

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kasus

1. Mekanisme Pengeluaran ASI

a. Pengertian

ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 0-6 bulan bayi tidak di berikan apa-apa kecuali makanan yang langsung diproduksi oleh ibu karena bayi memperoleh nutrisi terbaiknya dari ASI yang dihasilkan dari kedua payudara ibu (Yuliarti, Nurheti, 2011:1). Sewaktu bayi mengisap puting areola, maka ujung saraf sensoris yang terdapat pada puting susu terangsang, rangsangan akan dikirim ke otak (hipotalamus), yang akan mengacu keluarnya hormon prolaktin yang kemudian akan merangsang sel-sel kelenjar payudara untuk memproduksi ASI. Jumlah prolaktin yang akan diproduksi tersebut akan banyak bergantung dari frekuensi dan intensitas hisapan bayi, rangsangan yang ditimbulkan isapan bayi diteruskan ke bagian hipotalamus yang akan melepaskan hormon oksitoksin. Oksitoksin akan memacu sel-sel otot yang mengelilingi jaringan keringan dan salurannya untuk berkontraksi, sehingga memeras ASI keluar. Keluarnya ASI karena kontraksi otot tersebut disebut let-down reflek, terjadinya reflek aliran dipengaruhi keadaan psikologis ibu. Rasa kuatir akan menghambat refleks tersebut, sementara refleks yang terjadi pada bayi adalah rooting reflek. Bila bayi baru lahir disentuh pipinya, dia akan menoleh ke arah sentuhan. Bila bibirnya dirangsang atau disentuh, dia akan membuka mulut dan berusaha mencari puting untuk menyusu. Reflek lainnya adalah sucking refleks atau refleks menghisap. Jika puting susu menyentuh langit-langit belakang mulut bayi, terjadi refleks menghisap dan terjadi tekanan terhadap daerah areola oleh gusi, lidah bayi serta langit-langit, sehingga isi dari tempat kantung penyimpanan ASI didalam tubuh ibu diperas keluar kedalam rongga mulut bayi bayipun memiliki refleks menelan bila ada cairan didalam rongga mulut. Jumlah ASI yang

dikeluarkan tergantung dari frekuensi dan lamanya bayi mengisap payudara. Makin banyak dan lama ia mengisapnya makin banyak ASI yang diproduksi dan dikeluarkan. Jika bayi tersebut mendapatkan ASI yang cukup, ia akan buang air kecil setidaknya enam atau delapan kali selama 24 jam, jika bayi mendapatkan kalori yang cukup, ia akan buang air besar setidaknya dua sampai lima kali sehari. Secara alamiah ASI diproduksi secara berkesinambungan setelah payudara disusukan, maka terasa kosong dan lunak. Pada keadaan ini ASI tetap diproduksi dan tidak akan kekurangan sesuai dengan kebutuhannya asal bayi tetap mengisap dan menyusui. Perlu diketahui oleh ibu, bahwa bayi harus dibiarkan menyusui sepuasnya dan sesering mungkin tanpa jadwal yang ketat (Ambarwati, Eni, 2011:14).

Dampak yang terjadi Apabila pengeluaran ASI tidak lancar yaitu saluran ASI tersumbat (*obstructede duct*). Sering kali ibu mengeluh didalam payudaranya terdapat benjolan atau bahkan bayi kurang suka menyusui karena alirannya tersumbat dan tidak lancar, biasanya karena ASI tersumbat dan jarang dikeluarkan (Sulistyawati, 2009). bila tidak segera ditangani seperti ibu mengalami kesakitan karena payudaranya bengkak, mastitis dan bahkan abses pada payudara yang dapat menyebabkan infeksi. Payudara yang terinfeksi tidak dapat disusukan akibatnya bayi kurang mendapat ASI, sehingga bayi dapat mengalami dehidrasi, kurang gizi ikterus, diare, kurangnya kekebalan tubuh bayi (Devi Aprilia, 2017).

Ada tiga bagian utama pada payudara yaitu :

- 1) Korpus (badan). Yaitu bagian yang membesar Dalam korpus mammae terdapat alveolus yaitu unit terkecil yang memproduksi susu. Alveolus terdiri dari beberapa sel aciner yang menghasilkan susu serta dikelilingi oleh sel-sel mioepitel yang berkontraksi mendorong susu keluar dari kelenjar alveoli, jaringan lemak, sel plasma, sel otot polos dan pembuluh darah. Beberapa lobules berkumpul menjadi 15-20 lobus pada tiap payudara. Dan setiap lobus terdiri dari 20 sampai 40 lobulus, sedangkan tiap lobules terdiri dari 10-100 alveoli (Asih,

Yusari, Risneni, 2016;14)

- 2) Areola, yaitu bagian yang kehitaman ditengah Letaknya mengelilingi puting susu dan berwarna kegelapan yang disebabkan oleh penipisan dan penimbunan pigmen pada kulitnya. Perubahan warna ini tergantung dari corak kulit dan adanya kehamilan. Pada daerah ini didapatkan kelenjar keringat, kelenjar lemak dari montgomery yang membentuk tuberkel dan akan membesar selama kehamilan. Kelenjar lemak ini akan menghasilkan suatu bahan yang melicinkan kalang payudara (Asih, Yusari, Risneni, 2016 :15)
- 3) Papilla/putting, yaitu bagian yang menonjol dipuncak payudara. Terletak setinggi interkosta IV, tetapi berhubungan dengan adanya variasi bentuk dan ukuran payudara. Maka letaknya pun akan bervariasi pula. Pada tempat ini, terdapat lubang-lubang kecil yang merupakan muara duktus dari laktiferus, ujung-ujung saraf, pembuluh darah, pembuluh getah bening, serat-serat otot polos yang tersusun secara sirkuler sehingga bila ada kontraksi maka duktus laktiferus akan memadat dan menyebabkan putting susu ereksi sedangkan serat-serat otot yang longitudinal akan menarik kembali putting susu tersebut. (Asih, Yusari, Risneni, 2016:16)
- 4) Lakerus sinus/ ampulla bertindak sebagai waduk sementara bagi air susu. Payudara mendapat pasokan darah dari arteri mammary internl dan eksternal serta bercabang dari arteri-arteri intercostals. Venanya diatur dalam bentuk bundar disekeliling putting susu. Cairan limfa mengalir bebas keluar diantara payudara dan terus ke node node limfa didalam axial dan media.

2. Fisiologi Laktasi

a. Pengertian

Laktasi atau Menyusui adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Laktasi merupakan bagian integral dari siklus reproduksi mamalia termasuk manusia. Masa laktasi mempunyai tujuan meningkatkan pemberian ASI

eksklusif dan meneruskan pemberian ASI sampai anak umur 2 tahun secara baik dan benar serta anak mendapatkan kekebalan tubuh secara alami (Ambarwati,Eni 2011:6). Pada hari ke dua atau ketiga pasca persalinan, kadar esterogen dan progesteron turun drastis, sehingga pengaruh prolaktin lebih dominan dan pada saat inilah mulai terjadi sekresi ASI dengan menyusukan lebih dini terjadi perangsangan puting susu, terbentuklah prolaktin oleh hipofisis, sehingga sekresi ASI semakin lancar (Ambarwati,Eni,2011 :10).

b. Hormon yang mempengaruhi pengeluaran ASI

Pada proses laktasi terdapat dua refleks aliran yang berperan, yaitu refleks prolaktin (Produksi ASI) dan let down refleks (Oksitoksin) atau refleks aliran yang timbul akibat perangsangan puting susu akibat isapan bayi.(Asih, Yusari, Risneni, 2016:22)

c. Air Susu Ibu Menurut Stadium Laktasi.

1) Kolostrum

Merupakan cairan yang pertama kali diskresi oleh kelenjar payudara, mengandung *tissue* dan *residual material* yang terdapat dalam alveoli dan duktus dari kelenjar payudara sebelum dan setelah masa puerperium.Diskresi oleh kelenjar payudara dari hari pertama sampai hari ketiga atau keempat pasca persalinan Komposisi dari kolostrum ini dari hari ke hari selalu berubah. Merupakan cairan *viscous* kental dengan warna kekuning-kuningan, lebih kuning dibandingkan dengan susu yang matur. Merupakan pencahar yang ideal untuk membersihkan mekonium dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bayi bagi makanan yang akan datang. Lebih banyak mengandung protein dengankan dengan ASI yang matur, tetapi berlainan dengan ASI yang matur pada kolostrum protein yang utama adalah globulin (*gammaglobulin*).Lebih banyak mengandung antibodi dibandingkan dengan ASI yang matur, dapat memberikan perlindungan bagi bayi sampai umur 6 bulan.Kadar karbohidrat dan lemak rendah jika dibandingkan dengan ASI matur. Mineral, terutama natrium, kalium dan klorida lebih tinggi jika

dibandingkan dengan susu matur. Total energi lebih rendah jika dibandingkan dengan susu matur, hanya 58 Kal/100 ml kolostrum. Vitamin yang larut dalam lemak lebih tinggi jika dibandingkan dengan ASI matur, sedangkan vitamin yang larut dalam air dapat lebih tinggi atau lebih rendah. Bila dipanaskan akan menggumpal, sedangkan ASI matur tidak. pH lebih alkalis dibandingkan dengan ASI matur. Lipidnya lebih banyak mengandung kolesterol dan lesitin dibandingkan dengan ASI matur. Terdapat tripsin inhibitor, sehingga hidrolisis protein di dalam usus bayi menjadi kurang sempurna. Hal ini akan lebih banyak menambah kadar antibodi pada bayi. Volume berkisar 150-300 ml/24 jam kolostrum juga merupakan pencahar ideal untuk membersihkan zat yang tidak terpakai dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bagi bayi makan yang akan datang (Asih, Yusari, Risneni, 2016:28)

2) Air Susu Masa Peralihan

Merupakan ASI peralihan dari kolostrum sampai menjadi ASI yang matur. Diskresi dari hari ke-4 sampai hari ke-10. selama 2 minggu, volume ASI bertambah banyak dan berubah warna serta komposisinya. Kadar imunoglobulin dan protein menurun, sedangkan lemak dan laktosa meningkat. (Asih, Yusari, Risneni, 2016:28)

3) Air Susu Matur

Merupakan ASI yang di sekresi pada hari ke-10 dan seterusnya, komposisi relatif konstan baru mulai minggu ke-3 sampai minggu ke-5 Pada ibu yang sehat dimana produksi ASI cukup, ASI ini merupakan makanan satu-satunya yang paling baik dan cukup untuk bayi sampai umur 6 bulan. Merupakan suatu cairan berwarna putih kekuning-kuningan yang diakibatkan warna dari Garam Ca-caseinat, riboflavin dan karoten yang terdapat didalamnya. Tidak menggumpal jika dipanaskan: (Asih, Yusari, Risneni, 2016:29).

d. Tanda Bayi Cukup ASI

1. Jumlah buang air kecilnya dalam satu hari paling sedikit 6 kali
2. Warna seni biasanya tidak berwarna kuning pucat
3. Bayi sering BAB berwarna kekuningan berbiji
4. Bayi kelihatannya puas, sewaktu-waktu merasa lapar bangun dan tidur dengan cukup
5. Bayi paling sedikit menyusu 10 kali dalam 24 jam
6. Payudara ibu terasa lembut setiap kali selesai menyusui
7. Ibu dapat merasakan rasa geli karena aliran ASI setiap kali bayi mulai menyusui
8. Ibu dapat mendengar suara menelan yang pelan ketika bayi menelan ASI
9. Bayi bertambah berat badannya (Ambarwati,2011:29-30)

Volume ASI yang normal untuk produksi ASI yaitu 800 ml/hari dan produksi ASI setiap menyusu yaitu 90-120 ml/kali yang dihasilkan 2 payudara pada umumnya bayi akan menyusu pada payudara pertama sebanyak 75 ml dan dilanjutkan pada payudara kedua yaitu 50 ml.

3. Manfaat pemberian ASI

1. Bagi Bayi

- a) Bayi yang mendapatkan ASI mempunyai kenaikan berat badan yang baik setelah lahir pertumbuhan setelah periode perinatal baik, dan mengurangi kemungkinan obesitas.
- b) Mengandung antibodi.
- c) Mekanisme pembentukan antibodi pada bayi adalah Apabila ibu mendapat infeksi maka tubuh ibu akan membentuk antibodi dan akan disalurkan dengan bantuan jaringan limposit . Antibodi di payudara disebut *mammae associated bimmunocompetent lymphoid tissue* (MALT). Kekebalan terhadap penyakit saluran pernafasan yang ditransfer.
- d) ASI mengandung komposisi yang tepat.

- e) Yaitu dari berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi yaitu terdiri dari proporsi yang seimbang dan cukup kuantitas semua zat gizi yang diperlukan untuk kehidupan 6 bulan pertama.
- f) Mengurangi kejadian karies dentis dan membantu perkembangan rahang dan gigi
- g) Insiden karies dentis pada bayi yang mendapatkan susu formula jauh lebih tinggi yang dibandingkan mendapat ASI. Karena kebiasaan menyusui dengan botol dengan dot terutama pada waktu akan tidur menyebabkan lebih lama kontak dengan susu formula dan menyebabkan asam yang terbentuk akan merusak gigi.
- h) Memberikan rasa nyaman dan aman pada bayi dan adanya ikatan antara ibu dan bayi.
- i) Hubungan fisik ibu dan bayi baik untuk perkembangan bayi, kontak kulit ibu ke kulit bayi yang mengakibatkan perkembangan psikomotor maupun sosial yang lebih baik.
- j) Terhindar dari alergi.
- k) ASI meningkatkan kecerdasan bayi Lemak pada ASI adalah lemak tak jenuh yang mengandung omega 3 untuk pematangan sel-sel otak sehingga jaringan otak bayi yang mendapat ASI eksklusif akan tumbuh optimal dan terbebas dari rangsangan kejang sehingga menjadikan anak lebih cerdas dan terhindar dari kerusakan saraf sel-sel saraf otak..

2. Bagi Ibu

a) Aspek kontrasepsi

Hisapan mulut bayi pada puting susu merangsang ujung saraf sensorik sehingga post anterior hipofise mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke idung telur, menekan produksi akibatnya tidak ada ovulasi.

b) Aspek kesehatan ibu

Isapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya pendarahan pada persalinan. Penundaan haid dan berkurangnya pendarahan pasca persalinan mengurangi prevalensi

anemia defisiensi besi. Kejadian karsonoma mammae pada ibu yang menyusui lebih rendah di banding yang tidak menyusui.

Mencegah kontrak hanya boleh ibu yang menyusui anaknya secara eksklusif. Penelitian membuktikan ibu kan memberika ASI secara eksklusif memiliki resiko terkena kangkr payudara dan kangker ovarium 25% lebih kecil dibanding yang tidak menyusui secara eksklusif.

c) Aspek penurunan berat badan

Ibu yang menyusui eksklusif ternyata lebih mdah dan lebih cepat kembali keberat badan yang semula seperti sebelum hamil. Pada saat hamil, badan kembali berat selain ada janin sebenarnya di siapkan sebagai sumber tenaga dalam proses produksi ASI.

d) Aspek Psikologis

Keuntungan menyusui nukan bermanfaat untuk bayi tetapi juga untuk ibu. Ibu akan merasa bangga diperluka rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia.

3. Bagi Keluarga

a) Aspek ekonomi

ASI tidak perlu di beli sehingga dana yang seharusnya digunakan untuk membeli susu formula dapat di gunakan untuk keperluan lain. Penghematan juga disebabkan karena bany mendapatkan ASI lebh jarang sakit sehingga mengurangi biaya berobat.

b) Aspek psikologi

Kebahagiaan keluarga bertambah, karena kelahiran lebih jarang, sehingga suasana kejiwaan ibu baik dan dapat mendekatkan hubungan banyi dengan kluarga. (Walyani S.E,Purwoastuti Endang, 2017:15-17).

4. Refleks yang mempengaruhi kelancaran ASI

Terdapat banyak releks yang mempengaruhi kelancaran ASI. Ada refleks pada ibu dan refleks pada bayi, keduanya berperan besar dalam proses tubuh untuk menghasilkan ASI.

Refleksi pada ibu ada dua, yaitu:

a. Refleksi prolaktin

Sewaktu Bayi menyusu ujung saraf yang teraba yang terdapat pada puting susu terangsang. Rangsangan tersebut oleh serabut afferent dibawa ke hipotalamus di dasar otak, lalu memacu hipofise anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin ke dalam darah melalui sirkulasi prolaktin memacu sel kelenjar (alveoli) untuk memproduksi Air Susu jumlah prolaktin yang disekresi dan jumlah susu yang diproduksi berkaitan dengan stimulus isapan (Ambarwati,Eni,2011:10)

b. Let-DownReflex

Oksitosin diproduksi oleh kelenjar pituitary posterior. Saat bayi menghisap areola akan mengirimkan stimulasi ke neurohipofisis. Refleksi let-down dapat dirasakan sebagai sensasi kesemutan atau dapat juga ibu merasakan sensasi apapun. Tanda-tanda lain adalah tetesan pada payudara lain yang sedang dihisap oleh bayi refleksi ini dipengaruhi oleh kejiwaan ibu Semakin bayi menghisap, semakin banyak susu yang dihasilkan.(Walyani S.E, Purwoastuti Endang, 2017:11).

c. Sama seperti refleksi pada ibu, refleksi pada bayi yang berpengaruh dalam proses menyusui pun ada tiga.

1) *Rooting Refleks* atau Refleksi Mencari

Memungkinkan bayi baru lahir untuk menemukan puting susu apabila diletakan dipayudara (Asih, Yusari, Risneni, 2016:22)

2) Refleksi menghisap saat bayi mengisi mulutnya dengan puting susu atau pengganti puting susu sampai kelangit keras ke punggung lidah refleksi ini melibatkan rahang lidah dan bibir (Asih, Yusari, Risneni, 2016:22)

3) Refleksi menelan yaitu gerakan pipi dan gusi dalam menekan areola, sehingga refleksi ini merangsang pembentukan rahang bayi (Asih, Yusari, Risneni, 2016:22)

5. Upaya Memperbanyak ASI

Beberapa hal yang mempengaruhi Kelancaran ASI adalah sebagai berikut :

a. Ketenangan jiwa dan pikiran

Keadaan psikologi ibu yang tertekan, sedih dan tegang akan menurunkan volume ASI dan akan mengakibatkan pengeluaran ASI terganggu.

b. Perawatan payudara

Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara sehingga mempengaruhi hipofisis untuk mengeluarkan hormone prolactin dan oksitosin.

c. Pola istirahat

Apabila kondisi ibu terlalu capek, kurang istirahat, maka produksi ASI terganggu dan akan mempengaruhi pengeluaran ASI

d. Faktor Obat-obatan

Obat-obatan yang mengandung hormon mempengaruhi hormon proklatin dan oksitosin yang berfungsi dalam pembentukan dan pengeluaran ASI apabila hormon-hormon ini terganggu dengan sendirinya akan mempengaruhi pembentukan dan pengeluaran ASI (Ambarwati,Eni,2011:27-29).

6. Cara Menyusui yang benar

a. Cara menyusui dengan sikap duduk

1. Duduk dengan posisi santai dan tegak menggunakan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak tergantung dan punggung ibu bersandar pada sandaran kursi.

2. Sebelum menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada putting susu dan aerola sekitarnya. Cara ini mempunyai manfaat sebagai desinfektan dan menjaga kelembapab putting susu.

3. Gunakan bantal atau selimut untuk menopng bayi, bayi ditidurkan diatas pangkuan ibu dengan cara :

a) Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi diletakkan pada lengkung siku ibu dan bokong bayi diletakkan pada lengan.

Kepala bayi tidak boleh tertengadah atau bokong bayi ditahan dengan telapak tangan ibu.

- b) Satu tangan bayi diletakkan dibelakang badan ibu dan yang satu didepan.
 - c) Perut bayi menempel pada ibu, kepala bayi menghadap payudara.
 - d) Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus.
 - e) Ibu menatap bayi dengan kasih sayang.
4. Tangan kanan menyangga payudara kiri dan keempat jari dan ibu jari menekan payudara bagian atas aerola.
 5. Bayi diberi rangsangan untuk membuka mulut (rooting reflek) dengan cara menyentuh pipi dengan puting susu atau menyentuh sisi mulut bayi.
 6. Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dengan puting aerola dimasukkan ke mulut bayi. Usahakan sebagian besar aerola dapat masuk ke dalam mulut bayi, sehingga puting susu berada dibawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI keluar dari tempat penampungan ASI yang terletak dibawah aerola (Ambarwati, Eni, 2010:38-40)



Gambar 1. Posisi menyusui sambil duduk yang benar

a. Melepas isapan bayi

Setelah menyusui pada satu payudara sampai terasa kosong, sebaiknya diganti menyusui pada payudara yang lain. Cara melepas isapan bayi :

1. Jari kelingking ibu dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut atau,
2. Daggu bayi ditekan ke bawah

b. Menyusui berikutnya dimulai pada payudara yang belum terkosongkan (yang dihisap terakhir)

c. Setelah selesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting susu dan aerola sekitarnya. Biarkan kering dengan sendirinya.

e. Menyendawakan bayi

Tujuan menyendawakan bayi adalah mengeluarkan udara dari jawa) setelah menyusui. Cara menyendawakan bayi : lambung supaya bayi tidak muntah (gumoh

1. Bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggungnya ditepuk perlahan-lahan
2. Dengan cara menelungkupkan bayi diatas pangkuan ibu, lalu usap-usap punggung bayi sampai bayi bersendawa

f. Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan menyusui

1. Cara menyusui yang baik dan benar

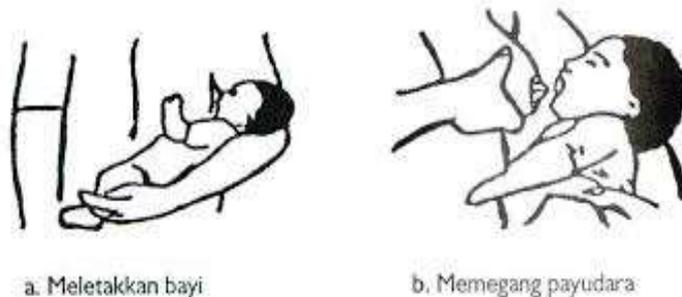
a) Posisi badan ibu dan bayi

- 1) Ibu harus duduk atau berbaring dengan santai
- 2) Pegang bayi pada belakang bahunya, tidak pada dasar kepala
- 3) Putar seluruh badan bayi sehingga menghadap ke ibu
- 4) Rapatkan dada bayi dengan dada ibu atau bagian bawah payudara
- 5) Tempelkan dagu bayi pada payudara ibu
- 6) Dengan posisi seperti ini maka telinga bayi akan berada dalam satu garis dengan leher dan lengan bayi

- 7) Jauhkan hidung bayi dari payudara ibu dengan cara menekan pantat bayi dengan lengan ibu bagian dalam

b) Posisi mulut bayi dan putting susu ibu

- 1) Payudara dipegang dengan ibu jari diatas jari yang lain menopang dibawah (bentuk C) atau dengan menjepit payudara dengan jari telunjuk dan jari tengah (bentuk gunting), dibelakang aerola (kalang payudara).



Gambar 2. Cara memegang payudara

- 2) Bayi diberi rangsangan agar membuka mulut (rooting reflek)
- 3) Posisikan puting susu diatas “bibir atas” bayi dan berhadapan dengan hidung bayi (Ambarwati, Eny, 2010,4-42).
- 4) Kemudian masukkan putting susu ibu menelusuri langit-langit mulut bayi
- 5) Setelah bayi menyusu/menghisap payudara dengan baik, payudara tidak perlu dipegang atau disangga lagi
- 6) Dianjurkan tangan ibu yang bebas dipergunakan untuk mengelus-elus bayi

c. posisi menyusui yang benar

- 1) Tubuh bagian depan bayi menempel pada tubuh ibu
- 2) Dagu bayi menempel pada payudara

- 3) Dagubayi menempel pada dada ibu yang berada didasapayudara (bagian bawah)
- 4) Telingabayi berada dalam satu garis dengan leher dan lengan bayi
- 5) Mulut terbuka dengan bibir bawah yang terbuka
- 6) Sebagian besar aerola tidak tampak
- 7) Bayimenghisap dalam dan perlahan
- 8) Bayipuas dan tenang pada akhir menyusui
- 9) Terkadang terdengar suara bayimenelan
- 10) Putting susu tidak terasa sakit atau lecet (Ambarwati, 2010:43)



Gambar 3. Posisi menyusui yang benar

7. Perawatan Payudara

a. Pengertian

Perawatan payudara adalah pemeliharaan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancarkan pengeluaran ASI. Perawatan payudara setelah ibu melahirkan dan menyusui yang merupakan suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar ASI keluar dengan lancar (Walyani S.E, Purwoastuti Endang, 2017:27).

Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai proses menyusui hal ini dikarenakan payudara merupakan satu-

satunya penghasil ASI yang merupakan makanan pokok bayi yang baru lahir sehingga harus dilakukan sedini mungkin (Walyani S.E, Purwoastuti Endang, 2017:27).

Perawatan payudara(breastcare) merupakan perawatan sehari-hari pada saat nifas yang bermanfaat memperlancar kelenjar Air Susu Ibu yang ada dipayudara. Pada masa nifas breastcare baik karena ketika melakukan breastcare ada penekanan pada otot pectoralis disekitar areola mammae yang menstimulasi pengeluaran hormon oksitosin sehingga memperlancar pengeluaran ASI (Legesse,M,2015).

b. Tujuan

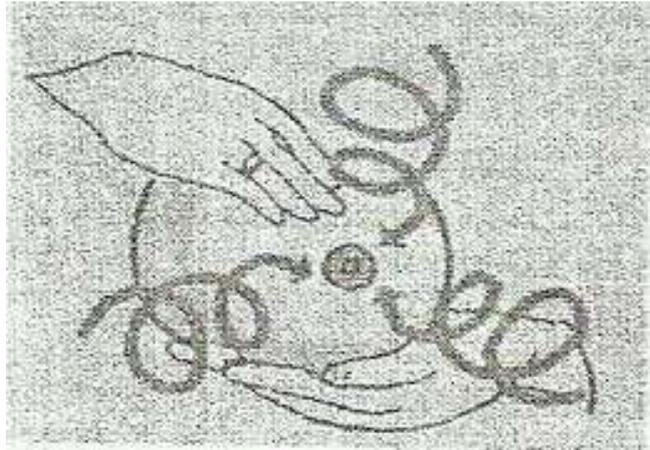
Adapun perawatan payudara yang dilakukan setelah melahirkan, bertujuan sebagai berikut.

1. Memelihara Hygine payudara
2. Melenturkan dan menguatkan puting susu
3. Payudara yang terawat akan memproduksi ASI cukup untuk kebutuhan bayi
4. Menjaga keindahan bentuk payudara.
5. Dengan perawatan payudara yang baik tidak perlu khawatir bentuk payudaranya akan cepat berubah sehingga kurang menarik
6. Dengan perawatan payudara yang baik puting susu tidak akan lecet sewaktu dihisap oleh bayi
7. Mengatasi puting susu datar atau terbenam supaya dapat dikeluarkan sehingga siap untuk menyusui bayinya
8. Untuk melancarkan Aliran ASI.
9. (Walyani S.E, Purwoastuti Endang, 2017:28).

c. Persiapan alat

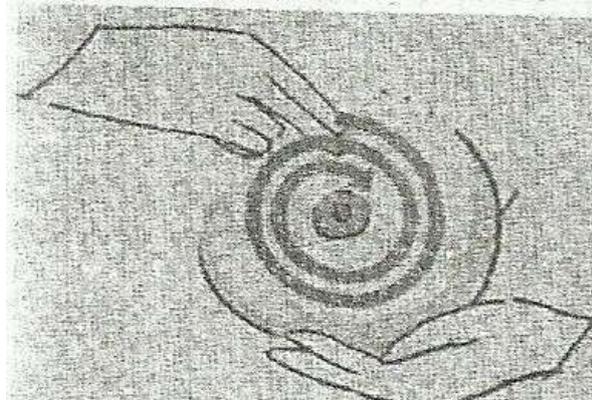
- 1) *Baby oil* secukupnya
- 2) Kapas secukupnya
- 3) Waslap, 2 buah

- 4) Handuk bersih, 2buah
 - 5) Bengkok
 - 6) 2 baskom berisi air (hangat dandingin)
 - 7) BH yang bersih dan terbuat dari katun(Walyani S.E,Purwoastuti Endang,2017:28).
- d. Persiapan Ibu
- 1) Cuci tangan dengan sabun dibawah air mengalir dan keringkan dengan handuk
 - 2) Baju ibu bagian depan dibuka
 - 3) Pasang handuk
- e. Pelaksanaan Perawatan Payudara
- 1) Puting susu dikompres dengan kapas minyak selama 3-4 menit, kemudian bersihkan dengan kapas minyak
 - 2) Penonjolan puting susu yaitu:
 - a. Puting susu cukup ditarik sebanyak 20 kali
 - b. Dirangsang dengan menggunakan ujung waslap
 - 3) Pengurutan payudara:
 - a. Telapak tangan diberi *baby oil* kemudian diratakan
 - b. Peganglah payudara lalu diurut dari pangkal ke puting susu sebanyak 30 kali
 - c. Sanggallah payudara kiri anda menggunakan tangan kiri. Lakukan gerakan kecil dengan dua atau tiga jari tangan kanan, mulai dari pangkal payudara dan berakhir pada daerah puting susu dengan gerakanspiral.



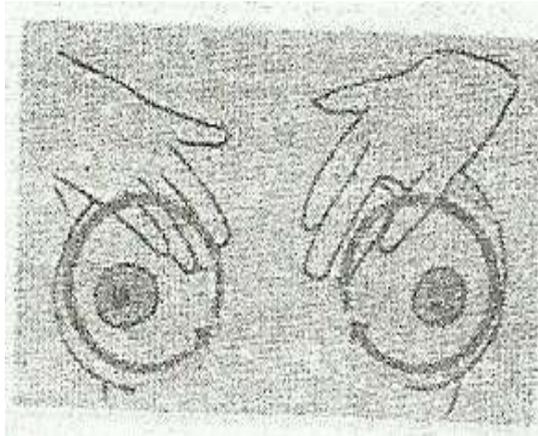
Gambar 1 : memijat secara spiral

- d. Buatlah gerakan melingkar sambil sedikit menekan dimulai dari daerah pangkal payudara hingga ke puting susu di seluruh bagian payudara. Lakukan hal yang sama pada payudara berikutnya



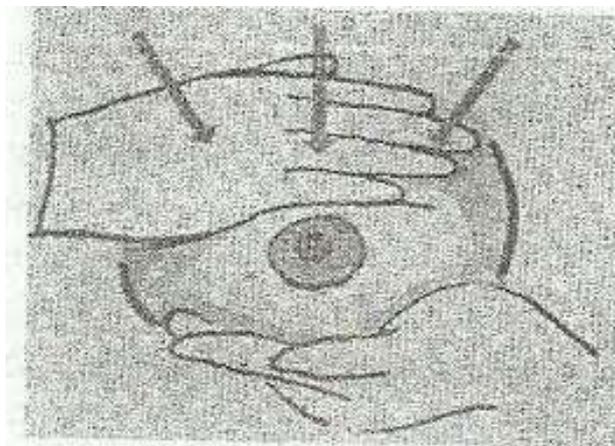
- e. Letakkan kedua telapak tangan di antara kedua payudara. Pijatlah dari tengah- tengah antara payudara sambil sedikit mengangkat kedua payudara dan lepaskan kedua secara perlahan. Dianjurkan mengulangi gerakan ini hingga 30 kali. Gerakan lainnya adalah mengerakkan payudara kiri dengan kedua tangan, ibu jari berada di atas puting, sementara keempat jari lain berada di bawah. Dengan lembut, lakukan gerakan memeras payudara sambil meluncurkan kedua tangan ke depan (kearah puting). Lakukan

gerakan yang sama pada payudara lain.



Gambar 3 : memijat menggunakan kedua tangan

Kemudian, cobalah posisi tangan paralel. Sangga payudara dengan satu tangan, sedangkan tangan lain mengurut payudara dengan sisi kelingking dari arah pangkal payudara ke arah puting susu dengan cara memutar tangan. Ulangi gerakan ini sampai semua bagian payudara terkenaurutan.



Gambar 4: Posisi tangan paralel

Semua gerakan pemijatan payudara ini mempunyai banyak manfaat, diantaranya untuk melancarkan refleks produksi meningkatkan volume ASI) dan pengeluaran ASI.Selain itu, dapat mencegah terjadinya bendungan ASI pada payudara. Kemudian pakailah BH (kutang) yang menyangga payudara. Diharapkan dengan melakukan perawatan payudara, baik

sebelum maupun sesudah melahirkan, proses laktasi dapat berlangsung dengan sempurna. Semua gerakan bermanfaat melancarkan refleks pengeluaran ASI (Suherni, dkk, 2010:42). Pelaksanaan perawatan payudara pasca persalinan dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari sesudah bayi di lahirkan dilakukan 2 kali sehari (Suherni, dkk, 2011:41)

4) Perangsangan Payudara

Setelah selesai pengurutan, payudara disiram dengan air hangat dan dingin secara bergantian selama \pm 5 menit (air hangat dahulu kemudian air dingin). Kemudian pakailah BH (kutang) yang menyangga payudara. Diharapkan dengan melakukan perawatan payudara, baik sebelum maupun sesudah melahirkan, proses laktasi dapat berlangsung dengan sempurna (Suherni,dkk,2011:42). Semua gerakan bermanfaat melancarkan refleks pengeluaran ASI (Suherni, dkk, 2011:42). Pelaksanaan perawatan payudara pasca persalinan dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari sesudah bayi di lahirkan dilakukan 2 kali sehari (Siskani, 2012:143)

8. Manjaga kualitas ASI

Untuk menjaga kuliatas ASI, ibu harus mengikuti pola makan dengan prinsip gizi seimbang dan komsumsi beragam makanan terutama sayuran yang berwarna hijau tua yang baik untuk meningkatkan produksi ASI agar melancarkan pengeluaran ASI misalnya, daun katuk daun katuk direbus seperti membuat sayur bening.Selain daun katuk kacang-kacangan, air sari akar jombang, buncir, jagung, dan pare termasuk bahan makanan yang dapat membantu memperlancar ASI. Kurangi makanan yang mengandung gas, seperti brokoli atau kol, dapat membuat perut bayi kembung makanan lain yang harus di hindari adalah yang beraroma terlalu kuat, misalnya makanan pedas seimbang juga berarti vitamin mineral, sayur, dan buah harus baik dan bervariasi (Yuliarti, Nurheti, 2011:51).

B. Kewenangan bidan terhadap kasus tersebut

Berdasarkan peraturan materi kesehatan (Pemenkes) Nomor 28 Tahun 2017 Tentang izin dan penyelenggaraan Praktik Bidan, Kewenangan yang dimiliki bidan meliputi :

Pasal 18

Dalam penyelenggaraan Praktik Kebidanan, Bidan memiliki kewenangan untuk memberikan :

1. Pelayanan kesehatan ibu ;
2. Pelayanan kesehatan anak:dan
3. Pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana.

Pasal 19

1. Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam Pasal 18 huruf masa nifas, masa menyusui, dan masa antara dua kehamilan.
2. Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (1) meliputi pelayanan :
 - a. Konseling pada masa sebelum hamil
 - b. Antenatal pada kehamilan normal
 - c. Persalinan normal
 - d. Ibu nifas normal
 - e. Ibu menyusui
3. Dalam memberikan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (2), Bidan berwenang melakukan :
 - a. Episiotomi
 - b. Pertolongan persalinan normal
 - c. Penjahitan luka jalan lahir tingkat 1 dan II
 - d. Penanganan kegawat-daruratan, dilanjutkan dengan perujukan
 - e. Pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil
 - f. Pemberian vitamin A dosis tinggi pada ibu nifas
 - g. Fasilitas/bimbingan inisiasi menyusui dini dan promosi air susu ibu eksklusif
 - h. Pemberian uterotonika pada manajemen aktif kala tiga dan postpartum

- i. Penyuluhan dan konseling
 - j. Bimbingan surat keterangan kehamilan dan kelahiran.
- a. Dukungan bidan dalam pemberian ASI
- Bukti menunjukan bila ibu tahu cara yang benar untuk memposisikan bayinya pada payudaranya, menyusui pada waktu yang di inginkan bayinya serta memperoleh dukungan dan merasa percaya diri dalam memberi ASI dan melakukan perawatan payudara maka dalam berbagai kesulitan yang umum dapat di hindari atau dicegah
- b. Peranan awal bidan dalam mendukung pemberian ASI :
- Yakinkan ibu bahwa bayi memperoleh makanan yang mencukupi dari payudara ibunya ,bantu ibu sedemikian rupa sehingga ia mampu menyusui bayinya sendiri dan melakukan perawatan payudara sendiri (Sulistyawati, Ari, 2010:13)

C. Hasil Penelitian Terkait

Dalam penyusunan laporan tugas akhir ini, penulis sedikit banyak terinspirasi dan mereferensi dari penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan latar belakang masalah pada laporan tugas akhir ini. Berikut ini penelitian terdahulu yang berhubungan dengan laporan tugas akhir ini antara lain:

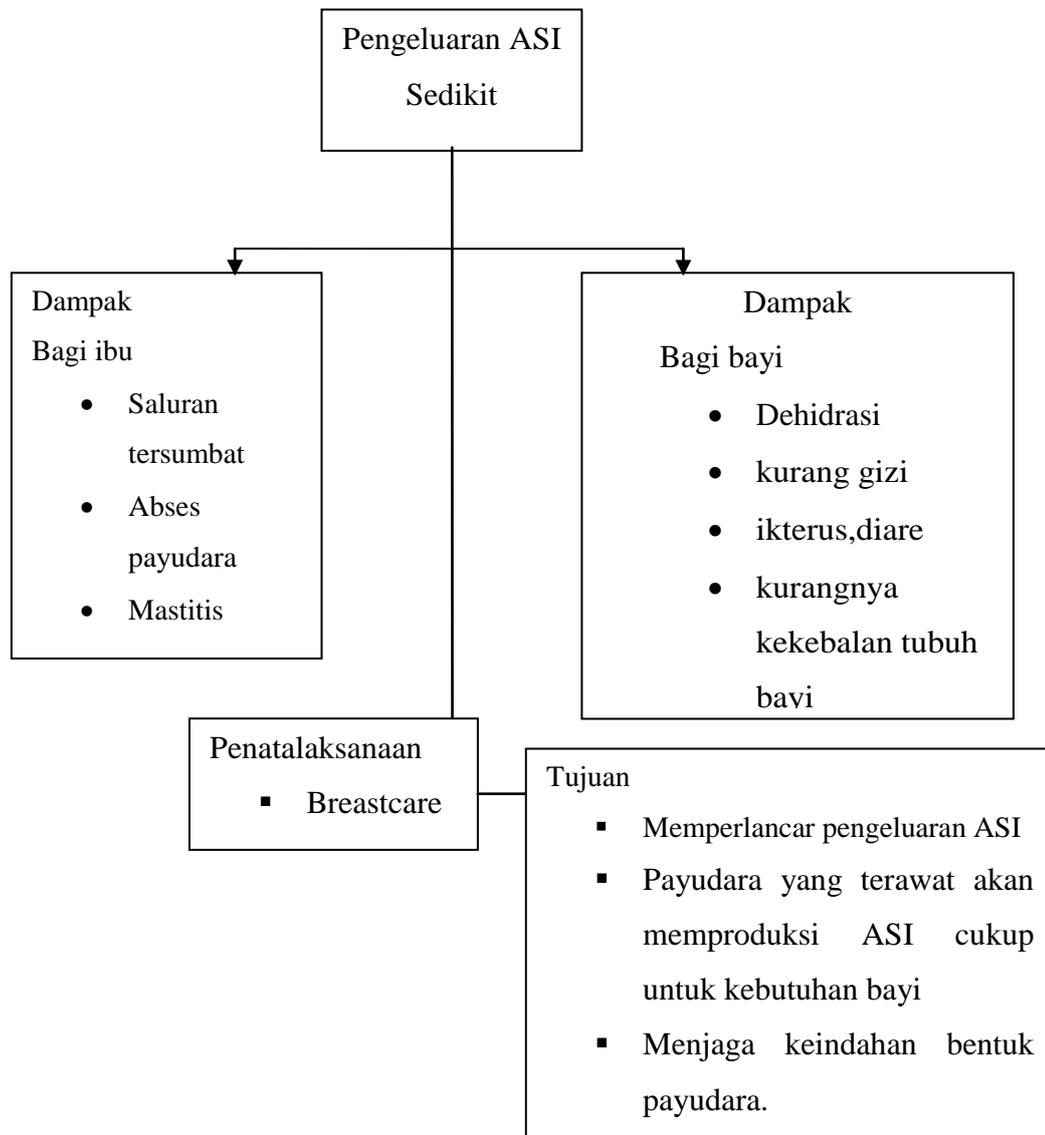
1. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Pengeluaran ASI Ibu post Partum, Liilis, Fatmawati, Yuanita Syaiful, Nur Afni Wulansari, Jurnal Ilmu keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik, November 2019. Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI. Di Rumah Sakit Muhammadiyah. Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu *post partum*. Penelitian ini menggunakan metode *Pra Eksperimental* dengan rancangan *One- Group Pra-Post test design*. Metode sampling menggunakan *purposive sampling*. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 30 responden sedangkan sampel diambil sebanyak 28 responden yang memenuhi kriteria inklusi : ibu post partum fisiologis usia 18-35 tahun yang bersedia menjadi responden dengan lama rawat inap selama 3 hari di ruang nifas, di intervensi menggunakan

perawatan payudara sebanyak 2 kali sehari pada ibu post partum hari ke-1 sampai hari ke-3 selama 30 menit. Variabel independen yaitu perawatan payudara. Variabel dependen yaitu pengeluaran ASI. Data penelitian ini diambil menggunakan lembar observasi. Analisa data menggunakan uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan nilai standar <0.05 .

Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan intervensi nilai rata-rata pengeluaran ASI 40,89 dan sesudah dilakukan intervensi nilai rata-rata pengeluaran ASI 77,50 nilai signifikan (2-tailed) = 0,000 yang berarti bahwa (α hitung) $\leq 0,05$ maka H1 diterima dan H0 ditolak artinya ada pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu *post partum*. Perawatan payudara dapat meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu *post partum* sehingga dapat digunakan sebagai SOP yang dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan.

2. “Hubungan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post-Partum Maria Beatrix Tyfani, Ngesti W. Utami, Susmini 2017” Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan perawatan payudara dengan kelancaran ASI ibu postpartum bahwa semakin ibu melakukan perawatan payudara dengan baik maka ASI pun akan lancar.

B. Kerangka Teori



Gambar 5. Kerangka teori

(sumber:Ambarwati,Eni 2011:27-29).

(Walyani S.E,Purwoastuti Endang, 2017:28