

**PENERAPAN PERAWATAN PAYUDARA UNTUK
KELANCARAN ASI PADA IBU POST PARTUM
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
AMPEL BOYOLALI**

Oky Intan Ayu Nuraini
oky.intan16@gmail.com
STIKES 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Perawatan payudara adalah suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu keluar dengan lancar. Gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan refleks pengeluaran ASI. Selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI. **Tujuan** : Untuk mengetahui penerapan perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Ampel, Kabupaten Boyolali. **Metode Penelitian** : Menggunakan metode observasional dengan instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner kelancaran ASI sebanyak 10 butir pertanyaan. Responden yang diambil dalam penelitian ini adalah 2 ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Ampel, Kabupaten Boyolali. **Hasil** : Setelah dilakukan perawatan payudara selama 2 hari berturut-turut dengan durasi waktu 30 menit, ASI pada kedua responden menjadi lancar. **Kesimpulan** : Perawatan payudara terbukti dapat membantu melancarkan ASI pada ibu post partum, semakin ibu melakukan perawatan payudara dengan baik maka ASI akan semakin lancar.

Kata Kunci : *Perawatan Payudara, ASI, Ibu Post Partum*