

PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POSTPARTUM DI PMB MISNI HERAWATI PALEMBANG TAHUN 2020

Sri Emilda

Program Studi DIII Kebidanan STIKES Mitra Adiguna Palembang.
Komplek Kenten Permai Blok J No 9-12 Bukit Sangkal Palembang 30114
Email : sriemilda1@gmail.com

Abstrak

Pemberian ASI di dunia masih rendah. Berdasarkan data dari United Nations Children's Fund (UNICEF, 2015) hanya 39% bayi di bawah usia 6 bulan yang mendapatkan ASI di seluruh dunia. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya karena pengeluaran ASI yang tidak lancar. Tujuan penelitian mengetahui pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum di BPM Misni Herawati Palembang tahun 2020. Metode penelitian menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu post partum yang ada di BPM Misni Herawati Palembang dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Teknik sampling yang dilakukan dengan mengambil total populasi sebagai sampel penelitian. Hasil penelitian didapatkan distribusi frekuensi kelancaran pengeluaran ASI sebelum perawatan payudara sebagian besar pada kategori tidak lancar sebanyak 21 responden (70%). Sedangkan setelah perawatan payudara sebagian besar pada kategori lancar sebanyak 18 responden (60%). Hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan 5% atau ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$) didapatkan ada pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum di BPM Misni Herawati Palembang tahun 2020. Saran diharapkan petugas kesehatan selalu mempromosikan pentingnya perawatan payudara dalam proses pemberian ASI dari masa kehamilan dan setelah melahirkan.

Kata Kunci : Perawatan Payudara, Kelancaran Pengeluaran ASI, Ibu Postpartum

Abstract

Breastfeeding in the world is still low. Based on data from the United Nations Children's Fund (UNICEF, 2015) only 39% of infants under the age of 6 months are breastfed worldwide. This is caused by several factors, one of which is the production of breast milk that is not smooth. The purpose of the study was to determine the effect of breast care on the smooth release of breast milk in post partum mothers at BPM Misni Herawati Palembang in 2020. The research method used an analytical method with a cross sectional approach. The population in this study were all post partum mothers at BPM Misni Herawati Palembang with a total sample of 30 people. Sampling technique is done by taking the total population as the research sample. The results of the study found that the distribution of the smooth frequency of milk expenditure before breast care was mostly in the non-fluent category as many as 21 respondents (70%). Meanwhile, after breast treatment, most of the respondents were in the current category as many as 18 respondents (60%). The results of statistical tests using the Wilcoxon test obtained a significant value of 0.000, smaller than the 5% significant level or ($p \text{ value} = 0.000 < 0.05$) it was found that there was an effect of breast care on the smooth discharge of breast milk for post partum mothers at BPM Misni Herawati Palembang in 2020. Suggestions It is hoped that health workers will always promote the importance of breast care in the breastfeeding process from pregnancy and after delivery.

Keywords : Breast Care, Smooth Expenditure of Breast Milk, Postpartum Mother

PENDAHULUAN

Dewasa ini, menyusui bayi merupakan program pemerintah yang wajib dilakukan oleh ibu nifas karena banyak manfaat dari proses menyusui, baik bagi ibu nifas maupun bagi bayinya. Namun tidak dipungkiri bahwa banyak fakta di masyarakat yang menunjukkan bahwa dalam melakukan proses menyusui sebenarnya tidak mudah, bahkan banyak ibu yang gagal dalam menyusui. Kegagalan dalam menyusui dapat dipengaruhi oleh faktor internal, antara lain: pengetahuan, pendidikan dan pekerjaan ibu, serta faktor eksternal, antara lain promosi susu formula dan tehnik menyusui yang benar. Jika ibu nifas menyusui dengan tehnik yang tidak benar akan menyebabkan terjadinya penyulit dalam proses menyusui. Penyulit tersebut antara lain terjadinya puting susu lecet dan payudara bengkak yang menyebabkan ibu tidak bisa maksimal dalam menyusui bayinya dan bayipun tidak bisa menyusu secara optimal sehingga produksi ASI (Air Susu Ibu) tidak lancar dan bayi tidak mendapat ASI yang berlimpah (Mulati & Susilowati, 2016).

Pemberian ASI di dunia masih rendah. Berdasarkan data dari United Nations Children's Fund (UNICEF) hanya 39% bayi di bawah usia 6 bulan yang mendapatkan ASI di seluruh dunia, angka tersebut juga tidak mengalami kenaikan pada tahun 2015, yaitu hanya 40% keberhasilan pemberian ASI di seluruh dunia. Cina yang merupakan salah satu negara dengan jumlah populasi penduduk yang cukup besar di dunia hanya memiliki angka keberhasilan ASI sebesar 28%. Negara lain yaitu Tunisia memberikan kabar buruk dalam waktu satu dekade terakhir, dimana persentase pemberian ASI mengalami penurunan sangat drastis dari 45,6% turun menjadi 6,2%, sedangkan negara-negara yang menduduki posisi 3 angka pemberian ASI terendah dunia menurut data UNICEF antara lain Somalia, Chad, dan Afrika Selatan (BAPPENAS & UNICEF, 2017).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), cakupan pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan sebesar 65,16%. Cakupan pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan tertinggi terdapat pada Provinsi Sulawesi Barat sebanyak 80,28%, sedangkan cakupan pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan terendah terdapat pada Provinsi Papua Barat sebanyak 20,43%. Sedangkan cakupan pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan di Provinsi Sumatera Selatan berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) sebesar 76,08% (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Palembang, cakupan pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan tahun 2015 sebanyak 72,9%, sedangkan tahun 2016 cakupan pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan mengalami penurunan menjadi 68,5% dan tahun 2017 cakupan pemberian ASI mengalami kenaikan menjadi 72,76% (Dinkes Prov Sumsel, 2018).

Faktor yang mempengaruhi tingkat keberhasilan ASI eksklusif adalah informasi dan promosi yang didapatkan oleh ibu menyusui, dukungan keluarga, peran petugas kesehatan serta anatomi fisiologi payudara ibu menyusui (Tiyas, dkk, 2020).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan ideal untuk bayi yang memberi nutrisi sesuai dengan usia, faktor imunologis dan substansi anti bakteri. Pertumbuhan bayi sangat dipengaruhi oleh pengeluaran ASI. Pertumbuhan yang cepat dapat terjadi pada umur 2 minggu, 6 minggu dan 3 bulan dimana pada saat itu sangat membutuhkan ASI yang lebih banyak. Pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon. Kriteria pengeluaran ASI yaitu: ASI merembes karena payudara penuh, ASI keluar pada waktu ditekan, ASI menetes pada saat tidak menyusui atau ASI memancar keluar (Fatmawati et al., 2019).

Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan, misalnya kegelisahan, kurang percaya diri, rasa tertekan dan berbagai bentuk emosional. Semuanya itu bisa membuat ibu mengalami produksi ASI yang tidak lancar (Muslim & Halimatusyaadiah, 2019).

Adapun hal-hal yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi ASI tersebut, antara lain : perawatan payudara, makanan, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat melahirkan, stress dan penyakit (Muslim & Halimatusyaadiah, 2019).

Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara adalah merawat payudara setelah ibu melahirkan dan menyusui yang merupakan suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu keluar dengan lancar. Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai masa menyusui. Hal ini dikarenakan payudara merupakan satu-satu penghasil ASI yang merupakan makanan pokok bayi yang baru lahir sehingga harus dilakukan sedini mungkin (Purwoastuti, 2018).

Payudara sebagai tempat produksi ASI harus mendapatkan perawatan yang baik agar proses menyusui dapat berjalan dengan lancar. Proses pemberian ASI terkait dengan kelancaran ASI sangat membutuhkan proses perawatan payudara. Perawatan payudara sebagai langkah awal untuk menjaga kebersihan agar payudara tetap sehat dan tidak terjadi infeksi dan dilakukan setelah melahirkan yang mempunyai tujuan untuk merangsang kelenjar-kelenjar air susu untuk merawat payudara agar bersih, tidak mudah lecet, memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan yang dilakukan berupa pemijatan pada daerah payudara. Pemijatan yang dilakukan ini bermanfaat melancarkan

reflek pengeluaran ASI. Selain itu merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI yaitu untuk mencegah bendungan pada payudara (Muslim & Halimatusyaadiah, 2019).

Berdasarkan data BPM Misni Herawati Palembang, jumlah ibu post partum tahun 2018 sebanyak 423 orang, tahun 2019 sebanyak 522 orang dan tahun 2020 terhitung dari bulan Januari sampai Agustus sebanyak 393 orang (BPM Misni Herawati Palembang, 2020).

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross sectional. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena antara faktor risiko (perawatan payudara) dengan faktor efek (kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum).

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November sampai dengan Desember tahun 2020 di BPM Misni Herawati Palembang.

Target/Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu post partum yang ada di BPM Misni Herawati Palembang sebanyak 30 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah total populasi yaitu semua ibu post partum yang berkunjung di BPM Misni Herawati Palembang pada saat dilakukan penelitian sebanyak 30 responden.

Prosedur

Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *non probability sampling* menggunakan metode *purposive sampling*.

1. Kriteria Inklusi:

- a. Ibu post partum hari pertama yang air susunya tidak lancar

- b. Bersedia menjadi responden dan bersedia untuk melakukan perawatan payudara
 - c. Ibu dan bayi dalam kondisi sehat
2. Kriteria Eksklusi:
- a. Ibu mengalami komplikasi sehingga membutuhkan perawatan dan istirahat
 - b. Ibu tidak bersedia menjadi responden dan tidak bersedia melakukan perawatan payudara.

Data, Intrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini adalah data primer yang didapat secara langsung dengan cara wawancara menggunakan kuesioner untuk mengetahui kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan perawatan payudara dengan metode breastcare.

Teknik Analisis Data

1. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian yaitu pengeluaran ASI sebelum dilakukan perawatan payudara dan pengeluaran ASI setelah dilakukan perawatan payudara.

2. Analisa Bivariat

Pada penelitian ini, analisis bivariat dilakukan dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas data primier menggunakan uji *shapiro-wilk* dengan ketentuan jika $p \text{ value} \geq 0,05$ berarti data terdistribusi normal dan jika jika $p \text{ value} < 0,05$ berarti data tidak terdistribusi normal.

Selanjutnya untuk uji pengaruh menggunakan uji statistik berpasangan (*Paired Samples t-test*) dengan tingkat kemaknaan alpha 0,05 bila data terdistribusi normal dan *Wilcoxon test* bila data tidak terdistribusi normal dengan ketentuan jika $p \text{ value} < 0,05$ berarti ada perbedaan dan jika jika p

$\text{value} \geq 0,05$ berarti tidak ada perbedaan (Dahlan, 2012).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Uji normalitas dalam penelitian ini digunakan uji Shapiro-Wilk. Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikan (2-tailed) $> 0,05$.

Tabel 1. Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| No. | Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu Post Partum | Shapiro-wilk | P-value | Keterangan |
|-----|---|--------------|---------|--------------|
| 1. | Kelancaran Pengeluaran ASI sebelum perawatan payudara | 0,869 | 0,002 | Tidak normal |
| 2. | Kelancaran Pengeluaran ASI sesudah perawatan payudara | 0,846 | 0,001 | Tidak normal |

Berdasarkan tabel diatas di ketahui bahwa nilai signifikan dari data kelancaran pengeluaran ASI sebelum dilakukan perawatan payudara sebesar $0,002 < 0,05$ dan nilai signifikan dari kelancaran pengeluaran ASI setelah dilakukan perawatan payudara sebesar $0,001 < 0,05$. Karena kedua data tersebut $< 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua data tersebut berdistribusi tidak normal.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelancaran Pengeluaran ASI Sebelum dilakukan Perawatan Payudara di BPM Misni Herawati Palembang Tahun 2020

| No. | Kelancaran Pengeluaran ASI Sebelum Perawatan Payudara | N | % |
|-------|---|----|-----|
| 1. | Lancar | 9 | 30 |
| 2. | Tidak Lancar | 21 | 70 |
| Total | | 30 | 100 |

Berdasarkan tabel diatas didapatkan distribusi frekuensi kelancaran pengeluaran ASI sebelum perawatan payudara sebagian besar pada kategori tidak lancar sebanyak 21 responden (70%) lebih banyak daripada kategori lancar sebanyak 9 responden (30%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelancaran Pengeluaran ASI Setelah dilakukan Perawatan Payudara di BPM Misni Herawati Palembang Tahun 2020

| No. | Kelancaran Pengeluaran ASI Sesudah Perawatan Payudara | N | % |
|-------|---|----|-----|
| 1. | Lancar | 18 | 60 |
| 2. | Tidak Lancar | 12 | 40 |
| Total | | 30 | 100 |

Berdasarkan tabel diatas didapatkan distribusi frekuensi kelancaran pengeluaran ASI setelah perawatan payudara sebagian besar pada kategori lancar sebanyak 18 responden (60%) lebih banyak daripada yang tidak lancar sebanyak 12 responden (40%).

Tabel 4. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI di BPM Misni Herawati Palembang Tahun 2020

| No. | Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu Post Partum | Mean | P-value | N |
|-----|--|-------|---------|----|
| 1. | Sebelum perawatan payudara | 64,57 | 0,000 | 30 |
| 2. | Sesudah perawatan payudara | 74,47 | | |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata kelancaran pengeluaran ASI sebelum dilakukan perawatan payudara sebesar 64,57 dan rata-rata kelancaran pengeluaran ASI setelah dilakukan perawatan payudara sebesar 74,47. Oleh karena nilai rata-rata kelancaran pengeluaran ASI setelah perawatan payudara lebih besar dari pada rata-rata kelancaran pengeluaran ASI sebelum perawatan payudara sehingga dapat dinyatakan bahwa perawatan payudara dapat meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan 5% atau (p value = $0,000 < 0,05$) maka dapat dinyatakan ada pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum di BPM Misni Herawati Palembang tahun 2020.

Pembahasan

Berdasarkan analisis univariat diketahui distribusi frekuensi kelancaran pengeluaran ASI sebelum perawatan payudara sebagian besar pada kategori tidak lancar sebanyak 21 responden (70%) dan kategori lancar sebanyak 9 responden (30%). Sedangkan distribusi frekuensi kelancaran pengeluaran ASI setelah perawatan payudara sebagian besar pada

kategori lancar sebanyak 18 responden (60%) dan kategori tidak lancar sebanyak 12 responden (40%).

Berdasarkan analisis bivariat diketahui bahwa rata-rata kelancaran pengeluaran ASI sebelum dilakukan perawatan payudara sebesar 64,57 dan rata-rata kelancaran pengeluaran ASI setelah dilakukan perawatan payudara sebesar 74,47. Oleh karena nilai rata-rata kelancaran pengeluaran ASI setelah perawatan payudara lebih besar dari pada rata-rata kelancaran pengeluaran ASI sebelum perawatan payudara sehingga dapat dinyatakan bahwa perawatan payudara dapat meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan 5% atau ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$) maka dapat dinyatakan ada pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum di BPM Misni Herawati Palembang tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Muslim & Halimatusyaadiah (2019), dengan McNemar Test diperoleh nilai $p \text{ value} = 0,000$ atau $p < \alpha = 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada Ibu postpartum.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Utami (2017), menunjukkan terdapat perbedaan antara perawatan payudara dan tidak dilakukan perawatan payudara terhadap produksi ASI pada ibu di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Pontianak Selatan. Hasil uji statistik didapatkan ada pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI pada kelompok intervensi dibuktikan dengan $p \text{ value} = 0,028$.

Penelitian yang sama dilakukan oleh Fatmawati et al., (2019), 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 ada pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Purwoastuti (2018), yang menjelaskan bahwa perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara adalah merawat payudara setelah ibu melahirkan dan menyusui yang merupakan suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu keluar dengan lancar. Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai masa menyusui. Hal ini dikarenakan payudara merupakan satu-satu penghasil ASI yang merupakan makanan pokok bayi yang baru lahir sehingga harus dilakukan sedini mungkin.

Hal serupa diungkapkan (Fatmawati et al., 2019) yang menjelaskan bahwa perawatan payudara sebagai persiapan untuk menyusui bayinya, karena payudara merupakan organ esensial penghasil ASI yang menjadi makanan pokok bayi baru lahir sehingga perlu dilakukan perawatan sedini mungkin. Perawatan payudara berupa pemijatan payudara untuk memperbaiki sirkulasi darah, merawat puting payudara agar bersih dan tidak mudah lecet, ini bermanfaat untuk memperlancar pengeluaran ASI.

Begitu juga dengan pernyataan Muslim & Halimatusyaadiah (2019), yang menjelaskan bahwa payudara sebagai tempat produksi ASI harus mendapatkan perawatan yang baik agar proses menyusui dapat berjalan dengan lancar. Proses pemberian ASI terkait dengan kelancaran ASI sangat membutuhkan proses perawatan payudara. Perawatan payudara sebagai langkah awal untuk menjaga kebersihan agar payudara tetap sehat dan tidak terjadi infeksi dan dilakukan setelah melahirkan yang mempunyai tujuan untuk merangsang kelenjar-kelenjar air susu untuk merawat payudara agar bersih, tidak mudah lecet, memperlancar sirkulasi darah dan

mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan yang dilakukan berupa pemijatan pada daerah payudara. Pemijatan yang dilakukan ini bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI. Selain itu merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI yaitu untuk mencegah bendungan pada payudara.

Secara fisiologis perawatan payudara dengan merangsang buah dada akan mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon progesterone dan estrogen lebih banyak lagi dan hormone oksitosin dengan merangsang kelenjar-kelenjar air susu melalui pemijatan. Secara fisiologis, sejak hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan, ketika ASI secara normal dihasilkan, payudara menjadi sangat penuh. Hal ini bersifat fisiologis dan dengan penghisapan yang efektif dan pengeluaran ASI oleh bayi, rasa penuh tersebut pulih dengan cepat. Namun dapat berkembang menjadi bendungan. Payudara terisi sangat penuh dengan ASI dan cairan jaringan. Aliran vena limpatik tersumbat, aliran susu menjadi terhambat dan tekanan pada saluran ASI dengan alveoli meningkat dengan merangsang kelenjarkelenjar air susu melalui pemijatan. Adapun hal-hal yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi ASI tersebut, antara lain : perawatan payudara, makanan, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat melahirkan, stress dan penyakit (Muslim & Halimatusyaadiah, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas perawatan payudara berpengaruh terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum. Hal ini karena dengan melakukan perawatan payudara selain dapat membersihkan payudara juga dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin serta dapat melancarkan sirkulasi darah sehingga dapat mencegah penyumbatan saluran ASI. Dengan melakukan perawatan payudara

secara rutin pada ibu post partum maka akan melancarkan pengeluaran ASI ibu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di BPM Misni Herawati Palembang, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan analisis univariat diketahui distribusi frekuensi kelancaran pengeluaran ASI sebelum perawatan payudara sebagian besar pada kategori tidak lancar sebanyak 21 responden (70%) dan kategori lancar sebanyak 9 responden (30%). Sedangkan distribusi frekuensi kelancaran pengeluaran ASI setelah perawatan payudara sebagian besar pada kategori lancar sebanyak 18 responden (60%) dan kategori tidak lancar sebanyak 12 responden (40%).
2. Ada pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum di BPM Misni Herawati Palembang tahun 2020 dengan nilai p value = 0,000.

SARAN

Bagi BPM Misni Herawati Palembang

Agar petugas kesehatan khususnya Bidan selalu mempromosikan pentingnya pemberian ASI pada bayi serta mengajarkan kepada ibu post partum bagaimana cara agar ASI dapat keluar dengan lancar seperti dengan memberikan pelatihan dan mengajarkan kepada ibu hamil dan post partum cara melakukan perawatan payudara.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mencari alternatif lain dalam meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI seperti melakukan pijat oksitosin, teknik marmet serta dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda sehingga penelitian tentang kelancaran pengeluaran ASI dapat terus di kembangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- BAPPENAS, & UNICEF. 2017. *Laporan Baseline SDG tentang Anak-Anak di Indonesia*. Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) Dan United Nations Children's Fund, 1–105.
https://www.unicef.org/indonesia/id/SDG_Baseline_report.pdf
- Dinkes Prov Sumsel. 2018. *Profil Kesehatan Tahun 2018*. Dinas Kesehatan Palembang, 72, 10–13.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Wulansari, N. A. 2019. *Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Post Partum (The Effect of Breast Care in the Milk Output of Post Partum Mother)*. *Journal of Ners Community*, 10(November), 169–184.
<http://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/904/0>
- Kemkes RI. 2019. *Profil Kes Indo 2019*. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Mulati, T. S., & Susilowati, D. (2016). *Pengaruh Pelatihan Tehnik Menyusui Yang Benar Pada Ibu Nifas Primipara Terhadap Ketrampilan Dalam Menyusui*. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 81–85.
<https://doi.org/10.37341/interest.v5i1.29>
- Muslim, V. Y., & Halimatusyaadiah, S. (2019). *Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule Tahun 2017*. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 1(1), 1.
<https://doi.org/10.32807/jmu.v1i1.33>
- Purwoastuti. (2018). *Asuhan kebidanan kegawatdaruratan maternal dan neonatal*. Pustaka Baru Press.
- Tiyas,K, Catur, P, Agus, S (2020). Analisis Faktor Tingkat Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ners* Vol. 5 No. 1 April 2020
- Utami. 2017. *Kata kunci Referensi: Perawatan Payudara, Pengeluaran ASI, Ibu Post Partum: 16 (2007-2017)*. 16.