

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PERAWATAN  
PAYUDARA DENGAN KELANCARAN PENGELUARAN ASI  
DI RUMAH SAKIT UMUM MULIA HATI WONOGIRI**

**ARTIKEL ILMIAH**



**Oleh :**

**DEWI UTAMI**

**NIM : AB212024**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
TAHUN 2023**

## Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara dengan Kelancaran Pengeluaran ASI di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri

Dewi Utami<sup>1)</sup>, Erlyn Hapsari<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta  
Email: dewiu8495@gmail.com

### Abstrak

**Latar belakang:** Air Susu Ibu (ASI) merupakan asupan penting terhadap tumbuh kembang dan kesehatan bayi. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan melakukan perawatan payudara. Perawatan payudara bermanfaat untuk melancarkan refleks pengeluaran dan meningkatkan volume ASI, namun dalam pelaksanaannya belum semua ibu nifas mampu melakukan perawatan payudara dengan baik, hal ini dipengaruhi oleh faktor tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara yang kurang.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri.

**Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Desain penelitian digunakan adalah deskriptif korelatif, dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah 38 ibu nifas di RSUD Mulia Hati Wonogiri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Pengetahuan perawatan payudara dan lembar observasi untuk menilai kelancaran ASI. Data penelitian dikumpulkan dan dianalisis menggunakan uji *Chi Square*.

**Hasil:** sebanyak 12 responden (31,6%) dengan pengetahuan yang baik, 14 responden (36,8%) dengan pengetahuan cukup dan 12 responden (31,6%) dengan pengetahuan kurang. Sebanyak 21 responden (55,3) pengeluaran ASInya lancar, 17 responden (44,7%) pengeluaran ASInya tidak lancar. Hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai  $\chi^2 = 6,797$ , *p* – *value* = 0,033 (*p*<0,05)

**Kesimpulan :** Ada hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri.

**Kata kunci:** Pengetahuan, perawatan payudara, kelancaran pengeluaran ASI, ibu nifas

***The Relationship between Postpartum Mothers' Knowledge about Breast Care and smoothness of Breastfeeding Expenditure at Mulia Hati General Hospital Wonogiri***

**Abstract**

**Background:** Breast milk was an important intake for the growth and health of infants. One way to increase breast milk production is by performing breast care. Breast care is useful to launch the ejection reflex and increase the volume of breast milk, but in its implementation not all postpartum mother were able to perform breast care properly, this was influenced by factors of lack of knowledge about breast care.

**Objective:** To determine the relationship between postpartum mothers' knowledge about breast care and smoothness of Breastfeeding Expenditure at Mulia Hati General Hospital Wonogiri.

**Methods:** The type of study used was quantitative study. The study design used was descriptive correlative, with a cross sectional approach. The study sample was 38 postpartum mothers in Mulia Hati Hospital Wonogiri. The sampling technique used purposive sampling. The study instrument used a questionnaire on breast care knowledge and an observation sheet to assess smoothness of breastfeeding expenditure. The study data were collected and analysed using Chi Square test.

**Results:** there were 12 respondents (31.6%) with good knowledge, 14 respondents (36.8%) with fair knowledge and 12 respondents (31.6%) with poor knowledge. 21 respondents (55.3) had smoothness of breastfeeding expenditure, 17 respondents (44.7%) had unsmoothness of breastfeeding expenditure. The Chi Square test results obtained the value  $\chi^2 = 6.797$ ,  $p\text{-value} = 0.033$  ( $p < 0.05$ ).

**Conclusion:** There was a relationship between postpartum mothers' knowledge about breast care and smoothness of breastfeeding expenditure at Mulia Hati General Hospital Wonogiri.

**Keywords:** knowledge, breast care, smoothness of breastfeeding expenditure, postpartum mothers

**PENDAHULUAN**

Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu dalam pembangunan di bidang kesehatan. Menurut laporan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) tahun 2021 terdapat 54 kematian bayi neonatal (usia 0-28 hari) per 1.000 kelahiran hidup di seluruh

dunia pada 2020. Angka kematian bayi dan neonatal tertinggi pada 2020 ditemukan di wilayah Afrika Sub-Sahara, yaitu 27 kematian per 1.000 kelahiran hidup, wilayah Asia Selatan dengan 23 kematian, Oseania (di luar Australia & Selandia Baru) 19 kematian, Afrika Utara 15 kematian, dan Asia Tenggara termasuk Indoensia 12 kematian per 1.000 kelahiran hidup.

Berdasarkan data Kemenkes RI (2021) AKI di Indonesia meningkat dari

300 kasus dari 2.019 menjadi sekitar 4.400 kematian pada tahun 2020, sedangkan AKB tahun 2019 sekitar 26.000 menjadi 44.000 kasus pada tahun 2020. AKI dan AKB meningkat pesat karena adanya pandemi *COVID-19* pada awal tahun 2020. Dari jumlah itu, sebanyak 20.266 balita (71,97%) meninggal dalam rentang usia 0-28 hari (neonatal). Data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Kabupaten Wonogiri 2022 AKI di Wonogiri tercatat 7 kasus, yang disebabkan karena Perdarahan Pasca Persalinan dan Preeklamsia, sementara AKB sebanyak 94 kasus dengan kasus paling banyak asfiksia, pneumonia, dan diare.

Pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih jauh dari harapan. Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif pada tahun 2017 sebesar 61,33%, namun, angka ini belum mencapai dari target cakupan ASI eksklusif yang ditetapkan oleh pemerintah, yaitu 80% (Kemenkes, 2018). Data dari Dinkes Kabupaten Wonogiri (2021), cakupan ASI di Kabupaten Wonogiri masih rendah sebesar 59,86% .

Masalah pada payudara selama masa menyusui dapat menjadi salah satu tanda bahaya pada masa nifas (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Permasalahan pada payudara yang sering

dialami ibu menyusui antara lain salah satunya adalah kelancaran pengeluaran ASI. Ketidaklancaran pengeluaran ASI menjadikan payudara bengkak (Mansyur & Dahlan, 2014).

Faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI diantaranya adalah perawatan payudara. Tujuan dari perawatan payudara adalah untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu, sehingga pengeluaran ASI lancar.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi ibu dalam memberikan ASI selama masa nifas kepada bayinya adalah tingkat pengetahuan tentang Perawatan payudara. Menurut teori Lawrence Green dalam Notoadmojo (2014) mengemukakan bahwa kesehatan seseorang dipengaruhi oleh dua faktor pokok yakni faktor perilaku (*behavior cause*) dan faktor diluar perilaku (*non behavior cause*). Nursalam (2015) perilaku terbentuk juga dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pendukung dan faktor pendorong.

Berdasarkan data dari Rekam Medis Rumah Sakit Umum (RSU) Mulia Hati Wonogiri Wonogiri bulan Oktober sampai Desember 2022 tercatat jumlah ibu nifas sebanyak 125 orang, 62 orang ibu diantaranya adalah ibu primipara. Ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 32 orang. Hasil studi

pendahuluan kepada 7 orang ibu nifas, diketahui 5 orang ibu nifas belum mengetahui tujuan perawatan payudara, manfaat dan cara perawatan payudara dan dampak jika tidak dilakukan perawatan payudara. 2 orang ibu nifas menyatakan mengetahui tujuan perawatan payudara, manfaat perawatan, tetapi menyatakan lupa cara perawatan payudara karena persalinan ini merupakan persalian kedua setelah 5 tahun persalinan pertama.

Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri.

#### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Desain penelitian digunakan adalah deskriptif korelatif, dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di RSUD Mulia Hati Wonogiri pada mulai tanggal 3 Juli sampai dengan 31 Juli 2023. Populasi penelitian semua ibu nifas RSUD Mulia Hati Wonogiri. Berdasarkan data rekam medis RSUD Mulia Hati Wonogiri bulan Oktober – Desember 2022 tercatat sebanyak 125 orang ibu nifas sehingga rata-rata persalinan per bulan sebanyak 42 orang ibu nifas. Besar sampel adalah 38 responden.

Metode pengambilan sampe menggunakan *purposive sampling*. Alat penelitian pada variabel independen dan dependen menggunakan kuesioner terdiri dari karakteristik responden, pengetahuan perawatan payudara dan kelancaran pengeluaran ASI. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*.

#### **HASIL PENELITIAN**

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan usia, Tingkat pendidikan, Pekerjaan dan Paritas

Karakteristik	Frekuensi	(%)
Usia		
20-35 tahun	29	76,3
>35 tahun	9	23,7
Pendidikan		
SMP	7	18,4
SMA	26	68,4
PT	5	13,2
Status pekerjaan		
IRT	22	57,9
PNS	2	5,3
Karyawati	10	26,3
Pedagang	4	10,5
Paritas		
Primipara	14	36,8
Multipara	24	63,2

Tabel 1 diketahui sebagian besar responden berusia antara 20-35 tahun sebanyak 29 orang (76,3%). Sebagian responden berpendidikan SMA sebanyak 26 orang (68,4%). Status pekerjaan sebagian besar adalah ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 22 orang (57,9%) dan sebagian besar responden adalah multipara sebanyak 24 orang (63,2%).

### Pengetahuan perawatan payudara

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden pengetahuan tentang perawatan payudara

Pengetahuan	Frekuensi	(%)
Baik	12	31,6
Cukup	14	36,8
Kurang	12	31,6
Total	38	100

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan kategori cukup tentang perawatan payudara sebanyak 14 orang (36,8%).

### Kelancaran pengeluaran ASI

Kelancaran pengeluaran ASI pada responden hasil checklist terdiri dari 10 observasi, dengan jawaban ya dan tidak.

### Hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI

Tabel 4 Hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI

Pengetahuan tentang perawatan payudara	Kelancaran pengeluaran ASI				Total		$\chi^2$	<i>p-value</i>
	Lancar		Tidak lancar		n	%		
	n	%	n	%	n	%		
Baik	9	23,7	3	7,9	12	31,6	6,797	0,033
Cukup	9	23,7	5	13,2	14	36,8		
Kurang	3	7,9	9	23,7	12	31,6		
Total	21	55,3	17	44,7	38	100		

Tabel 4 menunjukkan hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai  $\chi^2 = 6,797$ , dengan signifikansi *p-value* = 0,033 ( $p < 0,05$ ) sehingga disimpulkan ada hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran

Pengeluaran ASI kategori lancar jika skor  $\geq 6$  dari 10 indikator dan tidak lancar jika skor  $< 6$  dari 10 indikator.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelancaran pengeluaran ASI

Kelancaran pengeluaran ASI	Frekuensi	(%)
Lancar	21	55,3
Tidak lancar	17	44,7
Total	38	100

Tabel .3 menunjukkan sebagian responden lancar dalam pengeluaran ASI sebanyak 21 orang (55,3%).

pengeluaran ASI di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri.

## PEMBAHASAN

### Usia

Usia responden diketahui sebagian besar responden berusia antara 20-35

tahun sebanyak 29 orang (73,6%) atau masuk dalam usia dewasa awal. Hasil penelitian Rahmawati dan Wahyuningati (2020) menyebutkan 37% ibu nifas berusia antara 30-35 tahun dalam pemberian ASI eksklusif di posyandu Kecamatan Srengat Kabupaten Blitar. Hasil penelitiannya menjelaskan ada hubungan usia ibu dengan tipe pemberian ASI.

Menurut Pudjiadi (2015) ibu yang berada pada usia reproduksi mampu memproduksi ASI lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang berada pada usia resiko reproduksi, yaitu usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun, hal ini disebabkan karena fisiologi tubuh masih baik dan optimal. Namun berdasarkan hasil penelitian ini, bahwa semakin tua usia responden ternyata tidak berbanding lurus dengan tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara dan kelancaran ASInya. Terdapat usia responden yang lebih muda ternyata mempunyai pengetahuan yang lebih baik dibanding responden yang berusia lebih tua. Hal yang sama diketahui bahwa usia responden yang muda tidak selalu lancar dalam pengeluaran ASI dibanding usia responden yang lebih tua.

### **Pendidikan**

Tingkat pendidikan responden sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 26 orang (68,4%). Penelitian

Damayanti (2021), menyebutkan 68% responden berpendidikan SMA dalam penelitian tentang kelancaran produksi asi pada ibu post partum dengan operasi sesar. Hasil penelitiannya menyebutkan 82% ibu tidak lancar dalam pemberian ASI, hal ini karena ibu merasa nyeri, kecemasan dan stress sehingga menyebabkan pelepasan adrenalin yang mengakibatkan vasokonstriksi pembuluh darah alveoli dan menghambat produksi ASI.

Notoatmodjo (2014) berpendapat tingkat pendidikan secara umum mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi kondisi dan lingkungan sekitarnya, sehingga mempengaruhi cara pandang dan melakukan tindakan dalam menyelesaikan masalah. Peneliti berpendapat bahwa pendidikan responden banyak pada tingkat SMA dianggap mampu menerima informasi pendidikan kesehatan termasuk dalam perawatan payudara dan meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI.

### **Pekerjaan**

Data penelitian menunjukkan 57,9% responden adalah ibu rumah tangga. Hasil penelitian Surbakti I (2022) tentang peningkatan pendidikan kesehatan pada ibu nifas tentang manfaat rebusan daun kelor terhadap kelancaran produksi ASI diketahui 55% responden

adalah ibu rumah tangga. Hasil penelitian menyimpulkan ada pengaruh positif pemberian rebusan daun kelor terhadap kelancaran produksi ASI.

Riksani (2013) menyatakan bahwa ibu rumah tangga memiliki cukup waktu untuk istirahat, sehingga ibu tidak terlalu lelah dan akan memengaruhi pelepasan hormon oksitosin dan prolactin yang memperlancar produksi dan pengeluaran ASI. Namun berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan meskipun banyak responden adalah ibu rumah tangga namun kegiatan ibu di rumah juga banyak diantaranya yaitu memasak, mencuci, mengurus anak dan suami. Apabila tidak ada dukungan dari suami dan keluarga, pekerjaan yang bertumpuk dapat menimbulkan kelelahan atau letih pada ibu yang memicu penurunan produksi ASI.

### **Paritas**

Berdasarkan hasil penelitian pada data paritas juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden (63,2%) dengan multipara. Hasil penelitian Rahmawati dan Saidah (2021) menyebutkan sebanyak 48,4% adalah multipara dalam penelitian hubungan antara status gizi dan paritas dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut.

Paritas berpengaruh terhadap penerimaan seseorang terhadap pengetahuan, semakin banyak pengalaman seorang ibu maka penerimaan akan pengetahuan akan semakin mudah termasuk dalam perawatan payudara untuk melancarkan pengeluaran ASI (Asrul, 2017). Peneliti berpendapat bahwa responden yang sebagian besar ibu dengan paritas multipara sehingga mempunyai pengalaman masa lalu dalam perawatan payudara untuk meningkatkan pengeluaran ASI dengan lancar.

### **Pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara**

Pengetahuan responden tentang perawatan payudara sebagian besar dalam kategori cukup (36,8%). Pengetahuan responden yang cukup dapat diterjemahkan bahwa responden cukup mengerti, memahami dari pengertian, tujuan, manfaat perawatan payudara, alat-alat yang digunakan, cara perawatan payudara serta cara perawatan puting susu. Penelitian yang dilakukan Ningsih dkk (2021) menyebutkan 55,6% Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara pada Masa Laktasi di BPS Ananda Desa Plosowahyu Lamongan dalam kategori cukup.

Pengetahuan responden dalam kategori cukup juga dapat dipengaruhi oleh latar pendidikan formal, dimana

sebagian besar responden berpendidikan SMA. Wawan dan Dewi (2013) menyatakan tingkat pendidikan akan sangat berpengaruh terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku seseorang. Semakin tinggi pendidikan, maka wawasan yang dimilikinya akan semakin luas sehingga pengetahuan pun juga akan meningkat.

#### **Kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas**

Hasil penelitian pada data kelancaran pengeluaran ASI diketahui 55,3% lancar. Penelitian **Aprilia** dan **Krisnawati** (2019) menjelaskan 79% ibu post partum lancar dalam pengeluaran ASI. Hasil penelitian menyebutkan Faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI adalah makanan, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, pola istirahat, kekuatan hisapan dan frekuensi pemberian ASI.

Proses menyusui yaitu dari hisapan bayi akan merangsang puting susu dan kalang payudara, karena ujung-ujung saraf sensoris yang berfungsi sebagai reseptor mekanik. Rangsangan ini dilanjutkan kehipotalamus melalui medulla hipotalamus dan akan menekan pengeluaran faktor penghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya merangsang pengeluaran faktor pemacu sekresi prolaktin. Faktor pemacu sekresi

prolaktin akan merangsang hipofise anterior sehingga keluar prolaktin. Hormon ini merangsang sel-sel alveoli yang berfungsi untuk membuat susu.

Berdasarkan hasil penelitian dari 10 item checklist perawatan payudara, sebagian besar responden menyatakan payudara tegang karena terisi, memerah payudara karena payudara penuh, pemberian ASI menggunakan kedua payudara bergantian, posisi perlekatan benar puting tidak lecet ibu relaks, let down reflex baik, dan menyusui bayi tanpa jadwal.

Hasil dari penilaian kelancaran pengeluaran ASI ini juga sesuai pendapat **Wiji** (2013) yang mengemukakan normalnya pada hari pertama ibu nifas dapat menghasilkan ASI 50-100 ml sehari dari jumlah ini akan terus bertambah sehingga mencapai sekitar 400-450 ml pada waktu bayi mencapai usia minggu kedua. Jumlah tersebut dapat dicapai dengan menyusui bayinya selama 0-6 bulan pertama, karena selama kurun waktu tersebut ASI mampu memenuhi kebutuhan gizinya.

#### **Hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI**

Hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai signifikansi *p-value* = 0,033 ( $p < 0,05$ ), sehingga disimpulkan ada hubungan pengetahuan ibu nifas

tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Retnaningtyas (2022) yang menjelaskan ada peningkatan pengetahuan ibu hamil melalui edukasi mengenai teknik perawatan payudara dan manfaat ASI.

Tindakan responden adalah melakukan perawatan payudara yang bertujuan melancarkan pengeluaran ASI. Perilaku responden ini sudah masuk dalam perilaku aktif. Skinner dalam Notoadmojo (2017) berpendapat perilaku aktif adalah perilaku yang dapat diamati secara langsung (melakukan tindakan).

Hasil dari tindakan perawatan payudara adalah sebagian besar responden lancar dalam pengeluaran ASI. Pemberian ASI kepada bayi responden merupakan pemberian ASI eksklusif. Arifianto (2019), menjelaskan ASI eksklusif adalah pemberian air susu ibu sedini mungkin setelah persalinan, diberikan tanpa jadwal, dan tidak diberikan makanan tambahan lain walaupun hanya air putih sampai bayi berumur 6 bulan.

Namun dari hasil tabulasi silang antara pengetahuan dan kelancaran pengeluaran ASI, diketahui tidak semua responden yang mempunyai pengetahuan yang baik semuanya lancar dalam

pengeluaran ASI. Terdapat 3 responden (7,9%) yang mempunyai pengetahuan kategori baik tetapi tidak lancar dalam pengeluaran ASI. Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, diketahui tidak lancarnya pengeluaran ASI dapat disebabkan oleh faktor paritas. Dari 3 responden, 2 responden adalah ibu primipara. Responden baru pertama kali melahirkan sehingga merasa belum mempunyai pengalaman dalam melahirkan dan menyusui bayi. Kondisi ini menimbulkan rasa cemas pada responden yang akhirnya berpengaruh pada kurang lancarnya pengeluaran ASI.

Merujuk pendapat Nurasih dkk (2014) bahwa proses menyusui terdapat dua proses penting yaitu proses pembentukan air susu (the milk production reflex) dan proses pengeluaran air susu (let down reflex) yang kedua proses tersebut dipengaruhi oleh hormon yang diatur oleh hypothalamus.

Hypothalamus akan bekerja sesuai dengan perintah otak dan bekerja sesuai emosi ibu. Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat memengaruhi kelancaran ASI. Jika ibu mengalami stres, pikiran tertekan, tidak tenang, cemas, sedih, dan tegang akan mempengaruhi kelancaran ASI. Hasil penelitian Mardjun dkk (2019) menyatakan ada hubungan kecemasan dengan kelancaran pengeluaran ASI pada

ibu post partum selama dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado. Ibu yang semakin cemas, semakin kurang lancar dalam pengeluaran ASI.

Hasil penelitian kepada responden yang mempunyai pengetahuan yang baik tetapi tidak lancar pengeluaran ASI selain faktor gravida dan rasa cemas, terdapat kesalahan posisi dan perlekatan pada bayi pada saat menyusui, sehingga mempengaruhi kemampuan bayi untuk menghisap, bayi mendapatkan ASI tidak cukup, pengeluaran ASI terhambat dan tidak terjadi pengosongan setelah bayi menyusui.

Hendarto dan Pringgadini (2018) menyatakan bahwa kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh faktor Bayi dan faktor ibu. Faktor bayi diantaranya adalah kemampuan bayi untuk menghisap. Kemampuan menghisap bayi (reflek menghisap) yang kurang berdampak terhadap produksi hormon prolaktin dan oksitosin yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI. faktor ibu meliputi nutrisi faktor psikologis, sosial budaya, dan persepsi tentang menyusui, kurangnya informasi tentang tata cara menyusui yang baik dan benar, kondisi payudara dan puting.

Hasil penelitian Faiqah (2021) tentang edukasi posisi dan perlekatan pada saat menyusui dalam upaya meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif

menyebutkan pada saat pre test, keterampilan ibu menyusui 50% masih kurang dan setelah edukasi meningkat 44,50% menjadi terampil.

Berbeda halnya pada 3 responden (7,9%) yang mempunyai pengetahuan yang kurang tetapi pengeluaran ASInya lancar. Faktor pengalaman responden sebelumnya dalam mengasuh bayi dimana responden adalah multipara membuat ibu memahami perawatan payudara sehingga pengeluaran ASI menjadi lancar, meskipun secara teori ibu kurang mengetahui tentang perawatan payudara. Tindakan yang dapat meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI adalah frekuensi pemberian ASI. Responden yang mengetahui bayinya dalam posisi tidak tidur, maka sesegera mungkin menyusui sehingga dapat membantu pengosongan payudara.

Menurut Wiji (2013), frekuensi menyusui adalah berapa kali ibu menyusui dalam satu hari. Ibu sebaiknya tidak menjadwalkan pemberian ASI. Menyusui terbaik secara *on demand* pagi maupun malam 8 sampai 12 kali dalam sehari. Makin jarang bayi disusui, biasanya ASI tidak lancar sehingga kelancaran ASI sangat dipengaruhi oleh seringnya bayi menyusui. Penelitian Maqfiro (2022) menyatakan ada frekuensi menyusui dengan kelancaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas

Sukorame Kediri. Semakin on demand dalam frekuensi menyusui maka semakin pengeluaran ASI semakin lancar.

### KESIMPULAN

1. Sebagian besar usia ibu nifas di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri antara 20-35 tahun (76,3%), berpendidikan SMA (68,4%), pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (57,9%) dan multipara (63,2%).
2. Pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri sebagian besar dalam kategori cukup (36,8%).
3. Sebagian besar ibu nifas di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri lancar dalam pengeluaran ASI (55,3%).
4. Ada hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI di Rumah Sakit Umum Mulia Hati Wonogiri dengan nilai  $p\text{-value} = 0,033$ .

### SARAN

1. Ibu nifas
  - a. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pengetahuan ibu masih dalam kategori cukup. Ibu nifas diharapkan tetap mau meningkatkan pengetahuan tentang perawatan payudara yang dapat diperoleh dari berbagai

sumber seperti konsultasi dengan bidan, mengakses internet lewat handphone, sehingga pengetahuan tentang perawatan payudara meningkat.

- b. Bagi ibu yang tidak lancar dalam pengeluaran ASI diharapkan untuk tetap berusaha melakukan perawatan payudara seperti pijat payudara, memberikan ASI on demand sampai pengeluaran ASInya menjadi lancar.
2. Profesi Kebidanan  
Sebagai bahan masukan bagi bidan dalam memberikan asuhan kebidanan yang optimal terutama bagi ibu primigravida dalam perawatan payudara agar pengeluaran ASI menjadi lancar dan tidak menimbulkan dampak dari ketidاكلancaran pengeluaran ASI.
3. Bagi Rumah Sakit  
Hasil penelitian ini menjadi masukan untuk memberikan penyuluhan tentang pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dan kelancaran pengeluaran ASI.
4. Bagi Institusi Pendidikan  
Hasil penelitian ini menjadi salah satu sumber informasi bagi mahasiswa kebidanan tentang pentingnya pengetahuan tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Aprilia D, dan Krisnawati, A (2019) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum. *Naskah publikasi*. STIKes William Booth Surabaya.
- Asih. Y., dan Risneni. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Bidan dan Dosen Kebidanan Indonesia. (2018). *Kebidanan: Teori dan Asuhan*, Vol.2). Jajarta : EGC.
- Dewi R, Muliati D, dan Safira (2022). Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara dengan Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui Gampong Nusa Aceh Besar. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. Volume 4 Nomor 4.
- Faiqah, S. (2021) Edukasi Posisi dan Perlekatan Pada Saat Menyusui dalam Upaya Meningkatkan Keberhasilan ASI Eksklusif *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo* Volume 3 Nomor 1, November. e-ISSN: 2715-0496.
- Hendarto, A. & Pringgadini, K., 2018. Nilai Nutrisi air Susu Ibu. *Bedah ASIKajian dari Berbagai Sudut Pandang Ilmiah* ed. Jakarta : Balai penerbit FKUI.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Situasi dan Analisis ASI Eksklusif. Pusdatin* (Pusat Data dan Informasi) Kemenkes RI. Jakarta.
- Mansyur, N, dan Dahlan, A. (2014). *Buku ajar: Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Malang : Selaksa Media.
- Maqfiro, Rina W (2022) Hubungan Status Gizi dan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Asipada Ibu Post Partum di Puskesmas Sukorame Kediri. *Naskah publikasi*. Poltekkes Kemenkes Malang, Prodi Sarjana Terapan Kediri.
- Mardjun, Z (2019) Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado *e-journal Keperawatan (e-Kp)* Volume 7 Nomor 1, Februari 2019.
- Ningsih, E., Muthoharoh H, dan Erindah U( 2021). Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara pada Masa Laktasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* p-ISSN : 1412-2804 e-ISSN : 2354-8207.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta.
- Nurasiah, A, A. Rukmawati, D. Laelatul Badriah. 2014. *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Nursalam. (2015). *Manajemen Keperawatan (Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional)* (5th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka.
- Rahmawati A dan Wahyuningati N. (2020) Tipe Eksklusifitas

- Pemberian ASI Berdasarkan Paritas Dan Usia Ibu Menyusui. *Jurnal Citra Keperawatan* Volume 08, No. 2, Desember. ISSN: 2502 –3454 (Online).
- Rahmawati S dan Saidah H (2021) Hubungan Antara Status Gizi Dan Paritas Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut. *Naskah publikasi*. Stikes Dharmas Husada Bandung.
- Rahmawati, A. & Prayogi, B. (2017). Asuhan keperawatan manajemen laktasi dengan pendekatan berbasis bukti. Malang: Medika Nusa Creative.
- Retnaningtyas, E, Melda, B., Suhita, Nely F, Martiana, Serianti. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Edukasi Mengenai Teknik Perawatan Payudara dan Manfaat ASI. *Jurnal ADIMAS: Adi Pengabdian Masyarakat*. Vol. 3 No.1 November. E-ISSN: 2774-5988.
- Surbakti I (2022). Peningkatan Pendidikan Kesehatan pada ibu Nifas tentang Manfaat Rebusan daun Kelor Terhadap Kelancaran Produksi ASI di Desa Bangun Rejo Kec. Tanjung Morawa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. eISSN 2830-6384 (Online) Vol.1, No.2, Juli 2022, p: 247-258.
- Wahyuni, E. D. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Wawan, A. dan Dewi, M. (2014). *Teori Dan Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wiji, R.N. (2013). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.