia Wabula, W. (2022). Juni 2022, Widy Markosia Wabula, Fasiha Perawatan Payudara Postpartum untuk Melancarkan Produksi ASI. *Jurnal Kebidanan*
- Miguna, S., & Alâ, M. (2021). POSTPARTUM'S KNOWLEDGE ABOUT BREAST CARE AS EXCLUSIVE EFFORTS AT RS ST ELISABETH, BATAM CITY. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*,
- Mukarramah, S. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Kassi-Kassi, Makassar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*
- Mulazimah, M., Nurahmawati, D., Kholis, M. N., Noeraini, A. R., Junita, M. E., & Klau, A. S. (2023). Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Melalui Breast Care Di Puskesmas Perawatan Ngletih Kota Kediri. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*
- Muslim, V. Y., & Halimatusyaadiah, S. (2020). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule Tahun 2017. *Jurnal Midwifery Update*
- Nurliza, M. I. D. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Breast Care Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas Di Klinik Utama Ar Pasar Rebo. *J Ilmiah Keseatan Dan Kebidanan*
- Nurahmawati, D., Wati, Y. I., Agata, D. D., & Pratika, R. (2021). Analisis faktor breast care pada ibu postpartum terhadap produksi asi di rumah sakit angkatan darat kota kediri. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*
- Oktaviani.J. (2021). Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Breastcare Pada Pasien Post Sc
- Pranajaya dkk. (2013). Determinan Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Keperawatan*, IX
- Putry, D. A., & Hermawati, H. (2024). Penerapan Breast Care Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Rsud Kartini Karanganyar. *Indonesian Journal of Public Health*
- R, B. D. H., & Windi, Y. K. (2021). Di Wilayah Pesapen Surabaya Breast Milk Production Among Postpartum Mothers Performing Breast Care At Pesapen Surabaya.
- Rahmatia, S., Harliani, H., & Basri, M. (2020). Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Nifas di RSUD Syeh Yusuf Kabupaten Gowa
- Rahmawati, A., & Prayogi, B. (2017). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui yang Bekerja (Analysis of Faktors Affecting Breastmilk Production on Breastfeeding Working Mothers). *Jurnal Ners Dan Kebidanan*,

- Sarwono Prawirohardjo. (2014). Ilmu Kebidanan (4th ed.). PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Setyaningsih, R., Ernawati, H., & Rahayu, Y. D. (2020). EFEKTIFITAS TEHNIK BREAST CARE TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DENGAN SEKSIO SESAREA. Health Sciences Journal, 4(1), 89
- Sri Untari, Laily Himawati, & Rizki Sahara. (2022). Quasy Eksperiment ,. Peran Penting Mata Kuliah Etika Profesi Kebidanan Terhadap Perilaku Etis Mahasiswa Kebidanan Di Universitas Borneo Tarakan
- Solama, W., Delina, S., Permata Sari, I., Diii Keperawatan, P., Palembang, A., & Diii Kebidanan, P. (2023). Penerapan Edukasi Breast Care Pada Ibu Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Menyusui Tidak Efektif. 15(2),126. <https://Jurnal.Stikes-AisyiyahPalembang.Ac.Id/>
- Utami. (2020). Kata kunci Referensi : Perawatan Payudara, Pengeluaran ASI, Ibu Post Partum
- Wiwit Putrianingsih, S. H. (2022). Penerapan Breast Care Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Ruang Flamboyan RSUD PROF. Dr. Margono Sokorarjo
- Wulan, S., & Gurusinga, R. (2020). Pengaruh Perawatan Payudara (Breast Care) terhadap Volume ASI pada Ibu Post Partum (Nifas) di RSUD Deli Serdang Sumut Tahun 2012. Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan
- Wulandari Elza, Violita Siska Mutiara, Mika Oktarina, Mimi Yosiyanti, & Buyung Keraman. (2022). Perawatan Payudara Meningkatkan Produksi. Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan