

**PERSIAPAN MENYUSUI MENURUNKAN KEJADIAN PUTTING  
SUSU LECET PADA IBU NIFAS DI PUSKESMAS GANDUSARI  
KECAMATAN GANDUSARI KABUPATEN BLITAR**  
*(The Preparation of Breastfeeding Lowers the Incidence of Nipple Blisters  
of Postpartum Mother in Sub-district Health Centers Gandusari  
Kec. Gandusari Kab. Blitar)*

**Maria Ulfa, Irma Noviana Tisnawati**  
STIKes Patria Husada Blitar  
email:ulfamaria845@gmail.com

**Abstract:** Breastmilk has advantages and privileges as a source of nutrients compared to other nutrient sources. However, the breastfeeding process often fail. The main cause of the failure is a problem in the breast. One of them are blisters on the nipples. Nipple blisters dominantly caused by breast feeding preparation especially on breast feeding techniques and breast care. The purpose of this study was to determine how is the preparation of breastfeeding lowers the incidence of nipple blisters of postpartum mother in Sub-district Health Centers Gandusari Kec. Gandusari Kab. Blitar. Methods: with posttest only control group design. The population in this study was 50 postpartum mother in Health Centers. The sample was 16 respondents by using purposive sampling. The independent variable was the preparation of breastfeeding, the dependent variable was the sore nipple blisters. The instrument used SOP. Result: the statistical Fisher Exact Probability Test showed  $p=0,003$  ( $\alpha=0,05$ ). It could be concluded that the preparation of breastfeeding could reduce the incidence of nipple blisters postpartum mother in Sub-district Health Centers Gandusari. By this research, it was expected the respondents to actively ask, observing carefully about breastfeeding preparation especially breastfeeding techniques and treatments given. So, breastfeeding in infants could be succeed. As for the profession of midwifery results of this study could be used as the input in motivating postpartum mother, so that it could perform the appropriate techniques of breastfeeding and breast care to avoid nipple blisters.

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

**Abstrak:** ASI memiliki keunggulan dan keistimewaan sebagai sumber nutrisi dibandingkan sumber nutrisi lainnya. Namun, dalam pemberian ASI sering kali mengalami kegagalan. Penyebab utama kegagalan pemberian ASI adalah adanya masalah pada payudara. Salah satunya putting susu lecet. Penyebab putting lecet yang sangat dominan dengan persiapan menyusui terutama pada teknik menyusui dan perawatan payudara. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah persiapan menyusui menurunkan kejadian putting susu lecet pada ibu nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar. Penelitian ini menggunakan desain pre eksperimental dengan *posttest only control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah 50 ibu nifas di Puskesmas Gandusari dengan menggunakan *Purposive sampling*, sehingga responden yang ada sebanyak 16 responden. Variabel independent yaitu persiapan menyusui. Variabel dependent yaitu putting susu lecet. Instrumen yang digunakan adalah SOP. Hasil dari uji statistik *Fisher Exact Probability Test* menunjukkan  $p = 0,003$  ( $\alpha = 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa persiapan menyusui dapat menurunkan kejadian putting susu lecet pada ibu nifas di Puskesmas Gandusari. Dengan adanya hasil penelitian ini, diharapkan responden lebih aktif bertanya, mengamati dengan seksama tentang persiapan menyusui terutama teknik menyusui serta perawatan payudara yang diberikan, sehingga bisa mengubah persepsi yang sebelumnya salah menjadi benar, sehingga pemberian ASI pada bayi dapat berjalan dengan lancar. Sedangkan untuk profesi kebidanan hasil penelitian ini dapat

dijadikan sebagai masukan dalam memotivasi ibu nifas, sehingga dapat melakukan teknik menyusui dan perawatan payudara yang benar agar tidak terjadi puting susu lecet.

**Kata Kunci:** persiapan menyusui, puting susu lecet

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 puting susu lecet. Puting susu lecet adalah keadaan puting susu yang luka sehingga menimbulkan rasa nyeri dan bahkan puting susu lecet akan mengeluarkan darah (Meilita, 2014:1).

Penyebab puting 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 cakupan 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 puting 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 puting susu lecet serta 11% ibu yang masih membuang kolostrumnya.

Dengan adanya masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Persiapan Menyusui Menurunkan Kejadian Puting Susu Lecet Pada Ibu Nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar”

Tujuan umum penelitian adalah Untuk mengetahui persiapan menyusui dapat menurunkan kejadian puting susu lecet pada ibu nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar. Tujuan khusus (1) Mengidentifikasi kejadian puting susu lecet pada ibu nifas yang termasuk kelompok perlakuan di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar (2) Mengidentifikasi kejadian puting susu lecet pada ibu nifas yang termasuk kelompok kontrol di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar (3) Menganalisis persiapan menyusui menurunkan kejadian puting susu lecet pada ibu nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar.

Manfaat bagi responden diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dan mengubah perilaku untuk menyusui dengan posisi yang benar dan melakukan perawatan payudara sehingga dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

## BAHAN DAN METODE

Dalam penelitian ini menggunakan desain “*Pre-Experimental*”. Desain penelitiannya adalah *pre eksperimental*. Subyek penelitian ini sebanyak 16 ibu nifas dengan 8 responden sebagai kelompok

perlakuan dan 8 responden 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 tergantungnya adalah putting susu lecet pada ibu nifas, analisa data menggunakan uji *Fisher Exact Probability Test* dengan tingkat ke-maknaan 0,05.

## HASIL PENELITIAN

**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 |

**Tabel 2. Identifikasi kejadian putting susu lecet pada kelompok perlakuan**

| Ktgr        | Hari 1 |     | Hari 2 |     | Hari 3 |     | Rata-rata |     |
|-------------|--------|-----|--------|-----|--------|-----|-----------|-----|
|             | f      | %   | f      | %   | f      | %   | f         | %   |
| Lecet       | 0      | 0   | 0      | 0   | 0      | 0   | 0         | 0   |
| Tidak lecet | 8      | 100 | 8      | 100 | 8      | 100 | 0         | 100 |

**Tabel 3. Identifikasi kejadian putting susu lecet pada kelompok kontrol**

| Ktgr        | Hari 1 |     | Hari 2 |    | Hari 3 |    | Rata-rata |    |
|-------------|--------|-----|--------|----|--------|----|-----------|----|
|             | f      | %   | f      | %  | f      | %  | f         | %  |
| Lecet       | 0      | 0   | 0      | 0  | 0      | 0  | 0         | 0  |
| 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***

| No | Kategori    | Kelompok perlakuan | Kelompok perlakuan |
|----|-------------|--------------------|--------------------|
| 1. | Tidak lecet | 8                  | 2                  |
| 2. | lecet       | 0                  | 6                  |
|    |             | $\rho = 0,003$     | $\alpha = 0,05$    |

## PEMBAHASAN

### 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 control 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 di mana 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 putting susu. Teknik salah, yaitu apabila bayi menghisap pada putting saja, karena bayi hanya dapat menghisap susu sedikit dan pihak ibu akan timbul lecet-lecet pada putting 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. Olehkarenaitu, 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).

### 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 di mana 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 di bawah 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).

### 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 mulai masa 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  $\rho = 0,003$ . 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 Kristiyansari (2011:54) yang menyatakan bahwa sebagian besar areola mamme harus sedapat mungkin masuk ke mulut bayi, sehingga puting susu berada di bawah 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 di dalam 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

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) 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 (2) 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 (3) Persiapan menyusui dapat menurunkan kejadian puting susu lecet.

### Saran

Bagi responden 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.

## DAFTAR RUJUKAN

- Astutik, Reni Yuli. 2014. *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Atikah dan Ani. 2010. *Kapita Selekta ASI dan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Uliana, Mellyna. 2010. *Perawatan Ibu Pasca Melahirkan*. Jakarta: Puspaswara.
- Khasanah, Nur. 2011. *ASI atau Susu Formula Ya?* Flash Books, Yogyakarta.
- Kristiyanasari, Weni. 2011. *ASI, Menyusui dan Sadari*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Maritalia, Dewi. 2014. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Natia, Rizki. 2013. *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Saleha, Sitti. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Wijaya, Desy. 2011. *Tuntutan Lengkap Cara Merawat Kesehatan, Kecantikan, dan Keindahan Payudara*. Yogyakarta: Laksana.