

**PERSIAPAN MENYUSUI MENURUNKAN KEJADIAN PUTTING SUSU
LECET PADA IBU NIFAS DI PUSKESMAS GANDUSARI KECAMATAN
GANDUSARI KABUPATEN BLITAR**

*(Preparation of Breastfeeding Lowers the Incidence of Blisters on the Nipple
Postpartum Mother in Sub-district Health Centers Gandusari Kec. Gandusari Kab.
Blitar)*

Irma Noviana Tisnawati
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Patria Husada Blitar

Abstract: *ASI has advantages and privileges as a source of nutrients compared to other nutrient sources. However, breastfeeding often fail. The main cause of failure of breast feeding is a problem in the breast. One of them chafed nipples. The cause blisters putting a very dominant with breast fee ding preparation especially on breast feeding tech niques and breast care. The purpose of this study was to determine how the preparation of breastfeeding lowers the incidence of blisters on the nipple postpartum mother in Sub-district Health Centers Gandusari Kec. Gandusari Kab. Blitar. The design of this study pre-eksperimental with posttest only control group design. The population in this study is 50 postpartum mother in Health Centers by using purposive sampling. So that respondents have as many as 16 respondents. The independent variable is the preparation of breastfeeding, the dependent variable is the sore nipple blisters. The instrument used was SOP. The results of the sattistical Fisher Exact Probability Test showed $p=0,003$ ($\alpha=0,05$). It can be concluded that the preparation of brestfeeding can reduce the incidence of blisters on the nipple postpartum mother in Sub-district Health Centers Gandusari. Given this research, more respondents expected to actively ask, observing carefully about breasfeeding preparation especially breasfeeding techniques and reat ments given. So, breastfeeding in infants can run smoothly. As for the profession of midwifery results of this study can be used as input in motivating postpartum mother, so that it can perform the techniques of breastfeeding and breastcare, the right to avoid blisters on the nipple.*

Keywords: *Preparation of breastfeeding, blisters on the nipple*

ASI merupakan makanan yang telah disiapkan untuk calon bayi saat ia mengalami kehamilan (Khasanah, 2011:45). ASI memiliki keunggulan dan keistimewaan sebagai nutrisi dibandingkan sumber nutrisi lainnya. Komponen makro dan mikro yang terkandung dalam ASI sangat penting dibutuhkan pada tiap tahap perkembangan bayi. ASI juga mengandung antibodi yang disebut dengan IgA yang berperan sebagai sistem pertahanan dinding saluran pencernaan terhadap infeksi. Telah terbukti bahwa bayi yang diberikan ASI eksklusif mempunyai kadar antibodi lebih tinggi dibandingkan dengan yang mendapatkan susu formula. Oleh karena itu, daya tahan tubuh terhadap infeksi bakteri patogen pada bayi dengan ASI

lebih besar dibandingkan bayi dengan susu formula (Natia, 2013:3-4).

Namun, dalam pemberian ASI sering kali mengalami kegagalan. Penyebab utama kegagalan pemberian ASI adalah adanya masalah pada payudara. Salah satu masalah yang sering dikeluhkan oleh ibu nifas menyusui adalah terjadinya putting susu lecet. Putting susu lecet adalah keadaan putting susu yang luka sehingga menimbulkan rasa nyeri dan bahkan putting susu lecet akan mengeluarkan darah (Meilita, 2014:1).

Penyebab putting lecet yang sangat dominan dengan persiapan menyusui terutama pada teknik menyusui yang kurang tepat dan kurangnya perawatan payudara. Karena teknik menyusui yang kurang tepat dan payudara yang tidak

dirawat dengan baik bisa berakibat tidak baik bagi payudara ibu sendiri dan bagi bayinya. Hal ini dapat di cegah dengan memperbaiki posisi menyusui ibu. Selain itu juga melakukan perawatan payudara untuk melancarkan produksi ASI. Perawatan payudara adalah suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu keluar dengan lancar, terutama pada masa nifas (Mayasari, 2015:1).

Berdasarkan hasil riset Kesehatan (Rikesdas) 2010 di Indonesia pemberian ASI baru mencapai 15%-30%, dan pemberian susu formula meningkat tiga kali lipat dari 10,3% menjadi 32,5%. Pemberian ASI eksklusif pada bayi usia nol hingga enam bulan di Indonesia menunjukkan penurunan dari 62,2% pada tahun 2007 menjadi 56,2% pada tahun 2008. Sementara cangkupan pemberian ASI eksklusif pada bayi sampai enam bulan turun dari 28,6% pada tahun 2007 menjadi 24,3% pada tahun 2008 (BKKBN, 2010). Di desa Tlogo Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar, bayi berusia 1-3 bulan hanya sebesar 52% yang mendapatkan ASI, dan yang berusia 3-6 bulan hanya 42%. Selain itu 75,6% ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif adalah ibu muda yang masih belum tepat dalam menyusui sehingga terjadi nyeri di putting susunya, 13,33% ibu yang masih mengemukakan ASI tidak bermanfaat bagi bayinya, serta 23,02% ibu yang masih membuang kolostrumnya (BKKBN, 2010). Dan dari hasil survey yang peneliti lakukan di Puskesmas Gandusari pada 14 Februari 2016 didapatkan hasil 78% ibu nifas yang menyusui pernah mengalami putting susu lecet serta 11% ibu yang masih membuang kolostrumnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti ingin meneliti tentang "Persiapan Menyusui Menurunkan Kejadian Putting Susu Lecet Pada Ibu Nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar".

Rumusan Masalahnya adalah bagaimanakah persiapan menyusui menurunkan kejadian putting susu lecet pada ibu nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar".

Tujuan Umumnya adalah untuk mengetahui persiapan menyusui dapat menurunkan kejadian putting susu lecet

pada ibu nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar. Tujuan Khususnya adalah (1) Mengidentifikasi kejadian putting susu lecet pada ibu nifas yang termasuk kelompok perlakuan di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar. (2) Mengidentifikasi kejadian putting susu lecet pada ibu nifas yang termasuk kelompok kontrol di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar. (3) Menganalisis persiapan menyusui menurunkan kejadian putting susu lecet pada ibu nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar.

Manfaat penelitian ini adalah (a) Bagi peneliti adalah penelitian ini berguna untuk mengaplikasikan ilmu yang di dapat dari pendidikan tentang cara menyusui yang benar dan merawat payudara untuk mencegah terjadinya putting lecet. (b) Bagi profesi adalah Informasi yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan bagi profesi kebidanan sehingga pelayanan yang diberikan oleh tenaga kesehatan lebih berkualitas dan lebih meningkatkan penyuluhan. (c) Bagi penelitian selanjutnya adalah sebagai bahan perbandingan dan masukan untuk melakukan penelitian selanjutnya. (d) Bagi responden adalah hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dan mengubah perilaku untuk menyusui dengan posisi yang benar dan melakukan perawatan payudara sehingga dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya. (e) Bagi tempat penelitian adalah hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi mengenai persiapan menyusui terutama mengenai teknik menyusui yang tepat dan pentingnya perawatan payudara terhadap terjadinya putting susu lecet pada ibu nifas.

BAHAN DAN METODE

Desain penelitiannya adalah *pre eksperimental*. Subyek penelitian ini sebanyak 16 ibu nifas dengan 8 respondek sebagai kelompok perlakuan dan 8 respondek sebagai kelompok kontrol. Subyek penelitian ini di pilih secara *Purposive Sampling*, dengan melakukan observasi langsung pada persiapan menyusui terutama pada teknik menyusui dan perawatan payudara terhadap kejadian putting susu lecet,

subyek penelitian berada atau di wilayah Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar dengan kriteria inklusinya adalah (a) Ibu nifas hari ke-0 sampai dengan hari ke-6 (b) Ibu nifas tanpa komplikasi. Kriteria eksklusinya adalah ibu nifas yang tidak menyusui dengan alasan tertentu. Variabel bebasnya adalah persiapan menyusui dan variabel tergangungnya adalah putting susu lecet pada ibu nifas, analisa data menggunakan uji *Fisher Exact Probability Test* dengan tingkat ke-maknaan 0,05.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini sebagai berikut:

a. Data Umum

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan hari masa nifas

No	Masa Nifas	f	%
1.	< 7 hari	16	100
2.	≥ 7 hari	0	0
Total		16	100

b. Data Khusus

Tabel 2 Identifikasi kejadian putting susu lecet pada kelompok perlakuan

Ktgr	Hari 1		Hari 2		Hari 3		Rata2	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Lecet	0	0	0	0	0	0	0	0
Tdk lecet	8	100	8	100	8	100	8	100

Tabel 3 Identifikasi kejadian putting susu lecet pada kelompok kontrol

Ktgr	Hari 1		Hari 2		Hari 3		Rata2	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Lecet	0	0	6	75	6	75	6	75
Tidak lecet	8	100	2	25	2	25	2	25

Tabel 4 Analisis persiapan menyusui menurunkan kejadian

putting susu lecet dengan Uji Fisher Exact Probability Test.

N	Kategori	Kelompok Perlakuan	Kelompok Kontrol
1.	Tidak lecet	8	2
2.	Lecet	0	6
		$\rho = 0,003$	$\alpha = 0,05$

Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa dengan uji statistik *Fisher Exact Probability Test* didapatkan nilai signifikansi $\rho = 0,003$ dengan nilai $\alpha = 0,005$, sehingga Hipotesis diterima.

PEMBAHASAN

Sebelum melakukan teknik menyusui dan perawatan payudara yang benar selama tiga minggu di Puskesmas Gandusari, peneliti melihat tafsiran responden yang bersalin di Puskesmas Gandusari. Sehingga dapat diperkirakan jumlah responden yang akan diteliti, karena dalam penelitian ini terdapat dua kelompok responden, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Tanggal 04 sampai dengan 16 April 2016 di dapatkan responden dengan quota 16 responden ibu nifas dan semuanya merupakan ibu nifas < 7 hari. Dari 16 responden tersebut terbagi dalam kelompok perlakuan dengan quota 8 responden dan kelompok perlakuan dengan quota 8 responden.

a. Identifikasi kelompok perlakuan

Dari hasil penelitian terhadap kelompok perlakuan, diketahui bahwa pada kelompok perlakuan sebesar 100% sebanyak 8 responden termasuk dalam kategori ibu nifas menyusui yang tidak mengalami putting susu lecet.

Pada kelompok perlakuan setelah bayi dilakukan IMD, responden diajari teknik menyusui yang benar dan perawatan payudara, sedangkan pada kelompok kontrol setelah dilakukan IMD tidak diajari teknik menyusui yang benar dan perawatan payudara. Kelompok ini tetap diobservasi selama 3 hari dengan posisi dan perawatan payudara yang benar.

Teknik menyusui yang benar adalah cara dimana posisi menyusui ibu dapat membuat ibu dan anak

nyaman, selain posisi juga dapat dilihat dari letak atau posisi mulut bayi yaitu apabila areola sedapat mungkin semuanya masuk ke dalam mulut bayi, tetapi hal ini tidak mungkin dilakukan pada ibu yang areolanya besar. Untuk ini, maka sudah cukup bila rahang bayi supaya menekan tempat penampungan air susu (sinus laktiferus) yang terletak dipuncak areola di belakang puting susu. Teknik salah, yaitu apabila bayi menghisap pada puting saja, karena bayi hanya dapat menghisap susu sedikit dan pihak ibu akan timbul lecet-lecet pada puting susu (Kristiyanasari, 2011:44).

Bagi sebagian ibu, menyusui kerap dihubungkan dengan keindahan payudara. Alasan inilah yang membuat para ibu enggan menyusui. Pakar ASI dr. Utami Roesli Sp.A dalam sebuah seminar menyebutkan bahwa sesungguhnya bukanlah proses menyusui yang membuat payudara berubah, namun proses kehamilan. Oleh karena itu, dianjurkan para ibu untuk melakukan perawatan payudara agar menghindari terjadinya gangguan payudara terutama pada puting susu (Suherni, 2009:41).

Perawatan payudara adalah usaha yang dilakukan seorang wanita terutama untuk ibu-ibu yang menyusui, hal ini bertujuan agar tetap menjaga keindahan payudara selama menyusui dan menghindari terjadinya gangguan dalam proses menyusui (Dewi, dkk. 2015:1).

b. Identifikasi kelompok kontrol

Pada kelompok kontrol tidak diajari teknik menyusui dan perawatan payudara yang benar, namun tetap dilakukan observasi selama 3 hari seperti kelompok perlakuan.

Dari hasil penelitian terhadap kelompok kontrol, didapatkan hasil 75% sebanyak 6 responden pada kelompok kontrol masuk dalam kategori ibu nifas menyusui yang mengalami puting susu lecet dan 25% masuk dalam kategori ibu nifas tidak mengalami puting susu lecet.

Puting susu lecet dimana suatu keadaan puting susu yang mengalami luka sehingga menimbulkan rasa nyeri dan akan mengganggu seorang ibu menyusui dalam proses menyusui (Meilita, 2014:1).

Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya puting susu lecet, seperti posisi ibu yang kurang tepat, posisi mulut bayi yang kurang

tepat, selain itu juga ibu menyusui yang tidak pernah melakukan perawatan payudara. Hal ini juga sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa sebagian besar areola dapat masuk ke mulut bayi, sehingga puting susu berada dibawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI keluar dari tempat penampungan ASI yang terletak dibawah areola. Apabila bayi hanya menghisap pada puting saja, maka akan mengakibatkan puting lecet (Kristiyansari, 2011:44).

c. Analisa persiapan menyusui menurunkan kejadian puting susu lecet

Dari hasil observasi selama 3 minggu, pada kelompok perlakuan kejadian puting susu lecet tidak terjadi pada ibu nifas dan pada kelompok kontrol terjadi puting susu lecet rata-rata lebih banyak terjadi melai massa nifas hari ke-2. Dari hasil tersebut membuktikan bahwa persiapan menyusui berupa teknik menyusui dan perawatan payudara yang benar dapat memperpanjang untuk kemungkinan terjadinya puting susu lecet. Selain itu, dengan persiapan menyusui berupa teknik menyusui dan perawatan payudara yang benar juga menurunkan kejadian puting susu lecet, terlihat dari tabel identifikasi antar kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yang hasilnya di kelompok perlakuan presentase kejadian puting susu lecet menurun, meskipun di kelompok perlakuan responden masih mengalami puting susu lecet. Kejadian puting susu lecet pada kelompok perlakuan dikarenakan faktor kepatuhan responden terhadap perlakuan dari hari ke hari menurun.

Hal ini juga di buktikan dari hasil hasil perolehan tabel 4.4 hasil uji statistik *Fisher Exact Probability Test* antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol didapatkan bahwa 8 responden (100%) pada kelompok perlakuan tidak mengalami puting susu lecet. Sedangkan, 6 responden (37,5%) pada kelompok kontrol mengalami puting susu lecet dan 2 responden tidak mengalami puting susu lecet (12,5%). Menurut hasil uji *Fisher Exact Probability Test* didapatkan nilai signifikansi $p = 0,003$. Tingkat kemaknaan yang ditetapkan adalah pada $\alpha = 0,05$. Dari ketentuan tersebut,

sehingga pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa persiapan menyusui berupa teknik menyusui dan perawatan payudara yang benar dapat menurunkan kejadian puting susu lecet.

Keadaan tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan teknik menyusui yang salah dapat mengakibatkan terjadinya puting susu lecet, tetapi puting susu lecet dapat juga disebabkan oleh perawatan payudara yang salah misalnya membasuh payudara terutama puting susu. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Kristiyanasari (2011:54) yang menyatakan bahwa sebagian besar areola mamme harus sedapat mungkin masuk ke mulut bayi, sehingga puting susu berada dibawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI keluar dari tempat penampungan ASI yang terletak dibawah areola. Apabila bayi hanya menghisap pada puting saja, maka akan mengakibatkan puting susu lecet. Ketika ibu nifas mengalami puting susu lecet, maka ibu akan enggan untuk memberikan bayinya ASI dan akan beralih menggunakan susu formula. Padahal ASI sangat penting bagi bayi terutama untuk tumbuh kembang bayinya dan didalam ASI juga mengandung antibodi yang diperlukan bayi untuk melawan penyakit-penyakit yang menyerang. Dan juga, pada masa *golden period* bayi sangat membutuhkan kolostrum yang bermanfaat untuk meningkatkan jalinan kasih sayang antara ibu dan anak. Oleh karena itu, sangat lebih baik dari pada susu formula dan apabila ibu enggan memberikan ASI pada bayinya maka semakin lama ASI akan membendung dan akan menyebabkan terjadinya bendungan ASI.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang ada, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Kejadian puting susu lecet pada ibu nifas yang termasuk kelompok perlakuan di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar seluruh responden (100%) tidak mengalami puting susu lecet.
- b. Kejadian puting susu lecet pada ibu nifas yang termasuk kelompok kontrol di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten

Blitar sebesar 6 responden (75%) tidak mengalami puting susu lecet dan 2 responden (25%) mengalami puting susu lecet.

- c. Persiapan menyusui dapat menurunkan kejadian puting susu lecet yang telah dibuktikan dengan hasil uji *Fisher Exact Probability Test* dengan nilai signifikansi $\rho = 0,003$ dengan nilai $\alpha = 0,05$.

Saran

a. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber data penelitian lain sehingga memberikan dorongan bagi yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang teknik menyusui yang benar dan perawatan payudara terhadap kejadian puting susu lecet agar dapat melengkapi atau menambah hasil penelitian ini, seperti dengan menjadikan penelitian ini sebagai referensi pada penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.

b. Bagi Tempat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan petugas kesehatan memberikan penyuluhan atau tindakan secara langsung mengenai teknik menyusui yang benar dan perawatan payudara pada setiap pasien nifas, terutama di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar.

c. Bagi responden

Ibu menyusui khususnya di Puskesmas Gandusari diharapkan lebih aktif bertanya, mengamati dengan seksama tentang teknik menyusui yang benar serta perawatan payudara yang diberikan, sehingga bisa mengubah persepsi yang sebelumnya salah menjadi benar, sehingga pemberian ASI pada bayi dapat berjalan dengan lancar.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapannya dalam bidang kesehatan tentang teknik menyusui dan perawatan payudara yang benar, sehingga ibu menyusui mempunyai gambaran tentang teknik menyusui yang benar dan posisi saat menyusui serta cara merawat payudara agar tetap ideal.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Astutik, Reni Yuli. 2014. *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika
- AtikahdanEni. 2010. *Kapita Selekta ASI dan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Dewi, Mayasari Fatma. 2015. “*Studi Tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu tentang Perawatan Payudaradan Teknik Menyusui dengan Terjadinya Bendungan Payudara Di RSB Permata Hati-Malang*”.
- Hidayat, A. Alimul. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Huliana, Mellyna. 2010. *Perawatan Ibu Pasca Melahirkan*. Jakarta: Puspaswara
- Khasanah, Nur. 2011. *ASI atau Susu Formula Ya?*. Yogyakarta: Flash Books
- Kristiyanasari, Weni. 2011. *ASI, Menyusui dan Sadari*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Maritalia, Dewi. 2014. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Meilita, Gresi. 2014. “*Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Ny. W Pl A0 dengan Putting Susu Lecet di BPM Nunik*”.
- Natia, Rizki. 2013. *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam, 2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Rahajeng dan Wiwin. 2013. “*Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Primigravida Tentang Perawatan Payudara dengan Tindakan Merawat Payudara Di BPM Sunarsi*”
- Saleha, Sitti. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medik
- Sugiyono. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Suherni, dkk. 2009. *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya
- Sulistiyawati, Ari. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: ANDI
- Wijaya, Desy. 2011. *Tuntutan Lengkap Cara Merawat Kesehatan, Kecantikan, Dan Keindahan Payudara*. Yogyakarta: Laksana