

Efektivitas *Breast Care* Pada Ibu Post Sectio Caesarea Terhadap Produksi ASI Di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal

Nabila Nasywa Nanda Trisula¹, Tin Utami², Elok Faola³

^{1,2} Universitas Harapan Bangsa

³RSUD Kardinah Kota Tegal

Email : mark99leews@gmail.com, tinutami@uhb.ac.id, faolaelok@gmail.com

Abstrak

Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu postpartum dengan persalinan sectio caesarea sering mengalami hambatan akibat nyeri luka operasi, gangguan keseimbangan hormon oksitosin dan prolaktin, serta kurangnya pengetahuan mengenai teknik menyusui dan perawatan payudara. Kondisi ini dapat mengganggu proses laktasi dan menurunkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas breast care dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum post sectio caesarea. Metode penelitian menggunakan pendekatan studi kasus pada satu subjek, yaitu Ny. E, ibu postpartum yang mengalami ketidakefektifan menyusui. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan studi dokumentasi selama 2 × 24 jam, mengikuti tahapan proses keperawatan mulai dari pengkajian hingga evaluasi. Hasil studi menunjukkan bahwa pada hari pertama ASI belum keluar secara optimal, dengan tanda bendungan payudara dan aliran ASI yang belum tampak. Setelah dilakukan breast care secara teratur, terjadi peningkatan produksi ASI yang ditandai dengan keluarnya tetesan ASI pada hari kedua, hingga munculnya pancaran ASI pada kedua payudara. Intervensi ini juga meningkatkan kenyamanan serta kepercayaan diri ibu dalam menyusui. Kesimpulannya, breast care terbukti efektif dalam meningkatkan produksi dan kelancaran ASI pada ibu postpartum dengan persalinan sectio caesarea, sehingga dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang mendukung keberhasilan menyusui.

Kata Kunci : *Breast Care*, Produksi ASI, Postpartum, *Cectio Caesarea*

Abstract

Breast milk production in postpartum mothers who undergo cesarean section often faces several challenges due to postoperative wound pain, hormonal imbalance of oxytocin and prolactin, and limited knowledge regarding breastfeeding techniques and breast care. These conditions can interfere with the lactation process and decrease the success of exclusive breastfeeding. This study aims to examine the effectiveness of breast care in improving breast milk production among postpartum mothers after cesarean delivery. This research employed a case study approach involving a single subject, Mrs. E, a postpartum mother experiencing ineffective breastfeeding. Data were collected through interviews, direct observation, and documentation review over a period of 2 × 24 hours, following the stages of the nursing process from assessment to evaluation. The results showed that on the first day, breast milk had not been produced optimally, as indicated by breast engorgement and the absence of milk flow. After regular breast care was performed, there was a notable increase in milk production, marked by the appearance of milk droplets on the second day, followed by milk flow from both breasts. The intervention also improved the mother's comfort and confidence in breastfeeding. In conclusion, breast care was found to be effective in enhancing breast milk production and flow in postpartum mothers after cesarean section and may be recommended as a non-pharmacological intervention to support breastfeeding success.

Keywords: *Breast Care, Breast Milk Production, Postpartum, Cesarean Section*

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi utama dan terbaik bagi bayi baru lahir karena mengandung zat gizi lengkap serta antibodi yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan melindungi bayi dari infeksi maupun penyakit kronis. ASI eksklusif direkomendasikan diberikan sejak lahir sampai usia 6 bulan karena mampu menjamin pemenuhan kebutuhan gizi bayi dan mengurangi risiko gangguan kesehatan (Rohmah et al., 2024). Kolostrum sebagai ASI pertama memiliki komposisi yang berbeda dengan ASI transisi dan ASI matur, serta memiliki kandungan antibodi yang tinggi sehingga sangat penting diberikan segera setelah lahir (Kartini & Kusumadewi, 2023).

Meskipun manfaat ASI sangat besar, cakupan ASI eksklusif di dunia masih belum mencapai target. Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2021, hanya sekitar 42% negara yang mencapai pemberian ASI eksklusif, sedangkan target yang diharapkan adalah 75%. Di Indonesia, cakupan pemberian ASI eksklusif pada tahun 2021 sebesar 69,0%, masih lebih rendah dari target nasional yaitu 80%. Pada tahun 2022, capaian ASI eksklusif di Provinsi Jawa Tengah dilaporkan sebesar 78,2%, namun angka tersebut masih perlu ditingkatkan untuk mencapai target yang ditetapkan (Retnowati et al., 2024). Salah satu kelompok ibu yang berisiko mengalami hambatan dalam pemberian ASI eksklusif adalah ibu dengan persalinan *sectio caesarea*, dimana kondisi pasca operasi dapat memengaruhi proses laktasi dan keberhasilan menyusui (Putrianingsih & Haniyah, 2022).

Persalinan *sectio caesarea* (SC) merupakan tindakan bedah untuk mengeluarkan janin dengan membuka dinding perut dan dinding rahim. *Section caesarea* dilakukan karena beberapa kondisi yang tidak memungkinkan ibu untuk melakukan persalinan normal, seperti distress janin, riwayat *sectio* sebelumnya, presentasi bokong, dan distosia persalinan (Putry & Hermawati, 2024). Ibu yang melahirkan melalui *sectio caesarea* sering mengalami hambatan dalam pengeluaran kolostrum dan kelancaran produksi ASI. Hambatan menyusui pada ibu *post partum sectio caesarea* umumnya disebabkan oleh nyeri luka operasi yang mengganggu kenyamanan ibu, sehingga dapat menghambat kerja saraf pada glandula pituitari posterior yang berperan dalam pengeluaran hormon oksitosin. Hormon oksitosin dan prolaktin sangat berperan dalam proses laktasi, sehingga gangguan pada mekanisme ini akan memengaruhi kelancaran produksi dan pengeluaran ASI (Putrianingsih & Haniyah, 2022).

Peningkatan produktivitas dan kelancaran ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi ibu, kondisi bayi, faktor fisik (termasuk nyeri *post operasi sesar*), faktor psikologis, serta faktor sosial budaya. Selain itu, terdapat beberapa upaya non farmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI, seperti kompres hangat, pijat payudara, pijat marmet, pijat oksitosin, dan akupresur. Berbagai terapi tersebut pada dasarnya bertujuan merangsang otot dan jaringan payudara, melancarkan peredaran darah, serta menginduksi pengeluaran hormon oksitosin, endorfin, dan prolaktin yang berperan penting dalam proses laktasi (Kasmawati et al., 2025).

Ketidakcukupan produksi ASI merupakan salah satu alasan utama ibu menghentikan pemberian ASI secara dini karena ibu merasa tidak mampu memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya serta khawatir bayi tidak mengalami kenaikan berat badan yang adekuat. Situasi ini umumnya terjadi akibat produksi ASI yang kurang lancar. Salah satu upaya nonfarmakologis yang terbukti efektif untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan melakukan perawatan payudara atau *breast care*, termasuk menjaga kebersihan payudara serta melakukan pemijatan (Febriani & Caesarrani, 2023). Perawatan payudara (*breast care*) sangat penting salah satunya menjaga kebersihan payudara, kebersihan *putting* terutama susu agar terhindar dari infeksi, melunakkan serta memperbaiki bentuk *putting* susu sehingga bayi dapat menyusu dengan baik, merangsang kelenjar kelenjar dan hormone prolactin dan oksitosin untuk meningkatkan

produksi ASI lancar serta mengetahui secara dini kelainan putting susu dan melakukan usaha-usaha mengatasinya. efektif untuk Perawatan untuk yang memperbanyak produksi ASI yaitu dengan melakukan perawatan payudara atau breast care (Rohmah et al., 2024).

Penelitian ini sejalan dengan (Putrianingsih & Haniyah, 2022) bahwa ibu post sectio caesarea sering mengalami hambatan menyusui akibat menurunnya hormon oksitosin dan prolaktin, sehingga produksi ASI menjadi tidak adekuat. Melalui penerapan *breast care*, peneliti menemukan bahwa tindakan tersebut mampu membantu melancarkan produksi ASI karena breast care memberikan stimulasi yang memperbaiki aliran ASI, mengurangi kekakuan payudara, serta membantu mengatasi bendungan ASI. Perawatan payudara juga meningkatkan kenyamanan ibu, mengurangi keluhan payudara terasa keras, dan membuat proses menyusui menjadi lebih efektif.

Produksi ASI yang optimal sangat penting bagi kesehatan dan tumbuh kembang bayi. Namun, ibu post *sectio caesarea* (SC) sering mengalami hambatan produksi ASI akibat nyeri luka operasi, keterbatasan mobilisasi, serta gangguan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses laktasi (Prior et al., 2022; Brown & Shenker, 2023). Kondisi ini dapat menyebabkan keterlambatan pengeluaran ASI dan menurunkan keberhasilan menyusui dini. Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat meningkatkan produksi ASI adalah *breast care*. *Breast care* meliputi perawatan dan pijat payudara yang bertujuan melancarkan sirkulasi darah, merangsang refleks *let-down*, serta mencegah bendungan ASI (Kurniawaty et al., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa *breast care* efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu post SC, terutama bila dilakukan secara teratur dan terstruktur (Kasmawati et al., 2024).

Studi terbaru juga membuktikan bahwa penerapan *breast care* pada ibu post *sectio caesarea* dapat mempercepat pemulihan fungsi laktasi dan meningkatkan kelancaran ASI selama masa nifas (Li et al., 2024; Rohanifah et al., 2025). Oleh karena itu, penelitian mengenai efektivitas *breast care* pada ibu post *sectio caesarea* terhadap produksi ASI di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal penting dilakukan sebagai dasar penguatan asuhan keperawatan maternitas berbasis bukti.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan subjek tunggal yaitu Ny. E, ibu postpartum yang mengalami gangguan produksi ASI. Pengumpulan data dilakukan selama tiga hari melalui wawancara, observasi langsung, serta studi dokumentasi, dengan pengkajian utama dilaksanakan pada tanggal 15 dan 16 Juli 2023. Instrumen yang digunakan meliputi format pengkajian keperawatan, lembar observasi, dan rekam medis pasien. Prosedur pengumpulan data mengikuti tahapan proses keperawatan, meliputi pengkajian, penetapan diagnosa keperawatan, perencanaan intervensi, pelaksanaan implementasi, dan evaluasi hasil. Metode ini merupakan metode yang sudah mapan dalam penelitian keperawatan klinik, karena memungkinkan peneliti menggambarkan secara sistematis proses asuhan keperawatan pada satu individu dengan karakteristik tertentu.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ny. E, usia 26 tahun, pada hari pertama postpartum setelah sectio caesarea mengalami beberapa masalah fisik dan psikologis. Keluhan utamanya adalah payudara kanan belum mengeluarkan ASI dengan baik. Pemeriksaan fisik menunjukkan payudara terasa tegang dan hangat dengan puting yang menonjol, namun aliran ASI belum lancar sehingga menandakan adanya bendungan ASI dan teknik menyusui yang belum optimal. Tanda vital ibu berada dalam batas normal. Luka operasi tampak kering tetapi ibu masih merasakan nyeri sehingga pergerakannya terbatas. Secara psikologis ibu tampak

cemas dan merasa gagal karena ASI belum keluar dengan maksimal. Ia juga mengaku kurang percaya diri dalam merawat bayinya.

Berdasarkan temuan tersebut ditetapkan tiga diagnosis keperawatan utama, yaitu menyusui tidak efektif, gangguan mobilitas fisik dan risiko harga diri rendah situasional. Intervensi keperawatan pada hari pertama meliputi breast care untuk meningkatkan produksi ASI, melatih pasien duduk sebagai bagian dari mobilisasi awal pasca persalinan, serta mengajarkan pasien untuk banyak bergerak agar pemulihan lebih optimal.

Hasil studi kasus pada Ny. E menunjukkan bahwa ibu postpartum dengan persalinan sectio caesarea mengalami hambatan dalam produksi ASI pada hari-hari awal setelah melahirkan. Pada pengkajian awal, pasien menyatakan bahwa payudara kanannya belum mengeluarkan ASI, tidak tampak pancaran ASI saat bayi menyusui, serta tidak teraba massa ASI ketika dilakukan palpasi. Secara objektif, saat payudara ditekan tidak muncul tetesan susu dan bayi tidak tampak mendapatkan ASI selama menyusui. Pasien juga mengaku belum mengetahui nutrisi yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI, sehingga menimbulkan kekhawatiran tersendiri bagi ibu. Kondisi tersebut dapat terjadi karena beberapa faktor yang memengaruhi proses laktasi, di antaranya kadar hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam produksi dan pengeluaran kolostrum. Selain itu, penggunaan obat-obatan selama tindakan sectio caesarea juga dapat memengaruhi respons tubuh dalam proses inisiasi menyusui dini maupun produksi ASI (Rohmah et al., 2024).

Intervensi yang diberikan mencakup edukasi teknik menyusui serta perawatan payudara (breast care) yang mulai dilakukan pada tanggal 15 Juli 2025. Breast care merupakan intervensi yang terbukti dapat meningkatkan produksi ASI melalui stimulasi puting, peningkatan aliran darah ke jaringan payudara, serta penguatan refleks oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI (Putrianingsih & Haniyah, 2022). Perawatan payudara pada ibu nifas merupakan perawatan yang sebaiknya dilakukan untuk mempersiapkan payudara agar dalam kondisi baik saat menyusui bayinya, meliputi perawatan kebersihan payudara baik sebelum maupun sesudah menyusui. Perawatan puting susu yang lecet dan merawat puting susu agar tetap lemas, tidak keras, dan tidak kering (Rohmah et al., 2024).

Selama implementasi intervensi dalam 2 × 24 jam, pemberian breast care secara teratur menunjukkan dampak yang signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada Ny. E. Pada hari pertama, meskipun ASI belum keluar dengan optimal, ibu sudah mulai merasakan perubahan pada payudara setelah dilakukan pemijatan dan stimulasi puting. Perawatan payudara membantu melancarkan sirkulasi darah, mengurangi kekakuan jaringan, serta menstimulasi refleks oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI.

Memasuki hari kedua, terjadi peningkatan bermakna pada produksi ASI, ditandai dengan mulai keluarnya tetesan ASI dari payudara kiri yang kemudian diikuti oleh munculnya pancaran ASI pada kedua payudara. Perubahan ini menunjukkan bahwa breast care berkontribusi langsung dalam mempercepat proses laktasi dan mengurangi hambatan pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea. Selain itu, keberhasilan ini juga meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui, sehingga ibu menjadi lebih siap dan tidak lagi merasa cemas dalam memberikan ASI kepada bayinya.

Penelitian ini sejalan dengan (Wiesa & Elsera, 2024) yang membuktikan bahwa breast care selama tiga hari pada ibu post sectio caesarea dapat memperlancar pengeluaran ASI. Tindakan tersebut membantu mengurangi bendungan payudara dan meningkatkan pancaran ASI, sehingga proses menyusui menjadi lebih efektif. Hal ini menunjukkan bahwa breast care merupakan intervensi yang tepat untuk mengatasi ketidakefektifan menyusui pada ibu postpartum yang menjalani persalinan operasi.

Evaluasi yang dilakukan menunjukkan kemajuan yang signifikan ditandai dengan keluarnya ASI, menurunnya ketegangan pada payudara, meningkatnya efektivitas perlekatan bayi, serta berkurangnya kecemasan ibu. Hal ini menegaskan bahwa intervensi keperawatan yang dilakukan sudah sesuai dengan rencana, efektif, dan dapat dijadikan rekomendasi untuk praktik keperawatan dalam menangani hambatan laktasi pada ibu post sectio caesarea.

4. KESIMPULAN

Hasil studi kasus pada Ny. E menunjukkan bahwa ibu postpartum dengan persalinan sectio caesarea berisiko mengalami hambatan produksi ASI akibat terganggunya keseimbangan hormon oksitosin dan prolaktin, adanya nyeri pada area luka operasi yang menghambat proses menyusui, serta keterbatasan pengetahuan mengenai teknik menyusui dan perawatan payudara. Melalui penerapan intervensi berupa breast care selama 2×24 jam, terjadi peningkatan yang signifikan pada produksi ASI, ditandai dengan keluarnya tetesan ASI pada hari kedua dan munculnya pancaran ASI pada kedua payudara. Breast care terbukti efektif meningkatkan kelancaran aliran ASI melalui stimulasi puting, peningkatan aliran darah ke jaringan payudara, serta aktivasi refleks oksitosin. Selain meningkatkan kondisi fisik, intervensi ini juga memberikan dampak positif terhadap psikologis ibu, yaitu meningkatnya rasa percaya diri dan berkurangnya kecemasan dalam proses menyusui. Dengan demikian, perawatan payudara (breast care) dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk mengatasi ketidakefektifan menyusui pada ibu postpartum, khususnya pada ibu dengan persalinan sectio caesarea.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Brown, A., & Shenker, N. (2023). Experiences of breastfeeding after caesarean section: A systematic review. *Maternal & Child Nutrition*, 19(1), e13445. <https://doi.org/10.1111/mcn.13445>
- Febriani, A., & Caesarrani, E. (2023). EFEKTIFITAS BREAST CARE TERHADAP PRODUKSI ASI DI KOTA PEKANBARU. *Journal of Midwifery Science*, 7(1), 29–37.
- Kartini, M., & Kusumadewi, B. N. (2023). Efektivitas Massage untuk Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 163–177.
- Kurniawaty, K., Solama, W., Delina, S., & Sari, I. P. (2023). Penerapan edukasi breast care pada ibu post sectio caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 14(1), 45–52.
- Kasmawati, Ramadhan, N., & Fazlaini, R. (2025). EFEKTIFITAS BREAST CARE DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST SC DI RUANG KEBIDANAN RUMAH SAKIT IBU DAN ANAK. *Journal Getsempena Health Science*, 4(1), 24–32.
- Li, Y., Zhang, X., & Wang, L. (2024). Effect of structured breast care management on lactation outcomes after cesarean delivery. *International Journal of Nursing Sciences*, 11(2), 215–221. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2024.03.005>
- Putrianingsih, W., & Haniyah, S. (2022). PENERAPAN BREAST CARE PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DI RUANG FLAMBOYAN RSUD PROF. Dr. MARGONO SOEKARJO. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(2), 4983–4988.
- Putry, D. A., & Hermawati. (2024). PENERAPAN BREAST CARE UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DI RSUD KARTINI KARANGANYAR. *Indonesian Journal of Public Health*, 2(2), 259–264.

- Retnowati, M., Inggrit, & Indria, G. A. (2024). Efektifitas kombinasi effleurage dan breast care terhadap asi pada ibu nifas. *Wijayakusuma National Conference (WiNCo)*, November, 154–162.
- Rohanifah, L. W. R., Romadhon, L. W., & Andhini, C. S. D. (2025). The effectiveness of breast care on increasing breast milk production in post sectio caesarea mothers: A case study. *Indogenius Journal*, 4(2), 165–172.
- Rohmah, D. N., Sulastri, & Syamsiah, T. A. (2024). EFEKTIVITAS BREAST CARE TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DENGAN FETAL HYPOXIA DI RUANG NIFAS RS PKU MUHAMMADIYAH. *Malahayati Health Student Journal*, 4, 1062–1069.
- Wiesa, P. K. C., & Elsera, C. (2024). PENERAPAN BREAST CARE UNTUK MENGATASI POSTPARTUM DI RUANG MELATI I RS SOERADJI Universitas Muhammadiyah Klaten. *COHESIN*, 3(1), 54–60.