

Hubungan Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester Tiga terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Satu Bulan Pertama di RS Al-Islam Bandung Periode April-Juni 2016

Relation Of Breast Care During Third Trimester Pregnancy and Baby Weight Gained

¹Bella Yuliviasari, ²Zulmansyah, ³Yuke Andriane

¹Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung

²Bagian Ilmu Kesehatan Anak, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung

³Bagian Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung

Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

email:¹yuliviabella@yahoo.com, ²zulluz812@yahoo.com, ³andrianeyuke@yahoo.com

Abstract. Indonesia has a poor implementation of exclusive breast feeding which mainly because mothers feel they produce less breast milk and hence they give formula, but this actually can be prevented by breast care in the third trimester. This study aims to investigate the relationship between breast care in the third trimester of pregnant women to the increased weight of the baby in the first one month at the Al-Islam Hospital Bandung from April to June, 2016. This research method was analytical observational with cross sectional approach. The sample in this study were 60 respondents were calculated by the formula test of hypotheses on different average, using consecutive sampling method. Statistical test used unpaired t test. The results showed that women who undergo breast care are more in the age group of 20-30 years old (80%), not working (70%), and expected her first child (73%). Statistical test showed significant results ($P=,011$). In conclusion, there was a significant association between breast care in the third trimester pregnant women with the increasing weight in infants in the first one month. This is because women who undergo breast care, will have more stimulation of the prolactin hormone, hence they will produce the breast milk more. This research recommendations addressed to health providers to provide information to pregnant women to perform breast care that her breast milk is enough to exclusive breastfeeding.

Keywords: Breast Care, Exclusive Breastfeeding, Increased Weight

Abstrak. Pelaksanaan ASI Eksklusif di Indonesia masih rendah. Penyebab kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif salah satunya karena ibu merasa ASI-nya kurang sehingga ibu memberikan susu formula, padahal hal ini dapat dicegah dengan melakukan perawatan payudara pada trimester ketiga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perawatan payudara pada ibu hamil trimester ketiga terhadap peningkatan berat badan bayi dalam satu bulan pertama di Rumah Sakit Al-Islam Bandung periode April-Juni 2016. Metode penelitian ini adalah *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 responden yang dihitung dengan rumus uji hipotesis beda rata-rata, menggunakan metode *consecutive sampling*. Uji statistik menggunakan uji t tidak berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang melakukan perawatan payudara lebih banyak pada kelompok usia 20-30 tahun (80%), tidak bekerja (70%), dan mengandung anak pertama (73%). Hasil uji statistik hubungan antara perawatan payudara dengan peningkatan berat badan bayi menunjukkan hasil yang signifikan ($p=0,011$). Simpulan, terdapat hubungan yang bermakna antara perawatan payudara pada ibu hamil trimester ketiga dengan peningkatan berat badan bayi dalam satu bulan pertama. Hal ini dikarenakan ibu yang melakukan perawatan payudara mendapatkan stimulasi yang lebih banyak terhadap hormon prolaktin sehingga produksi ASI juga lebih banyak. Rekomendasi penelitian ini ditujukan kepada petugas kesehatan untuk memberikan informasi kepada ibu hamil untuk melakukan perawatan payudara agar produksi ASI cukup untuk menyusui ASI eksklusif.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Kenaikan Berat Badan, Perawatan Payudara

A. Pendahuluan

Cakupan ASI eksklusif 2015 menurut KEMENKES RI sebesar 80%. Menurut hasil analisis data Laporan Rutin Direktorat Jendral Bina Gizi-KIA Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa secara nasional, ASI eksklusif baru mencapai 54,3% dari jumlah total bayi usia 0-6 bulan. Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013 estimasi absolut bayi 0-6 bulan yang tidak ASI eksklusif terbanyak berada di Provinsi Jawa Barat, yaitu sebesar 384.270 bayi.

Menurut Soebadi (2013) salah satu alasan ibu menghentikan pemberian ASI eksklusif karena merasa ASI-nya tidak cukup. Sekitar 35% ibu menghentikan pemberian ASI secara eksklusif pada beberapa minggu post partum karena merasa ASI kurang. Kecukupan ASI dapat dinilai salah satunya dengan menimbang kenaikan berat badan bayi secara teratur. Bila kenaikannya masih sesuai dengan pertumbuhan yang normal berarti ia mendapat ASI cukup.

Perlu adanya upaya meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI. Pembinaan laktasi perlu dimulai sedini mungkin jauh sebelum masa laktasi. Salah satu pembinaan laktasi yang dapat dilakukan yaitu perawatan payudara pada masa kehamilan. Perawatan payudara bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara, pijat payudara, mengatasi puting yang mendatar, dan mencegah payudara bengkak.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara perawatan payudara pada ibu hamil trimester tiga dengan peningkatan berat badan bayi dalam satu bulan pertama di Rumah Sakit Al-Islam Bandung periode April sampai dengan Juni 2016?”. Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara pelaksanaan perawatan payudara pada ibu hamil trimester tiga dengan peningkatan berat badan bayi pada bulan pertama di Rumah Sakit Al-Islam Bandung periode April sampai dengan Juni 2016.

B. Landasan Teori

Payudara berfungsi untuk laktasi, yaitu sintesis, sekresi, dan ejeksi ASI. Produksi ASI distimulasi oleh hormon prolaktin yang dihasilkan oleh adenohipofisis. Sedangkan ejeksi ASI distimulasi isapan bayi selanjutnya diteruskan ke hipofisis posterior lalu dikeluarkan oksitosin (Guyton, 2006).

Menyusui merupakan proses fisiologis untuk memberikan nutrisi kepada bayi secara optimal. Air Susu Ibu merupakan nutrisi ideal untuk menunjang kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan bayi secara optimal. Keuntungan pemberian ASI bagi bayi antara lain dapat mencegah dan menurunkan resiko penyakit, meningkatkan tingkat kognisis serta meningkatkan perkembangan pada bayi prematur. Keuntungan pemberian ASI bagi ibu antara lain dapat menurunkan risiko kanker payudara dan ovarium, menurunkan perdarahan postpartum, dan mempercepat penurunan berat badan setelah hamil (Guyton, 2006).

Perawatan payudara adalah perawatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang payudara, pijat payudara, mengatasi puting yang mendatar, mencegah payudara bengkak, dan mempersiapkan produksi ASI. Tahap melakukan perawatan payudara, yaitu:

1. Selalu mencuci tangan sebelum melakukan perawatan payudara.
2. Kompres payudara dengan handuk hangat atau lakukan perawatan payudara setelah mandi dengan air hangat.

3. Kompres puting susu sampai bagian areola mammae dengan kapas yang telah diberi baby oil selama 2-3 menit. Hal ini bertujuan untuk membersihkan kotoran pada puting susu ibu.
4. Olesi ibu jari dan jari telunjuk dengan baby oil.
5. Letakkan ibu jari dan jari telunjuk di sekitar areola. Ibu jari diatas, jari lainnya di bawah. Lakukan gerakan memutar kearah dalam sebanyak 30 kali putaran.
6. Melakukan teknik hoffman, yaitu meletakkan kedua jari telunjuk di sebelah kiri dan kanan atau atas dan bawah puting susu. Secara perlahan, tekan lalu arahkan menjauhi puting susu sebanyak 20 kali.

Menurut Chapman (2013) perawatan payudara sebaiknya mulai dilakukan pada minggu ke 36 untuk menghindari terjadinya kelahiran prematur karena pemijatan payudara dapat merangsang hormon oksitosin dan menyebabkan kontraksi uterus. Jika saat melakukan pijatan ibu mengalami kontraksi, maka sebaiknya pemijatan dihentikan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Teresa (2011) setidaknya ibu harus melakukan tahap pemijatan payudara dan pengeluaran puting agar produksi ASI lebih banyak dan puting susu lebih siap untuk dihisap oleh bayi.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Karakteristik bayi berdasarkan jenis kelamin dan urutan anak dapat dilihat pada tabel 4.1 dibawah ini.

Tabel 1. Karakteristik Bayi berdasarkan Jenis Kelamin dan Urutan Anak

Karakteristik	Bayi dengan Ibu Perawatan Payudara n (%)	Bayi dengan Ibu Tidak Perawatan n (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	12 (40%)	15 (50%)
Perempuan	18 (60%)	15 (50%)
Urutan Anak		
Anak ke-1	22 (73%)	11(37%)
Anak ke-2	8 (27%)	14 (47%)
Anak ke-3 dan seterusnya	-	5(16%)

Tabel 1 menunjukkan bahwa bayi yang berasal dari ibu yang melakukan perawatan payudara lebih banyak berjenis kelamin perempuan dan merupakan anak pertama.

Hasil penelitian mengenai karakteristik ibu berdasarkan usia dan status pekerjaan dapat dilihat pada tabel 4.2 dibawah ini.

Tabel 2. Karakteristik Ibu berdasarkan Usia dan Status Pekerjaan

Karakteristik	Perawatan Payudara n (%)	Tidak Perawatan n (%)
Usia Ibu		
<20 tahun	-	1 (3%)
20-30 tahun	24 (80%)	19 (64%)
30-40 tahun	6 (20%)	10 (33%)
Status Pekerjaan		
Bekerja	9 (30%)	12 (36,7%)
Tidak Bekerja	21 (70%)	19 (63,3%)

Tabel 2 menunjukkan bahwa ibu yang melakukan perawatan payudara lebih banyak pada kelompok usia ibu 20-30 tahun dan tidak bekerja.

Hasil rata-rata berat badan bayi dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. Rata-Rata Berat Badan Bayi

Berat Badan	Perawatan Payudara Rerata \pm SD	Tidak Perawatan Rerata \pm SD
Berat Badan Lahir	3,18 \pm 0,44	3,09 \pm 0,42
Berat Badan 1 Bulan	4,14 \pm 0,72	3,70 \pm 0,55

Tabel 3 menunjukkan rerata berat badan bayi baru lahir dan berat badan satu bulan pada ibu yang melakukan perawatan payudara sedikit lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara.

Berikut adalah penelitian mengenai hubungan antara perawatan payudara pada ibu hamil trimester tiga dengan peningkatan berat badan bayi satu bulan pertama, yang diuji menggunakan uji t tidak berpasangan. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel berikut.

Tabel 4. Hubungan Antara Perawatan Payudara dengan Peningkatan Berat Badan

Kelompok Ibu	Kenaikan Berat Badan Bayi Rerata \pm SD	Nilai P*
Perawatan Payudara	0,95 \pm 0,57	0,011
Tidak Perawatan	0,61 \pm 0,44	

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2016.

Dari tabel di atas, menunjukkan bahwa hasil uji statistik menggunakan uji t tidak berpasangan pada derajat kepercayaan 95% didapatkan nilai $p = 0,011$ yang berarti terdapat perbedaan yang bermakna antara kenaikan berat badan bayi pada ibu yang melakukan perawatan payudara dengan kenaikan berat badan bayi pada ibu yang tidak melakukan perawatan payudara ($p < 0,05$). Artinya perawatan payudara dapat mempengaruhi kelancaran produksi ASI yang dapat dilihat dari peningkatan berat badan bayi.

Penelitian Rahayu (2014) di Karanganyar, menunjukkan bahwa pada kelompok yang tidak diberikan perlakuan pijat payudara pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak delapan responden (53,3%). Sedangkan pada kelompok yang diberikan perlakuan pijat payudara, didapatkan bahwa seluruh responden pengeluaran ASI-nya lancar. Kesimpulannya adalah pemijatan payudara pada ibu efektif terhadap kelancaran pengeluaran ASI.

Pemijatan payudara yang dilakukan akan memberikan stimulasi ke adenohipofisis untuk menghasilkan prolaktin, sehingga makin sering ibu melakukan pijat payudara maka stimulasi terhadap hormon prolaktin akan lebih banyak sehingga nantinya produksi ASI juga akan lebih banyak. Selain itu, pada perawatan payudara terdapat tahapan pengeluaran puting sehingga puting susu ibu lebih siap untuk dihisap oleh bayi.

Hasil penelitian dari *American Pregnancy Association* (2011), menunjukkan bahwa terapi pijat yang dilakukan selama kehamilan dapat mengurangi kecemasan, mengurangi gejala depresi, merelaksasikan otot, dan meningkatkan

produksi ASI dan kesehatan bayi baru lahir.

Kelancaran produksi ASI dapat diketahui dengan melihat indikator berat badan bayi pada usia dua minggu. Apabila ASI tercukupi, berat badan dapat meningkat atau minimal sama dengan berat badan bayi pada waktu lahir.

Penelitian Mardiyarningsih (2011) di Jawa Tengah menjelaskan bahwa terdapat perbedaan kelancaran ASI pada kelompok perawatan payudara dibandingkan dengan kelompok tidak perawatan payudara, pada kelompok perawatan payudara produksi ASI meningkat 11,5 kali lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Hasil penelitian berdasarkan urutan anak menunjukkan bahwa bayi yang berasal dari ibu yang melakukan perawatan payudara >70% adalah anak pertama. Hal ini seiring dengan penelitian yang dilakukan oleh Adawiah (2013) yang menjelaskan bahwa ibu yang hamil anak pertama lebih mengharapkan ASI-nya lancar sehingga lebih termotivasi untuk melakukan perawatan payudara. Sedangkan pada ibu yang hamil anak ke tiga dan seterusnya tidak melakukan perawatan payudara karena mereka merasa sudah memiliki pengalaman pada kehamilan sebelumnya dan tidak begitu peduli dengan kelancaran ASI yang keluar nantinya.

Hasil penelitian didapatkan bahwa ibu yang melakukan perawatan payudara lebih banyak merupakan ibu yang tidak bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Crepinsek (2010) di Australia bahwa perawatan payudara lebih banyak dilakukan pada ibu yang tidak bekerja karena mereka lebih memiliki waktu luang dibandingkan dengan ibu yang bekerja.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara perawatan payudara pada ibu hamil trimester tiga dengan peningkatan berat badan bayi pada bulan pertama di Rumah Sakit Al-Islam Bandung periode April-Juni 2016.

E. Saran

Saran Teoritis

1. Penelitian lebih lanjut perlu dilakukan tidak hanya menganalisis dari kuantitas perawatan payudara tetapi juga menganalisis pengaruh kualitas perawatan payudara terhadap produksi ASI.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut menggunakan metode eksperimental agar semua subjek penelitian mendapatkan perlakuan perawatan payudara yang sama.

Saran Praktis

1. Petugas kesehatan harus lebih memotivasi ibu hamil untuk melakukan perawatan payudara, agar setelah lahir bayi mendapatkan ASI yang cukup.
2. Perlu dilakukan edukasi dan pembagian buku pedoman perawatan payudara agar proses pemijatan yang dilakukan di rumah secara mandiri dapat berjalan efektif dan efisien.

Daftar Pustaka

American Pregnancy Association Post partum massage. [diakses 20 Juli 2016]. Tersedia dari: <http://americanpregnancy.org/first-year-of-life/postpartum-massage/>

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2014. Situasi dan analisis ASI eksklusif. Jakarta.
- Chapman, Pincombe J dan Harris M. 2013. Antenatal breast expression: A critical review of the literature. *Jurnal Midwifery Elsevier*. Volume XXIX Nomor 3.
- Crepinsek Maree. Breastfeeding in an urban population. Thesis. Bond University; 2010.
- Guyton AC. 2006. Buku ajar fisiologi kedokteran. Jakarta: EGC.
- Mardiyarningsih E, Setyowati, Sabri L. 2011. Efektifitas kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI di Rumah Sakit wilayah Jawa Tengah. *The Soedirman Journal of Nursing*. Volume VI Nomer 1.
- Rabi'atul Adawiyah Su'ong. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kunjungan antenatal care di puskesmas Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo tahun 2013. Thesis. Universitas Negeri Gorontalo; 2013.
- Rahayu R, Andriyani A. 2014. Metode memperbanyak produksi ASI dengan teknik marmet dan breast care di RSUD Karanganyar. *GASTER*. Volume XI Nomer 2.
- Singh G, Chouhan R, Sidhu K. 2009. Effect of antenatal expression of breast milk at term in reducing breast feeding failures. *Jurnal Forces India*. Volume LXV Nomer 2.
- Sjarif DR, Lestari ED, Mexitalia M, Nasar SS. 2014. Buku ajar nutrisi pediatrik dan penyakit metabolik. Jakarta: IDAI.
- Soetjningsih. 2006. ASI petunjuk untuk tenaga kesehatan. Jakarta: EGC.
- Teresa S, Johnson, Strube K. 2011. Breast care during pregnancy. *Jurnal JOGNN*. Volume XL Nomer 2.