

PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS

Fitri Anika Sari¹, Nendhi Wahyunia Utami²

Email : sarifitirianika@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih rendah dan belum memenuhi target nasional. Target nasional yaitu 80%, sedangkan capaiannya masih berkisar di angka 52,5% pada tahun 2021 (SSGI) dan meningkat menjadi 68,6% pada tahun 2023 (SSGI). Salah satu alasan ibu tidak bisa memberikan ASI eksklusif adalah karena ASI yang keluar tidak cukup. Produksi ASI yang tidak cukup disebabkan karena minimnya perawatan payudara yang dilakukan ibu nifas

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh perawatan payudara terhadap produksi ASI pada ibu nifas

Metode: Penelitian ini dilakukan secara studi kasus, yang meneliti fenomena secara mendalam pada suatu individu atau sebuah kelompok. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner perawatan payudara, lembar skor latch dan lembar observasi peningkatan produksi ASI.

Hasil: Responden merupakan primipara umur 25 tahun nifas hari ke-2 dengan keluhan ASI belum keluar. Setelah dilakukan perawatan payudara selama 3 hari beturut-turut yang dilakukan pada pagi dan sore hari selama 15 menit menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI setelah dilakukan perawatan payudara.

Kesimpulan: Perawatan payudara terbukti dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas

Kata Kunci: Perawatan payudara, Produksi ASI, Nifas

¹ Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achamad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achamad Yani Yogyakarta

The Effect of Breast Care on Breast Milk Production in Postpartum Mothers

Fitri Anika Sari¹, Nendhi Wahyunia Utami²

Email : sarifitirianika@gmail.com

ABSTRACT

Background: *The exclusive breastfeeding rate in Indonesia remains low and has yet to meet the national target. While the national target is set at 80%, the coverage was only 52.5% in 2021 (SSGI) and increased to 68.6% in 2023 (SSGI). One of the reasons mothers are unable to provide exclusive breastfeeding is insufficient breast milk production, which is often caused by inadequate breast care during the postpartum period.*

Objective: *To determine the effect of breast care on breast milk production in postpartum mothers.*

Method: *This research was conducted as a case study, which examines the phenomenon in depth in an individual or a group. Data collection instruments included a breast care questionnaire and an observation sheet to assess changes in breast milk production.*

Result: *The respondent was a 25-year-old primiparous mother on the second day postpartum, reporting a complaint of no milk output. After receiving breast care interventions twice daily (morning and evening) for three consecutive days, each session lasting 15 minutes, an increase in breast milk production was observed..*

Conclusion: *Breast care has been proven to enhance breast milk production in postpartum mothers.*

Keywords: *Breast care, Breast milk production, Postpartum.*

¹ Student of the Midwifery Professional Education Program, Faculty of Health Sciences, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

² Lecturer of the Midwifery Professional Education Program, Faculty of Health Sciences, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta