

**PENERAPAN TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA (BREAST CARE)  
TERHADAP PRODUKSI ASI DI RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO  
SRAGEN**

Riska Utami<sup>1</sup>, Anjar Nurrohmah<sup>2</sup>

[riskautm.students@aiska-university.ac.id](mailto:riskautm.students@aiska-university.ac.id)

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang** Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu zat yang diproduksi oleh tubuh secara alami oleh kelenjar payudara. ASI merupakan emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan garam-garam organik, sel darah putih yang disekresikan oleh kelenjar payudara sehingga ASI makanan yang sempurna untuk tumbuh kembang dan kekebalan tubuh bayi. Produksi ASI yang sedikit atau tidak lancar dapat mengganggu dalam pemberian ASI eksklusif sehingga dibutuhkan upaya untuk meningkatkan produksi ASI dengan melakukan perawatan teknik nonfarmakologi salah satunya yaitu perawatan payudara (Breast care). Perawatan payudara (*Breast Care*) adalah tindakan dalam memelihara kesehatan dan kebersihan payudara ibu, melenturkan dan menguatkan puting guna merangsang tubuh untuk mengeluarkan hormon laktogen dan prolaktin, melancarkan sirkulasi darah, mencegah adanya sumbatan pengeluaran air susu sehingga produksi ASI meningkat. **Tujuan :** mengetahui hasil implementasi pemberian teknik *Breast Care* terhadap produksi ASI ibu nifas di Ruang Cempaka RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. **Metode :** Penelitian ini adalah penelitian studi kasus yang dilakukan pada 2 orang responden ibu nifas dengan melakukan breast care selama 2 hari dengan frekuensi sebanyak 2 kali sehari selama 30 menit. **Hasil :** Dari hasil observasi pada kedua responden terdapat perkembangan hasil produksi ASI dari sebelum dan setelah dilakukan breast care dari hari pertama dan kedua mengalami peningkatan yang signifikan. **Kesimpulan :** Adanya peningkatan produksi ASI dan sebelum dan setelah dilakukan breast care dari belum lancar menjadi lancar.

**Kata kunci:** Breast care, ibu nifas, produksi ASI