

PEMBERIAN BREASTCARE (PERAWATAN PAYUDARA) UNTUK MELANCARKAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS

Kristina Yuliyanti

Kristinayuliyanti16@gmail.com

Program Studi Diploma III Kebidanan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Enny Yuliaswati, SSiT. M. Keb¹ Suparmi, SST., M.Keb²

RINGKASAN

Pendahuluan; Masa nifas merupakan masa yang penting bagi ibu dan bayi setelah melahirkan. Menurut Profil Kesehatan di Provinsi Jawa Tengah tahun 2017 capaian ASI eksklusif sebesar 54,4%, sedikit meningkat jika dibandingkan capaian ASI eksklusif tahun 2016. Penyebab terjadinya ASI keluar tidak lancar yaitu kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin. Perawatan payudara dilakukan dengan merangsang buah dada akan mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon progesteron dan estrogen lebih banyak lagi dan hormon oksitosin dengan merangsang kelenjar-kelenjar air susu melalui pemijatan.

Tujuan; untuk mempublikasikan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti terdahulu yaitu Pemberian (*Breastcare*) Perawatan Payudara untuk Melancarkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas. **Metode;** Metode yang digunakan adalah dengan membuat luaran berupa buku saku untuk dipublikasikan dan menarik minat baca masyarakat. **Hasil;** Perawatan payudara pada ibu nifas hari ke 1-2 dilakukan sehari 2 kali sebelum mandi dan dievaluasi setelah dilakukan perawatan payudara terjadi peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. **Kesimpulan;** Perawatan payudara yang dilakukan pada ibu nifas terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI Pada ibu Nifas.

Kata kunci: *Nifas, ASI, Perawatan Payudara*