

Teknik Perawatan Payudara Pada Ibu Postpartum

Breast Care Techniques for Postpartum Mothers

Susinta Wati¹, Susilo Rini², Arlyana Hikmanti³

¹, Universitas Harapan Bangsa, Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia

², Universitas Harapan Bangsa, Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia
(susilorini@uhb.ac.id)

Abstrak

Breast Care adalah salah satu untuk merangsang hormon oksitosin untuk menghasilkan ASI sedini mungkin dan memegang peran penting untuk menghadapi masalah menyusui. Teknik pemijatan dan rangsangan pada putting susu yang dilakukan pada *breast care* adalah latihan semacam efek hisapan bayi sebagai pemicu mengeluarkan ASI. Sebagai ibu yang menyusui bayinya, perawatan payudara dan putting susu merupakan suatu hal yang sangat penting, *breast care* yang tidak benar menyebabkan payudara bengkak penuh dan putting pecah yang akan menjadi penyulit dalam proses menyusui, bila putting menjadi pecah-pecah proses menyusui ditangguhkan sampai putting tersebut sembuh. Penerapan *Breast Care* Untuk Mengatasi Menyusui *Inefektif Post Partum* pada Ny. E. Karya ilmiah ini menggunakan metode studi kasus, dilakukan pada Ny. E yang mempunyai masalah menyusui *inefektif* dengan ciri-ciri kencang dan nyeri. *Breast Care* dilakukan di Rumah Ny. E Twelagiri Rt 05/ Rw 03, Pagedongan, Banjarnegara, membutuhkan waktu kurang lebih 30 menit. Setelah dilakukan tindakan *breast care* Ny. E mengalami payudara sudah tampak pengosongan, sudah tidak tampak kencang, bayi menyusu kuat pada putting ibu, nyeri berkurang.

Kata Kunci : *Breast Care, Infektif Post partum, ASI*

Abstract

Breast Care is one way to stimulate the hormone oxytocin to produce breast milk as early as possible and plays an important role in dealing with breastfeeding problems. The massage technique and stimulation of the nipples carried out in *breast care* are exercises such as the baby's sucking effect as a trigger to release breast milk. As a mother who breastfeeds her baby, breast and nipple care is very important. Improper breast care can cause full swelling of the breasts and cracked nipples which will complicate the breastfeeding process. healed. Objective : Application of Breast Care to Overcome Ineffective Post Partum Breastfeeding on Ny. E. Method : This scientific work uses the case study method, carried out on Ny. E who has ineffective breastfeeding problems with tightness and pain characteristics. Result : Breast Care was carried out at Mrs. E Twelagiri Rt 05/ Rw 03, Pagedongan, Banjarnegara, takes approximately 30 minutes. Conclusion: After doing breast care, Mrs. E has experienced that the breasts are already empty, they are no longer tight, the baby suckles strongly on the mother's nipples, the pain is reduced.

Keywords : *Breast Care, Infektif Post partum, ASI*

PENDAHULUAN

Tujuan asuhan masa nifas yaitu membantu ibu dan pasangannya selama masa transisi awal mengasuh anak, menjaga kesehatan ibu dan bayinya, baik fisik

maupun psikologis, mencegah dan mendeteksi dini komplikasi pada ibu nifas, merujuk ke tenaga ahli bila diperlukan, mendukung dan memperkuat keyakinan diri ibu dan memungkinkan melaksanakan peran sebagai orang tua, memberikan pelayanan keluarga bencana (Rika, 2014).

Menurut Data Dinas Kesehatan Jawa Tengah 2020 Angka Kematian Ibu apabila dilihat tren per tahun sejak tahun 2014 sampai 2020 mengalami penurunan. Penurunan yang signifikan terjadi sejak tahun 2014 sampai dengan 2020 dari 126,55/100.000 KH menurun menjadi 76,93/100.000 KH, kemudian terjadi peningkatan pada tahun 2020 menjadi 98,6/100.000 KH. Hal ini disebabkan karena adanya pandemi Covid 19 sehingga terjadi perubahan besar di pelayanan fasilitas kesehatan dan masyarakat, dan Sebesar 64,18 persen kematian maternal di Provinsi Jawa Tengah terjadi pada waktu nifas, sebesar 25,72 persen pada waktu hamil, dan sebesar 10,10 persen terjadi pada waktu persalinan (Dinkes Jateng, 2020)

Angka Kematian Ibu (AKI) di Kabupaten Banjarnegara tahun 2019 adalah 139,83/100.000 kelahiran hidup, dimana secara absolut dihitung dari jumlah kematian ibu sebesar 22 kasus dengan jumlah kelahiran hidup sebesar 15.733 bayi lahir hidup. Angka tersebut meningkat jika dibandingkan tahun 2018 yaitu sebesar 58,8/100.000 kelahiran hidup dengan jumlah kematian ibu sebesar 9 dengan kelahiran hidup sebesar 15.317 bayi. Dari 22 kasus kematian ibu di tahun 2019 sebanyak 8 kasus (36,36%) terjadi pada masa kehamilan, 0 kasus (0,0%) terjadi pada masa persalinan dan 14 kasus (63,63%) terjadi pada masa nifas (Dinkes Banjarnegara, 2020).

Kelenjar mammae telah dipersiapkan semenjak kehamilan. Umumnya produksi ASI baru terjadi pada hari ke 2 atau 3 pasca persalinan. Pada hari pertama keluar kolostrum. Cairan yang telah kental lebih dari air susu, mengandung banyak protein, albumin, globulin dan kolostrum. Untuk dapat melancarkan ASI, dilakukan persiapan sejak awal hamil dengan melakukan massase, menghilangkan kerak pada puting susu sehingga duktusnya tidak tersumbat. Untuk menghindari puting rata sebaiknya sejak hamil, ibu dapat menarik-narik puting susu dan ibu harus tetap menyusui agar puting selalu sering tertarik. Sedangkan untuk menghindari puting lecet yaitu dengan melakukan tehnik menyusui yang benar, puting harus kering saat menyusui, puting diberi lanolin monelia di terapi dan menyusui pada payudara yang tidak lecet. Selain itu puting lecet dapat disebabkan oleh karena cara menyusui dan perawatan payudara yang tidak benar dan infeksi monelia, bila lecetnya luas, menyusui 24-48 jam dan ASI dikeluarkan dengan tangan atau dipompa. Pengeluaran ASI pun dapat bervariasi seperti tidak keluar samasekali (*agalaksia*), ASI sedikit (*aligolaksia*), dan terlalu 22 banyak (*poligalaksia*) dan pengeluaran berkepanjangan (*galaktoria*).

Studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Puskesmas Pagedongan Banjarnegara pada bulan september 2021 diperoleh data pada tahun 2021 tercatat 484 ibu nifas, jumlah persalinan yang ditangani oleh tenaga kesehatan sebanyak 99,79%. Terdapat komplikasi ibu nifas perdarahan 22 kasus, infeksi nifas 5 kasus, preeklamsia 28 kasus. Upaya bidan untuk meminimalisir kasus tersebut yaitu menjalankan SOP yang ada dan terupdate, mengikuti pelatihan MU dan seminar, kelas ibu hamil, ANC terpadu, mengadakan pelatihan.

Oleh karena itu peran bidan dalam masa nifas yaitu memberikan dukungan yang terus-menerus selama masa nifas yang baik dan sesuai dengan kebutuhan ibu agar mengurangi ketegangan fisik dan psikologis selama persalinan dan nifas, sebagai promotor hubungan yang erat antara ibu dan bayi secara fisik dan psikologis, mengondisikan ibu untuk menyusui bayinya dengan cara meningkatkan rasa nyaman (Saleha, 2013).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Asuhan Kebidanan Ibu Nifas pada Ny. E Umur 25 Tahun P1A0AH1 0 Jam Post Partum Di Puskesmas Pagedongan Banjarnegara tahun 2022."

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan metode deskriptif dan menggunakan pendekatan 7 langkah Varney. Subjek yang diambil dalam Studi kasus ini dilakukan pada Ny. E Umur 25 Tahun P1A0AH1 0 Jam Post Partum Di Puskesmas Pagedongan Banjarnegara tahun 2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pemeriksaan yang telah dilakukan di dapat hasil sebagai berikut:

1. Ibu sudah mengetahui hasil pemeriksaan
2. Ibu sudah mengetahui keluhan yang dialaminya dan merasa lebih tenang
3. Ibu sudah mengetahui tentang KIE ASI Eksklusif dan bersedia untuk memberikan ASI saja selama 6 bulan.
4. Ibu sudah mengetahui tentang gizi ibu menyusui dan bersedia mengkonsumsi makanan sesuai dengan anjuran bidan.
5. Ibu sudah mengetahui tentang tanda bahaya pada masa nifas dan bayi baru lahir serta bersedia untuk ke tenaga kesehatan jika ibu dan mengalami salah satu tanda bahaya.
6. Ibu bersedia menghubungi bidan jika ada keluhan

Berdasarkan asuhan kebidanan yang telah dilakukan pada ibu nifas, muncul beberapa hal yang berhubungan dengan adanya kesenjangan antara teori dan

kasus di lahan praktek. Pada bab ini peneliti akan memaparkan pembahasan mengenai hasil asuhan kebidanan Pada Ibu Nifas Ny. E Umur 25 Tahun P1A0AH1 0 Jam Post Partum Di Puskesmas Pagedongan Banjarnegara menggunakan metode 7 langkah varney antara lain, pengkajian, interpretasi data, diagnose potensial,antisipasi Tindakan segera, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

1. Pengkajian

a. Data Subyektif

1) Lahan

Pada kasus ini didapatkan data subyektif dengan nama Ny. E umur 25 tahun P1 A0 AH0, Pendidikan terakhir SMA, pekerjaan IRT dan nama suami Tn. G umur 29 tahun, Pendidikan terakhir S1, pekerjaan pedagang. Hasil anamnesa didapatkan ini merupakan persalinan pertamanya dan belum pernah mengalami keguguran. Ibu melahirkan bayinya 2 jam yang lalu pukul 14.00 WIB (13/04/2022) dan mengeluh masih merasa mulas. Ibu mengatakan ini perama kalinya menyusui, pengalaman waktu melahirkan ibu merasa sangat senang, ibu sudah sedikit mengetahui tentang masa nifas dan perawatan bayinya, ibu sangat senang dengan kelahiran bayinya dan tidak merasa cemas.

Pada data perkembangan 1 didapatkan data subyektif yaitu ibu mengatakan mengalami nyeri payudara sebelah kanan karena hanya menyusui bayinya sebelah kiri.

Pada data perkembangan 2 didapatkan data subyektif yaitu ibu mengatakan tidak ada keluhan, ASI nya sudah lancar dan melakukan cara menyusui dengan benar.

Pada data perkembangan 3 didapatkan data subyektif yaitu ibu mengatakan tidak ada keluhan.

2) Teori

Data subyektif adalah data yang di dapat dari klien sebgai pendapat situasi data kejadian. Informasi dapat ditentukan dengan informasi atau komunikasi.

3) Kesimpulan

Pada kasus tersebut tidak ditemukan kesenjangan antara lahan dan teori karena pengkajian data subyektif dilahan telah sesuai dengan teori pengkajian data subyektif pada ibu nifas meliputi identitas, keluhan utama, riwayat kesehatan, riwayat menstruasi, Riwayat perkawinan, Riwayat kehamilan, persalinan dan nifas yang lalu, Riwayat keluarga berencana, Riwayat kehamilan sekarang, Riwayat persalinan sekarang, pola kebiasaan sehari-hari.

b. Data objektif

1) Lahan

Pada kasus ini dapatkan data objektif hasil dari pemeriksaan fisik yaitu keadaan umum ibu baik, keadaan emosional stabil, kesadaran composmentis,

TTV dalam batas normal yaitu tekanan darah 110/80 mmHg, denyut nadi 80x/menit, pernafasan 20x/menit, suhu tubuh 36,6°C, pemeriksaan kepala, mata, hidung, telinga, mulut, leher, dada dalam keadaan normal, payudara ada pengeluaran berupa colostrum, abdomen.

Pada data perkembangan 1 didapatkan data objektif yaitu keadaan umum baik, keadaan emosional stabil, kesadaran composmentis, tanda-tanda vital normal, payudara ada pengeluaran berupa colostrum, palpasi uterus kontak teraba keras dan TFU 2 jari dibawah pusat, pengeluaran genitalia berupa lochea rubra berwarna merah segar, bersih dan tidak ada tanda-tanda infeksi.

Pada data perkembangan 2 didapatkan data objektif yaitu keadaan umum baik, keadaan emosional stabil, kesadaran composmentis, tanda-tanda vital normal, payudara ada pengeluaran berupa colostrum, palpasi uterus kontak teraba keras dan TFU pertengahan pusat dan symphysis, pengeluaran genitalia berupa lochea rubra berwarna kecoklatan, bersih dan tidak ada tanda-tanda infeksi.

Pada data perkembangan 3 didapatkan data objektif yaitu keadaan umum baik, keadaan emosional stabil, kesadaran composmentis, tanda-tanda vital normal, payudara ada pengeluaran berupa colostrum, TFU tidak teraba, pengeluaran genitalia berupa lochea rubra berwarna kuning kecoklatan, bersih dan tidak ada tanda-tanda infeksi.

2) Teori

Data objektif adalah data yang sesungguhnya dapat di observasi dan dapat di lihat oleh tenaga kesehatan.

3) Kesimpulan

Pada kasus tersebut tidak ditemukan kesenjangan antara lahan dan teori karena telah meliputi pemeriksaan yang dibutuhkan pemeriksaan head to toe yang berfokus pada abdomen, perinium, uterus, pemeriksaan menunjang.

Gambar 1

Format Pencantuman Gambar



Sumber : Dokumentasi Pribadi

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan studi kasus terhadap Ibu Nifas Ny.E umur 25 tahun P1A0AH1 0 Jam Post Partum di puskesmas Pagedongan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Mampu melaksanakan pengkajian terhadap Ibu Nifas Ny.E umur 25 tahun P1A0AH1 0 Jam Post Partum di puskesmas Pagedongan data di dapatkan berupa data subjektif ibu tidak ada khawatir. Pada pengkajian tidak ditemukan kesenjangan antara lahan dan teori.
2. Mampu melaksanakan interpretasi data penetapan masalah dan kebutuhan pada Ibu Nifas Ny.E umur 25 tahun P1A0AH1 0 Jam Post Partum di puskesmas Pagedongan tidak ditemukan adanya masalah pada Ny.E sehingga penulis memberikan konseling tentang pemberian ASI awal dan KIE ASI Eksklusif, pemberian KIE gizi ibu menyusui, dan pemberian KIE tanda bahaya masa nifas dan bayi baru lahir.
3. Mampu melaksanakan identifikasi diagnosa yang telah di tegakkan penulis menemukan adanya diagnosa potensial pada ibu nifas yaitu ibu mengalami bendungan ASI. Pada langkah ini sudah sesuai dengan teori yang ada.
4. Pada tahap asuhan kebidanan selanjutnya penulis tidak melakukan identifikasi kebutuhan akan tindakan segera karna pada tahap ini penulis tidak menemukan adanya masalah kegawat daruratan pada ibu nifas. Akan tetapi pada khusus bendungan ASI harus berkolaborasi dengan bidan untuk membantu konseling menyusui yang benar.
5. Mampu melaksanakan perencanaan asuhan kebidanan pada Ibu Nifas Ny.E umur 25 tahun P1A0AH1 0 Jam Post Partum di puskesmas Pagedongan berdasarkan kebutuhan yang sesuai.
6. Mampu melaksanakan pelaksanaan asuhan kebidanan pada Ibu Nifas Ny.E umur 25 tahun P1A0AH1 0 Jam Post Partum di puskesmas Pagedongan, pemberian asuhan komplementer breast care dan pijat oksitosin diberikan pada ibu pada kunjungan pertama.
7. Mampu melaksanakan evaluasi asuhan kebidanan pada ibu nifas dalam kasus ini sudah dilakukan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani, & Saleh, S. N. H. (2021). Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. Jawa Barat: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia.
- Astutik, Reni Yulia (2014) Payudara dan laktasi. Jakarta : Salemba Medika

- Anggraini, Y. (2013). Asuhan Kebidanan III Nifas, Yogyakarta. Dinkes Banjarnegara. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Banjarnegara 2019. Profil Kesehatan Banjarnegara 2019, 1–161.
- Amalia, A. 2014. Nyeri Pasca Bersalin. Majalah Ayah Bunda. Terbit bulan Desember 2014
- Benjamin, DKK. 2013. Lateral Epicondylitis Massage and Body Work. Diakses dari http://www.massagetherapy.com/articel_id/1199/Tennis-Elbow
- Cunningham, F, G. 2012. Obstetri Wiliams. Jakarta : EGC.
- Danuatmaja, B, Meiliasari, M. 2010. 40 Hari Pasca Persalinan Masalah dan Solusinya. Penerbit Puspa Swara : Jakarta.
- Dewi & Sunarsih. (2013). Asuhan Kehamilan untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.
- Dinkes Jateng. (2020). Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Tahun 2020.
- Ernawati, D, Dkk. 2013. Hubungan Penggunaan Stagen Terhadap Diastasis Rectus Abdominis di Rumah Bersalin Hasanah Gemolong Sragen. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Hartono, Wahyuni. 2012. Hubungan Antara Diastasis Musculus Rectus Abdominis dengan Involusi Uteri Postpartum Pervaginam. Jurnal Fisioterapi Vol 9. No 2.
- Jannah, N. (2011). Konsep Dokumentasi Kebidanan. Yogyakarta: Ar'ruz.
- KEMENKES RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>
- Marmi. (2012). Asuhan Neonatus, Bayi, Balita dan anak Pra Sekolah. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Marmi. (2014). Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "Puerperium Care". Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maulana. (2012). Penyakit Kehamilan dan Pengobatannya. Yogyakarta: Kata Hati.
- Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.
- Rini, S., & Dewi, F. K. (2020). Correlation Between Postpartum Anemia and the Increase of Baby's Weight in Ledug, Kembaran, Banyumas, Indonesia. 20(Icch 2019), 102–105. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200204.024>

- Rini, S., Ediyono, S., Sukmaningtyas, W., & Hikmanti, A. (2022). Type Of Breast Pump And The Affect To Pain Scale , Milk Production , And Pumping Time In Breastfeeding Mothers. 100, 18–29.
- Rini, S., & Kumala, D, F.(2016). Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice. Yogyakarta: Deepublish
- Rika, R. (2014). Asuhan Kebidanan Ibu nifas Normal.pdf. https://griyahasada.id/files/bahan-ajar/Modul Nifas.pdf?_cf_chl_jschl_tk_=pmd_v8_O9YwijT7EgarH.y7l0lpBKytZiWSOPd UdYHjr018-1630732437-0-gqNtZGzNAfujcnBszQa9
- Rukiyah, dkk. (2011). Asuhan Kebidanan IV (Patologi kebidanan). Jakarta : Trans Info Media.
- Saleha, Sitti. (2013). Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas. Jakarta: Salemba Medika.
- Sari, I. R. (2015). Penerapan Pijat Oksitosin Pada Pasien Post Partum Normal Di Wilayah Puskesmas Sambiroto Kedung Mundu Semarang, diakses pada tanggal 18 Januari 2022, <http://repository.unimus.ac.id>. Repository
- Setiowati, W. (2017). Hubungan Pijat Oksitosin dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum Fisiologis Hari Ke 2-3, Jurnal Darul Azhar, Vol 3 No 1.
- Sudarti & Afroh Fauziah. (2012). Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi dan Anak Balita. Yogyakarta: Nuha Media.
- Sulistiyawaty, A. (2014). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. Yogyakarta: Andi.
- Sugita dan Widiastuti. 2016. Budaya Jawa Ibu Postpartum di Desa Candirejo Kecamatan Ngawen Kabupaten Klaten. Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional, Volume 1, No 1, Maret
- Trijayati, T. (2017). Penerapan Pijat Oksitosin menggunakan Baby Oil terhadap Produksi dan Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Nifas di Puskesmas \Rowokele. Artikel Ilmiah, diakses pada tanggal 18 Januari 2022, <http://stikesmuhgombong.ac.id>
- Ummah, F. (2014). Pijat Oksitosin untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada Ibu Pasca Salin Normal Di Dusun Sono Desa Kentanen Kecamatan Panceng Gresik, Jurnal Vol.2, No XVII, diakses pada tanggal 18 Januari 2022, <http://stikesmuhla.ac.id>
- Wijayanti, L. (2014). Pengaruh Pijat Oksitoksin Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta, diakses pada tanggal 18 Januari 2022, <http://digilib.unisayogya.ac.id>. Repository



Wulandari, T., Aminin F., Dewi U. (2014). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi Kepulauan Riau, *Jurnal Kesehatan Tanjung Karang*, Vol V No 2 hal 137-178, diakses pada tanggal 18 Januari 2022, <http://poltekkes-tjk.ac.id>