

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KELANCARAN  
ASI PADA IBU POSTPARTUM DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS KALIWATES**



**DI SUSUN OLEH :  
REGINA AURELLIA SUSANTO  
NIM. P17331193034**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEBIDANAN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN JEMBER  
TAHUN 2023**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KELANCARAN  
ASI PADA IBU POSTPARTUM DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS KALIWATES**

Skripsi Ini Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan



**DI SUSUN OLEH :  
REGINA AURELLIA SUSANTO  
NIM. P17331193034**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEBIDANAN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN JEMBER  
TAHUN 2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Regina Aurellia Susanto  
NIM : P17331193034  
Judul Skripsi : Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI  
Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas  
Kaliwates Tahun 2023

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran kami sendiri. Sepanjang pengetahuan kami belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka kami bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Jember, 30 Juni 2023  
Yang Membuat Pernyataan,

The image shows a circular official stamp on the left with the text 'DACA' and '518227924'. To the right of the stamp is a handwritten signature in black ink. Below the signature is a rectangular stamp with the text 'METERAI TEMPEL' and 'DACA'.

Regina Aurellia Susanto  
NIM.P17331193034

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul **Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates**, oleh Regina Aurellia Susanto P17331193034 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Jember, 26 Juni 2023

Pembimbing Utama



Eni Subiastutik, S.Kep.Ns.,MSc  
NIP. 196805281991032001

Jember, 22 Juni 2023

Pembimbing Pendamping



Jenic Palupi, S.Kp.,M.Kes  
NIP. 196906191993032001

## LEMBAR PENGESAHAN

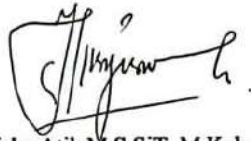
Skripsi dengan judul **Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates**, oleh Regina Aurellia Susanto dengan NIM P17331193034 ini telah dipertahankan di depan dewan pengujian Sidang Skripsi pada tanggal 30 Juni 2023

### Dewan Penguji

Ketua Penguji

Penguji Anggota I

Penguji Anggota II



Syiska Atik M.S.SiT., M.Keb  
NIP. 197804172002122003



Eni Subiastutik, S.Kep.Ns., M.Sc  
NIP. 196805281991032001



Jenje Palupi, S.Kp.M.Kes  
NIP. 196906191993032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Ketua Program  
Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember



Rita Yuliana, S.Kp. M.Kes  
NIP. 196607271991032003



Susilawati, SST., M.Kes  
NIP. 197412032002122002

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Perawatan Payudara dengan Kelancaran ASI pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates” sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen.,M.Pd., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, yang telah memberikan kesempatan menyusun proposal skripsi ini.
2. Rita Yulifah, S.Kp, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun proposal skripsi ini.
3. Susilawati, SST., M.Kes, selaku Ketua Program Studi DIV Kebidanan Jember Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun proposal skripsi ini.
4. Syiska Atik Maryanti, S.SiT.,M.Keb, selaku ketua penguji
5. Eni Subiastutik,S.Kep.Ns.,M.Sc., selaku pembimbing utama
6. Jenie Palupi, S.Kp.,M.Kes, selaku pembimbing pendamping

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkan.

Jember, 30 Juni 2023

Penulis

## ABSTRAK

**Aurellia S, Regina 2023. Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates. Skripsi. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing Utama: Eni Subiastutik, S. Kep. Ns., MSc. Pembimbing Pendamping: Jenie Palupi, S.Kp., M.Kes**

---

**Latar Belakang:** Peningkatan pemberian ASI eksklusif penting dilakukan dalam upaya peningkatan kesehatan bagi bayi dan ibu, upaya tersebut dapat dilakukan dengan cara pemberian ASI dini. Namun penyebab dari pengeluaran ASI yang tidak lancar yaitu karena timbulnya beberapa masalah. Alasan utama ibu untuk menghentikan pemberian ASI karena merasa bahwa produksi ASI tidak keluar dan produksinya kurang lancar, sehingga tidak memenuhi kebutuhan ASI bayi. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember tahun 2022 per bulan November menunjukkan bahwa dari 49 Puskesmas, Kaliwates termasuk urutan terakhir dengan pencapaian ASI Eksklusif sebesar 2,6% dari target 100%. **Tujuan:** Untuk mengetahui Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates. **Metode:** Desain penelitian menggunakan *Pre Experimental Design* dengan *One Group Pretest - Posttest*. Populasinya 40 Ibu nifas dengan sampel 36. Pengambilan sampel dilakukan di tiga wilayah yaitu kaliwates, tegal besar dan kebon agung dengan *cluster random sampling* sebanyak 15 posyandu. Alat ukurnya lembar observasi dan uji analisisnya *Chi Square*. **Hasil:** Perawatan payudara yang sesuai 11(61,1%), perawatan payudara yang tidak sesuai 7(38,9%). Kenaikan berat badan bayi yang naik 14(77,8%), kenaikan berat badan bayi yang tetap 4(22,2%). Nilai analisis uji *Chi Square* dengan hasil  $p\text{-value } 0,028 < \alpha 0,05$  yang berarti terdapat Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates. **Kesimpulan:** Ibu postpartum yang melakukan perawatan payudara yang sesuai dan dilakukan secara rutin dapat membantu melancarkan ASI dan juga menambah kenaikan berat badan bayi. Semakin rutin ibu melakukan perawatan payudara maka semakin lancar ASI yang di produksi oleh ibu.

**Kata Kunci :** Kelancaran ASI , Perawatan Payudara, *Postpartum*

## ABSTRACT

*Aurellia S, Regina 2023. The Relationship between Breast Care and Breastfeeding for Postpartum Mothers in the Work Area of the Kaliwates Health Center. Thesis. Study Program: Applied Science Undergrade Program In Midwifery Of Jember. Thesis Supervisor: Eni Subiastutik, S. Kep. Ns., MSc. Thesis Advisor: Jenie Palupi, S.Kp., M.Kes*

---

**Introduction:** Increasing exclusive breastfeeding is important in efforts to improve health for babies and mothers, these efforts can be done by giving early breastfeeding. However, the cause of non-smooth breastfeeding is due to the emergence of several problems. The main reason for mothers to stop breastfeeding is because they feel that milk production is not coming out and the production is not running smoothly, so it does not meet the baby's milk needs. Based on data from the Jember District Health Office for 2022 as of November it shows that out of 49 Community Health Centers, Kaliwates is in last place with exclusive breastfeeding reporting of 2.6% of the 100% target. **Purpose:** To determine the correlation between breast care and breastfeeding in postpartum mothers in the working area of the Kaliwates Health Center. **Methods:** The research design uses Pre-Experimental Design with One Group Pretest - Posttest. The population is 40 postpartum mothers with a sample of 36. Sampling was carried out in three areas, namely Kaliwates, Tegal Besar and Kebon Agung including 15 posyandu with cluster random sampling. Measuring instrument is observation sheet and test analysis Chi Square. **Result:** Proper breast care 11(61.1%), improper breast care 7(38.9%). The baby's weight gain increased by 14 (77.8%), the baby's weight gain remained 4 (22.2%). The value of the Chi Square test analysis with the result of a p-value of  $0.028 < \alpha 0.05$ , which means there is a relationship between breast care and smooth breastfeeding in postpartum mothers in the working area of the Kaliwates Health Center. **Conclusion:** Postpartum mothers who carry out appropriate and routine breast care can help expedite breast milk and also increase the baby's weight gain. The more routine the mother performs breast care, the smoother the milk produced by the mother.

**Kata Kunci :** Breast Care, Postpartum, Smooth Release of Breast Milk

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR COVER.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR COVER.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	3
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1 Konsep Dasar Masa Nifas (Postpartum) .....	6
2.1.1 Pengertian Masa Nifas.....	6
2.1.2 Tahapan Dalam Masa Nifas.....	6
2.1.3 Perubahan-perubahan Masa Nifas.....	8
2.1.4 Adaptasi Psikologi Ibu Nifas .....	11
2.2 Konsep Dasar Kelancaran Produksi ASI .....	13
2.2.1 Pengertian ASI .....	13
2.2.2 Manfaat ASI.....	15
2.2.3 Kandungan ASI.....	20
2.2.4 Komposisi ASI.....	23
2.2.5 Kelemahan ASI.....	28
2.2.6 Keuntungan ASI.....	29
2.2.7 Faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI.....	30
2.2.8 Tanda Kelancaran ASI .....	34
2.2.9 Indikator Kelancaran ASI.....	36

2.2.10	Fisiologi Pembentukan ASI .....	38
2.3	Konsep Dasar Perawatan Payudara .....	39
2.3.1	Pengertian Perawatan Payudara .....	39
2.3.2	Tujuan Perawatan Payudara .....	40
2.3.3	Manfaat Perawatan Payudara.....	41
2.3.4	Waktu Melakukan Perawatan Payudara.....	41
2.3.5	Dampak Jika Tidak Dilakukan Perawatan Payudara .....	41
2.3.6	Faktor yang Mempengaruhi Perawatan Payudara .....	44
2.3.7	Penatalaksanaan Perawatan Payudara .....	46
2.4	Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI .....	50
2.5	Kerangka Konsep .....	52
2.6	Hipotesis.....	53
<b>BAB 3</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>54</b>
3.1	Desain Penelitian .....	54
3.2	Kerangka Operasional.....	55
3.3	Populasi, Sampel dan Sampling .....	56
3.3.1	Populasi .....	56
3.3.2	Sampel.....	56
3.3.3	Sampling.....	57
3.4	Kriteria Sampel.....	58
3.5	Variabel Penelitian.....	59
3.5.1	Variabel Independent .....	59
3.5.2	Variabel Dependent.....	59
3.6	Definisi Operasional .....	59
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	60
3.8	Alat Pengumpulan Data .....	60
3.9	Metode Pengumpulan Data .....	60
3.10	Metode Pengolahan Data .....	62
3.11	Analisa Data .....	63
3.11.1	Analisa Univariat.....	63
3.11.2	Analisa Bivariat .....	63
3.12	Etika Penelitian.....	64
<b>BAB 4</b>	<b>HASIL PEMBAHASAN .....</b>	<b>66</b>
4.1	Hasil Penelitian .....	66
4.1.1	Data Umum.....	67
4.1.2	Data Khusus.....	68
4.2	Pembahasan.....	71
4.2.1	Identifikasi perawatan payudara pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas Kaliwates tahun 2023 .....	71
4.2.3	Analisis hubungan perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas Kaliwates tahun 2023 .....	75
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	77
<b>BAB 5</b>	<b>PENUTUP .....</b>	<b>77</b>
5.1	Kesimpulan .....	77
5.2	Saran .....	78
5.2.1	Bagi Peneliti Selanjutnya .....	78

5.2.2	Bagi Masyarakat/Responden .....	79
5.2.3	Bagi Tenaga Kesehatan .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>80</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>82</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates tahun 2023.....	67
Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan paritas responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates tahun 2023.....	67
Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin bayinya di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates tahun 2023.....	68
Tabel 4. 4 Distribusi frekuensi identifikasi perawatan payudara pada ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates tahun 2023 .....	69
Tabel 4. 5 Distribusi frekuensi kelancaran ASI pada ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates tahun 2023.....	69
Tabel 4. 6 Analisis hubungan perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates tahun 2023 ...	70

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kompres puting .....	48
Gambar 2. 2 Pengurutan payudara.....	48
Gambar 2. 3 Pengurutan langkah 1.....	49
Gambar 2. 4 Pengurutan langkah 2.....	49
Gambar 2. 5 Pengurutan langkah 3.....	50
Gambar 2. 6 Kerangka konsep .....	52
Gambar 3. 1 Rancangan one group pretest-posttest design .....	54
Gambar 3. 2 Kerangka operasional hubungan perawatan payudara dengan kelancaran asi pada ibu postpartum di wilayah kerja kaliwates.....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 .....	82
Lampiran 2 .....	83
Lampiran 3 .....	84
Lampiran 4 .....	85
Lampiran 5 .....	86
Lampiran 6 .....	87
Lampiran 7 .....	88
Lampiran 8 .....	91
Lampiran 9 .....	92
Lampiran 10 .....	93
Lampiran 11 .....	95
Lampiran 12 .....	99

## DAFTAR SINGKATAN

ARA	: Arachidonic Acid
ASI	: Air Susu Ibu
DHA	: Docosahexaenoic Acid
IgA	: Immunoglobulin A
KB	: Keluarga Berencana
PASI	: Pengganti ASI
PKA	: Persepsi Ketidakcukupan ASI
PMB	: Praktik Mandiri Bidan
MSH	: Melanophore Stimulating Hormone
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
WHO	: <i>World Health Organization</i>