

Asuhan Kebidanan *Breastcare* Dengan Teknik Marmet Untuk Memperlancar Dan Mencegah Bendungan ASI Pada Masa Nifas Dengan Melibatkan Suami.

Breastcare Midwifery Care with Marmet Technique to Facilitate and Prevent Breast Milk Blockage During Postpartum Period by Involving Husband

Regina*, Asmawati Gasma, Andi Syintha Ida, Syaniah Umar

Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Jurusan Kebidanan

*Korespondensi E-mail: asmawati_gasma@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT

Introduction. Breastfeeding is one of the unmatched methods in providing perfect nutrition to support the growth and development of healthy babies. However, the breastfeeding process does not always run smoothly. Many mothers complain of breast swelling due to breast milk accumulation, which is caused by the smoothness of breast milk release that is disrupted or ineffective baby sucking. Therefore, mothers are advised to do breast care to prevent problems such as breast milk dams. One way to overcome this problem is with breast care for mothers. Breast care is very important to maintain the cleanliness and health of the breasts, so that breast milk production can run smoothly. and prepare the breasts to be ready to breastfeed the baby. The research method used is a case study study through the application of midwifery care management. The subjects of the study were postpartum mothers from the first day to the third day who had received breast care with either smooth or ineffective breast milk according to the inclusion criteria of 3 subjects. The results of midwifery care with breast care, there were no weaknesses because the mother was quite cooperative and the family was open to the author if they wanted to get information. Conclusion: Breast care using the Marmet Technique has proven that 100% of subjects can adapt to heartburn and breast milk flow smoothly.

Keywords: Breastcare, Involving Husband, Marmet Technique, Postpartum Period

ABSTRAK

Pendahuluan. Menyusui salah satu metode yang tak tertandingi dalam memberikan nutrisi yang sempurna untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. Namun, proses menyusui tidak selalu berjalan lancar. Banyak ibu yang mengeluhkan terjadinya pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI, yang disebabkan oleh kelancaran pengeluaran ASI yang terganggu atau pengisapan bayi yang tidak efektif. Oleh karena itu, ibu disarankan untuk melakukan perawatan payudara guna mencegah masalah seperti bendungan ASI. Salah satu cara untuk mengatasi masalah tersebut yaitu dengan perawatan payudara (*breastcare*) pada ibu. Perawatan payudara sangat penting untuk menjaga kebersihan dan kesehatan payudara, sehingga produksi ASI dapat berjalan lancar. dan mempersiapkan payudara agar siap menyusui bayi. Metode penelitian yang digunakan studi penelahan kasus (*Case Study*) melalui penerapan manajemen Asuhan kebidanan. Subyek penelitian adalah ibu pasca persalinan inpartu hari pertama hingga hari ketiga yang telah mendapatkan perawatan payudara baik dengan keadaan ASI lancar maupun tidak lancar sesuai kriteria inklusi sejumlah 3 subyek. Hasil asuhan kebidanan dengan perawatan payudara (*Breastcare*), tidak terdapat kelemahan karena ibu cukup kooperatif dan keluarga bersikap terbuka terhadap penulis apabila ingin mendapatkan informasi. Kesimpulan perawatan payudara (*Breastcare*) dengan Teknik Marmet terbukti 100% subyek dapat beradaptasi dengan rasa mulas dan ASI lancar.

Kata kunci : *Breastcare*, Teknik Marmet, Masa Nifas, Melibatkan Suami

PENDAHULUAN

Menyusui salah satu metode yang tak tertandingi dalam memberikan nutrisi yang sempurna untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. Namun, proses menyusui tidak selalu berjalan lancar. Banyak ibu yang mengeluhkan terjadinya pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI, yang disebabkan oleh kelancaran pengeluaran ASI yang terganggu atau pengisapan bayi yang tidak efektif. Oleh karena itu, ibu disarankan untuk melakukan perawatan payudara guna mencegah masalah seperti bendungan ASI.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 kejadian bendungan ASI di dunia dengan menggambarkan presentase ibu menyusui yang mengalami masalah bendungan ASI sebanyak 66,87% dari 10.674 ibu nifas serta pada tahun 2020 sebanyak 66,34% dari 9.682 ibu nifas.

Presentase kasus bendungan ASI pada ibu nifas Menurut data *Association of Southeast Asian Nations* (ASEAN) pada tahun 2019 di berbagai negara termasuk negara Indonesia tercatat ada sebanyak 107.654 ibu nifas dan pada tahun 2020 ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 66,87% dan pada tahun 2021 sebanyak 71,1% dengan angka tertinggi terjadi di negara Indonesia yaitu sebanyak 37,12% (WHO, 2020).

Berdasarkan data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI kejadian bendungan ASI di Indonesia pada tahun 2020 terbanyak ada pada ibu bekerja yaitu sebanyak 16% dari ibu menyusui (Kemenkes, 2020). Menurut profil Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan pada tahun 2015 tercatat 1078 ibu menyusui dan sekitar 541 ibu yang mengalami bendungan ASI.

Di Puskesmas Bara-Baraya Makassar pada tahun 2021 terdapat 168 ibu nifas, dari data jumlah ibu nifas terdapat 18 (7,1%) ibu yang mengalami bendungan ASI dan dari Puskesmas Mangasa ibu yang mengalami bendungan ASI sebesar 65,3%.

Bendungan ASI ini terjadi karena beberapa faktor diantaranya yaitu payudara bengkak. Salah satu cara untuk mengatasi masalah tersebut yaitu dengan perawatan payudara (*breastcare*) pada ibu. Perawatan payudara sangat penting untuk menjaga

kebersihan dan kesehatan payudara, sehingga produksi ASI dapat berjalan lancar. dan mempersiapkan payudara agar siap menyusui bayi (Windyani et al. 2024).

Saat ibu siap memberikan ASI ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI agar nutrisi bayi tercukupi salah satunya yaitu dengan cara seperti Teknik pijat Marmet (Susanti, Ramadhan, and Wulandari 2024). penelitian menunjukkan bahwa efektifitas Teknik marmet berpengaruh besar terhadap kelancaran produksi ASI (Firdausi, 2020).

Dari hasil studi kasus yang telah dilakukan oleh penelitian (Saputri et al, 2019) menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum pijat Teknik Marmet adalah sebesar 0,00 dengan jumlah rata-rata 0,00. Sedangkan rata-rata produksi ASI sesudah pijat Teknik Marmet adalah sebesar 5,00 dengan jumlah 45,00 sehingga dapat dilihat ada peningkatan dengan nilai Z adalah pengaruh 2,673 dan nilai *p-value* adalah 0,008 ($p \leq 0,05$). Pengaruh lain yang signifikan untuk kelancaran ASI yaitu dukungan keluarga (Susanti et al. 2024).

Dukungan keluarga terutama peran suami sangat mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI ibu yaitu dengan dukungan emosional, membantu proses perawatan payudara, dan selalu support ibu dalam keadaan apapun.

METODE

Penulisan ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan menggunakan studi penelahan kasus (*Case Study*) melalui penerapan manajemen asuhan kebidanan dan dilakukan pada tanggal 10 Februari-18 April 2025 di TPMB “D” Kota Makassar. Subyek dalam studi kasus ini adalah ibu nifas. Jumlah subyek 3 kasus. Kriteria eksklusi dalam studi ini yaitu ibu nifas dengan pasca persalinan in partu hari pertama hingga hari ketiga yang telah mendapatkan perawatan payudara baik dengan keadaan ASI lancar maupun tidak lancar. Instrument yang digunakan dalam pengumpulan data dilakukan melalui lembar observasi, studi dokumentasi dalam bentuk format asuhan kebidanan pada ibu nifas dan rekam medik. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur, pemeriksaan fisik, intervensi, observasi dan studi dokumentasi.

HASIL

Pengkajian perawatan payudara (*Breastcare*) pada Ny. R pasca persalinan in partu hari pertama hingga hari ketiga yang telah mendapatkan perawatan payudara baik dengan keadaan ASI lancar maupun tidak lancar dilakukan melalui 5 standar asuhan kebidanan, sebagai berikut :

Standar I : Pengkajian

Seorang Perempuan bernama Ny. “R” datang ke TPMB Dewi Suryani pada tanggal 10 februari 2025, pukul 18.54 Wita dan melahirkan pada hari selasa tanggal 11 februari 2025 pukul 03.02 Wita melahirkan anak kedua dengan persalinan normal dengan bayi berjenis kelamin perempuan.

Hasil pemeriksaan fisik keadaan umum ibu baik dan kesadaran *composmentis*. Ibu merasakan mulas, bayi sudah dilakukan IMD tapi belum menyusui karena ASI belum lancar. Tinggi badan 155 cm, Berat badan 60 kg, LILA 28 cm. Tanda-tanda vital dalam batas normal, yaitu tekanan darah 100/80 mmHg, Nadi 82 x/menit, suhu 36,8°C, pernapasan 20 x/menit, putting payudara menonjol, areola mammae warna coklat tidak ada nyeri tekan ketika dilakukan palpasi, kontaksi uterus baik, TFU 2 jari dibawah pusat.

Payudara; Putting susu menonjol, areola mammae warna coklat, tidak terasa nyeri ketika dilakukan palpasi dan tidak ada benjolan serta terdapat pengeluaran colostrum. Abdomen; Tidak ada bekas operasi, TFU 2 jari bawah pusat, kandung kemih kosong, kontraksi uterus teraba bulat dan keras. Genitalia dan anus; Tampak ibu memakai popok dan terdapat pengeluaran darah pervaginam, lochea rubra, tidak ada luka jahitan. Ekstremitas; Tidak ada oedema, tidak ada varises dan reflex patella +/+.

Standar II : Perumusan Diagnosa/ Masalah Kebidanan

Nifas hari pertama, keadaan umum lemah dengan keluhan mulas (His pengiring) dan ASI belum lancar.

Standar III : Perencanaan

Berdasarkan data yang diperoleh dan diagnosa yang telah ditegakkan, maka dapat dilakukan perencanaan asuhan kebidana, yaitu sampaikan hasil pemeriksaan, ingatkan ibu untuk menyusui anaknya *on demand*, berikan edukasi kepada ibu terkait *Breastcare* (perawatan payudara) untuk membantu melancarkan pengeluaran ASI, jelaskan cara menyusui yang baik dan benar agar putting susu ibu tidak lecet saat menyusui, berikan bantuan kepada ibu dan keluarga mengatasi keluhan yang dirasakan yaitu dengan membantu ibu mengatasi keluhan rasa mulas yang dialami, jelaskan kepada suami untuk memperhatikan kebutuhan baik emosional dan psikologis serta dukungan bagi ibu selama menyusui, beritahu ibu untuk mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan yang bergizi, beritahu ibu untuk menjaga *personal hygiene*, beritahu ibu konsumsi obat dan vitamin yang telah diberikan (Mefanamic acid 3x1, Amoxicilin 3x1, Vit Vitonal pada ibu yang mengalami kekurangan zat besi 2x1, Vitonal ASI 2x1), lakukan pendokumentasian.

Standar IV : Implementasi

Implementasi dilakukan berdasarkan rencana asuhan yang telah disusun, yaitu menyampaikan hasil pemeriksaan kepada ibu dan keluarga bahwa keadaan ibu dan janin baik, ditandai dengan hasil pemeriksaan tanda-tanda vital ibu dalam batas normal, yaitu tekanan darah 100/80 mmHg, Nadi 84 x/menit,, suhu 36,7°C, Pernafasan 21 x/menit.

Standar V : Evaluasi

Setelah dilakukan intervensi selama tiga hari, ibu tampak lebih nyaman dengan dilakukan perawatan payudara, ASI mulai lancar, bayi mengisap dengan baik, ibu mengetahui cara melakukan perawatan payudara yang tepat. Payudara dalam kondisi bersih dan tidak terjadi bendungan ASI, tidak ada tanda-tanda infeksi. Suami aktif mendampingi dan membantu ibu dalam menyiapkan alat dan bahan perawatan payudara. Ibu menyatakan puas dan memahami pentingnya keterlibatan suami dalam masa nifas.

Berikut pengkajian perawatan payudara (*Breastcare*) dengan teknik Marmet pada 3 orang ibu yang berbeda :

Tabel 1. Hasil Perawatan payudara (*Breastcare*) dengan teknik Marmet pada Ny. R, Ny. N dan Ny. S

Nama Ibu	Keluhan	Hasil Pemeriksaan Payudara	Evaluasi Awal	Evaluasi Akhir
Ny. R	ASI belum lancar	Putting menonjol, colostrum keluar, tidak ada nyeri tekan	Teknik Marmet	Ibu bersedia menyusui on demand kondisi membaik
Ny. N	ASI belum lancar	Putting susu menonjol, coplostrum keluar sedikit, tidak ada nyeri tekanan	Teknik Marmet	ASI mulai mengalir lancar setelah dilakukan Teknik Marmet
Ny. S	ASI belum lancar	Colostrum keluar, tidak ada nyeri tekan, putting susu menonjol	Teknik Marmet	ASI keluar lancar, ibu bersedia menyusui secara on demand

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan pelibatan keluarga, khususnya suami, sangat berpengaruh terhadap proses perawatan payudara (*Breastcare*) dengan teknik marmet pada ibu nifas.

Pada Ny. "R" dapat beradaptasi dengan rasa mulas dan ASI lancar. Hal ini diketahui dengan kunjungan yang dilakukan pada hari kedua dan ketiga tanggal 12-13 Februari 2025, ibu mengatakan rasa mulasnya berkurang dan ASI lancar sejak tadi malam setelah dilakukan *Breastcare* / perawatan payudara dan keluarga senantiasa membantu ibu dalam menyiapkan alat dan bahan untuk pelaksanaan perawatan payudara.

Ny. "N" dapat beradaptasi dengan rasa mulas dan ASI lancar. Hal ini diketahui dengan kunjungan yang dilakukan pada hari kedua dan ketiga tanggal 23-24 februari 2025, ibu mengatakan rasa mulasnya berkurang dan ASI lancar sejak tadi malam setelah dilakukan *Breastcare* / perawatan payudara dan keluarga senantiasa membantu ibu dalam menyiapkan alat dan bahan untuk pelaksanaan perawatan payudara.

Ny. "S" dapat beradaptasi dengan nyeri payudara. Hal ini diketahui dengan kunjungan yang dilakukan pada hari kedua dan ketiga tanggal 5-6 Maret 2025, ibu mengatakan sudah tidak ada nyeri pada payudara dan ASI sudah mulai lancar.

Berdasarkan ketiga kasus di atas, dapat ditarik Kesimpulan bahwa dalam asuhan *breastcare* / perawatan payudara yang dilakukan tidak terdapat kelemahan karena, ibu cukup kooperatif dan keluarga bersikap terbuka terhadap penulis apabila ingin mendapatkan informasi.

KESIMPULAN

Asuhan Kebidanan dengan menggunakan standar asuhan Kemenkes, maka disimpulkan bahwa; *Breastcare* dengan Teknik Marmet mampu Memperlancar dan Mencegah Bendungan ASI Pada Masa Nifas dengan Melibatkan Suami.

SARAN

Penulis berharap agar kedepannya dapat dilakukan penelitian secara kualitatif untuk menggali lebih dalam mengenai perawatan payudara (*Breastcare*) dengan teknik Marmet yang melibatkan keluarga khususnya pada ibu yang tidak mendapatkan dukungan suami dengan yang mendapatkan dukungan suami yang berpengaruh kepada proses perawatan ibu.

DAFTAR PUSTAKA

1. Asmawati G., dan Hasnah M. Noor, 2014. *Metode Penelitian dan Biostatistik Dasar*, Edisi 45. Makassar.
2. Desriati Sinaga, Risda Mariana Manik. 2022. "The Effect of Breast Care on Decreasing the Scale of Breast Milk Swelling in Postpartum Mothers at Pera Clinic, Medan City." *Science Midwifery* 10(2):688–90.
3. Elly Dwi Wahyuni. (2018). *Asuhan Kebidanan nifas dan menyusui* : Jakarta Selatan.
4. Firdausi, and Novandina Izzatillah (2020). "Efektivitas Teknik Marmet Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi"
5. Hang, Stikes, and Tuah Tanjungpinang. 2021. "Teknik Marmet terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum." 11(2):78-85.
6. Hj.Sitti Mukarramah, Hj.Suriani B, Syaniah Umar, Zulaeha A.Amdadi, 2020. *Konsep Kebidanan "Continum of Care dengan Pendekatan Pemberdayaan Perempuan Berperspektif Gender"*, Edisi cetakan pertama. Makassar.
7. Kemenkes RI. 2020. "Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak: Bagian Ibu." *Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak: Bagian Ibu* 1–34.
8. Kementrian Kesehatan RI. (2024). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
9. Mukarramah, Sitti. 2021. "Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Puskesmas Kassi-Kassi, Makassar." *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar* 12(1):11. doi: 10.32382/jmk.v12i1.2143.
10. Pratiwi, D. N., Sari, M. P., & Rahmawati, I. (2022). Peran Suami dalam Mendukung Menyusui pada Masa Nifas. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 11(2), 85–93. <https://doi.org/xxxx>.
11. Queen Westi Isnaini, dan Rosmita Nuzuliana. 2023. "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal." *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta* 1:308–16.
12. Sarwono Prawirohardjo S. (2020). *ilmu kebidanan*. PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
13. Sukma, Febi, Eli Hidayati, and Siti Nurhasyiah Jamil. 2017. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Jl. KH Ahmad Dahlan Cirendeu Ciputat 15419*.
14. Susanti, Eka Pudji, Fenni Valianda Amelia Ramadhan, and Ratna Wulandari. 2024. "Pengaruh Teknik Marmet terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Post Partum di RS Sentra Medika Cisalak Depok Tahun 2024." *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 4:9053–61.
15. Susanto and AndinaVita (2021). "Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui". Majene: Deepublish
16. Wahyuni, E. D. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Deepublish.
17. Windyani, Amwinda, Dewi Erna Marisa, Abdul Roup and Putri Shintia Devi. 2024. "Articleinfo." 2(2): 79-84.
18. Wulandari, S., & Putri, R. M. (2020). Pengaruh Dukungan Suami terhadap Kelancaran Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 9(3), 110–118. <https://doi.org/xxxx>.
19. Yuliani, R. (2019). Perawatan Payudara dan Peran Keluarga dalam Keberhasilan Menyusui. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 33–40. <https://doi.org/xxxx>.