

EFEKTIFITAS PERAWATAN PAYUDARA DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KECUKUPAN PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS DI PMB TANGERANG SELATAN TAHUN 2022

Nur Dwi Yulianti¹

¹Sarjana Terapan Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju, Indonesia

Info Artikel	Abstrak
<p>Genesis Naskah: Submissions: 22-04-2022 Revised: 18-05-2022 Accepted: 25-05-2022</p>	<p>Pendahuluan : Investasi terbaik bagi kelangsungan hidup untuk menekan angka kematian bayi adalah dengan memberikan makanan terbaik, yaitu air susu ibu (ASI). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Masalah menyusui seperti puting susu lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat, mastitis dan abses payudara pada umumnya terjadi dalam dua minggu pertama masa nifas. Pada masa ini, pengawasan dan perhatian petugas kesehatan sangat diperlukan agar masalah menyusui dapat segera diatasi, sehingga tidak menjadi penyulit atau menyebabkan kegagalan menyusui. Pijat stimulasi oksitosin untuk ibu menyusui juga berfungsi untuk merangsang hormon oksitosin agar dapat memperlancar ASI dan meningkatkan kenyamanan ibu. Tujuan : Penelitian untuk mengetahui efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kecukupan pengeluaran ASI pada ibu nifas. Metode : Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimental dengan memakai rancangan <i>two group - post test design only</i>, menggunakan <i>non probability sampling</i> yaitu teknik pengambilan sampel dimana setiap unsur yang terdapat dalam populasi tidak memiliki kesempatan atau peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Pengambilan sampel penelitian menggunakan <i>purposive sampling</i> jumlah 36 sampel responden yang memenuhi kriteria inklusi penelitian. Data yang diperoleh kemudian akan dianalisis dengan uji analitik menggunakan bantuan komputer program SPSS. Hasil : Hasil uji statistic statistik Chi-square diperoleh nilai <i>p value</i> yaitu $0,007 < \alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa perawatan payudara dan pijat oksitosin efektif terhadap kecukupan pengeluaran ASI pada ibu nifas di PMB Tangerang Selatan Tahun 2022. Kesimpulan : Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kecukupan pengeluaran ASI pada ibu nifas. Saran : Tenaga kesehatan dapat mengimplementasikan sekaligus memotivasi ibu dan keluarga dalam pemberian ASI eksklusif.</p>
<p>Kata Kunci: ASI Eksklusif, Perawatan Payudara, Pijat Oksitosin</p>	

THE EFFECTIVENESS OF BREAST CARE AND OXYTOCIN MASSAGE ON ADEQUATE BREAST MILK PRODUCTION AMONG POSTPARTUM MOTHERS AT PRIVATE MIDWIFERY PRACTICE SOUTH TANGERANG IN 2022

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Breast Care, Oxytocin Massage	Abstract
	<p>Introduction: The best investment for survival to reduce infant mortality is to provide the best food, namely breast milk (ASI). Breast milk contains colostrum which is rich in antibodies because it contains protein for the immune system so that exclusive breastfeeding can reduce the risk of death in infants. Breastfeeding problems such as sore nipples, swollen breasts, blocked milk ducts, mastitis and breast abscess generally occur in the first two weeks of the puerperium. At this time, supervision and attention of health workers is needed so that breastfeeding problems can be addressed immediately, so that they do not complicate or cause breastfeeding failure. Oxytocin stimulating massage for nursing mothers also serves to stimulate the oxytocin hormone in order to facilitate breastfeeding and increase maternal comfort. The purpose This study was conducted to determine the effectiveness of breast care and oxytocin massage on the adequacy of breastfeeding in postpartum mothers. Methods: This</p>

research is a quasi-experimental study using a two group design - post test design only, using non-probability sampling, namely a sampling technique where each element in the population does not have the same opportunity or opportunity to be selected as a sample. The research sample was taken using purposive sampling with a total of 36 respondents who met the research inclusion criteria. The data obtained will then be analyzed by analytical testing using the SPSS computer program. **Methods:** This study is a quasi-experimental study using a two group design - post test design only, using non-probability sampling, namely a sampling technique where each element in the population does not have the same opportunity or opportunity to be selected as a sample. The research sample was taken using purposive sampling with a total of 36 respondents who met the research inclusion criteria. The data obtained will then be analyzed by analytical testing using the SPSS computer program. **Conclusion:** The impact of breast care and oxytocin massage on the adequacy of breastfeeding in postpartum moms was found in all three factors in this research. **Suggestion:** Health providers may encourage moms and families to breastfeed exclusively, and they can do it while still in the hospital or at home for postpartum maternal patients.

Korespondensi Penulis:

Nur Dwi Yulianti

Jl. Porenta I RT 016 / RW 003, Pondok Betung – Pondok Aren, Tangerang Selatan

Email: nurdwiys@gmail.com

Pendahuluan

Memberikan ASI secara langsung merupakan salah satu cara paling mendukung untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat, serta pertumbuhan sosial dan ekonomi. Menurut data hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia mencapai 359 per 100.000 dan angka kematian bayi mencapai 32 per 1000 kelahiran hidup (SDKI, 2019).

Di Provinsi Banten, jumlah kematian bayi baru lahir pada tahun 2019 adalah 1.154 per 1.000 kelahiran hidup, naik dari 822 per 1.000 kelahiran hidup pada tahun 2018. Di Kota Tangerang Selatan, angka kematian bayi baru lahir telah mencapai 0,6 per 1.000 KH. Kecamatan Ciputat Timur memiliki angka kematian bayi tertinggi, sedangkan Kabupaten Serpong memiliki angka kematian terendah. (Dinas Kesehatan Tangerang Selatan, 2020).

Salah satu cara untuk menekan angka kematian bayi adalah dengan memberikan makanan terbaik, yaitu ASI Eksklusif. ASI eksklusif berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif adalah menyusui secara eksklusif selama enam bulan tanpa menggunakan bentuk lain dari suplemen gizi, vitamin, atau oralit.

Selama dua minggu pertama masa nifas, sering terjadi kesulitan menyusui, jika tidak ditangani dapat menyebabkan komplikasi. Masalah yang biasanya terjadi dalam pemberian ASI adalah puting susu lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat, mastitis dan abses payudara (Diniyati et al., 2019). Pada masa ini, pengawasan dan perhatian petugas kesehatan sangat diperlukan agar masalah menyusui dapat segera diatasi, sehingga tidak menjadi penyulit atau menyebabkan kegagalan menyusui.

ASI sebagai nutrisi alami terbaik untuk bayi baru lahir karena mencakup semua nutrisi dan elemen yang mereka butuhkan selama enam bulan pertama kehidupan mereka. Menyusui memiliki banyak keuntungan, antara lain memberikan kekebalan pada bayi, menjaga kontak kulit dengan ibu, mencegah perdarahan, dan mengurangi hipersensitivitas, penyakit pernapasan, diare, dan obesitas pada anak (Salamah & Prasetya, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan di PMB Tangerang Selatan, ada bidan melakukan intervensi terhadap 5 dari 10 ibu nifas, terdapat perbedaan antara ibu yang dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin dengan yang tidak dilakukan. Ibu yang dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin ternyata ASI-nya lebih cepat keluar. Ibu lebih merasa rileks dan percaya diri dalam menyusui bayinya. Sedangkan dari 3/10 (30%) ibu yang tidak dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin mengalami stress karena ASI tidak lancar, dan 2/10 (20%) diantaranya mengalami bendungan ASI.

Berdasarkan data di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektifitas Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin terhadap Kecukupan Pengeluaran ASI pada ibu nifas di PMB Tangerang Selatan” untuk melihat apakah ada efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kecukupan pengeluaran ASI.

Metode

Metode yang digunakan penelitian quasi eksperimental dengan memakai rancangan *two group - post test design only*. Dalam rancangan ini, responden diberikan intervensi perawatan payudara dan pijat oksitosin. Kemudian diukur kecukupan pengeluaran ASI yang dilihat dari tanda bayi cukup ASI. Peneliti melakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada responden yang diberikan perlakuan sebanyak 2 kali, yaitu saat 2 jam setelah melahirkan kemudian dilakukan pemijatan kembali 6 – 8 jam. Perlakuan yang dilakukan yaitu perawatan payudara dilanjutkan dengan pijat oksitosin selama 20 menit menggunakan minyak kelapa. Selanjutnya dilakukan observasi dan pengukuran pada kedua kelompok yang diberikan perlakuan serta yang tidak diberikan perlakuan.

Sampel pada penelitian ini adalah berjumlah 18 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *non probability sampling – purposive sampling type*. Alat yang digunakan untuk mengukur variabel dalam rangka mengumpulkan data disebut sebagai instrumen penelitian. Dalam penelitian ini SOP dan lembar kuesioner. Jumlah jawaban responden dari masing-masing pernyataan dijumlahkan dan dihitung dengan skala. Untuk perawatan payudara, pijat

oksitosin dan kecukupan pengeluaran ASI pada ibu nifas dikumpulkan melalui kuesioner diberi skor. Hasil jawaban responden dicari rata – rata (*mean*) selanjutnya ditafsirkan ke dalam skala kualitatif dengan menggunakan skala baik jika didapatkan presentase 76 – 100%, cukup jika didapatkan presentase 56 – 75%, dan kurang jika didapatkan presentase $\leq 56\%$ (Nursalam, 2013).

Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	n	%	n	%
Usia				
< 20 tahun	2	11.1	2	11.1
20 – 35 tahun	15	83.3	14	77.8
> 35 tahun	1	5.6	2	11.1
Jenis Kelamin Bayi				
Laki – laki	12	66.7	9	50.0
Perempuan	6	33.3	9	50.0
Pendidikan Ibu				
Pendidikan Tinggi	16	88.9	14	77.8
Pendidikan Rendah	2	11.1	4	22.2
Pekerjaan Ibu				
Bekerja	6	33.3	5	27.8
Tidak Bekerja	12	66.7	13	72.2

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas berusia 20 – 35 tahun yaitu 83,3% pada kelompok intervensi dan 77,8% pada kelompok kontrol. Jenis kelamin bayi pada kelompok intervensi sebagian besar adalah laki – laki (66.7%) sementara itu pada kelompok kontrol presentase jenis kelamin laki laki dan perempuan sama (50%). Hampir seluruh ibu nifas memiliki pendidikan tinggi baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol yaitu masing-masing 88.9% pada kelompok intervensi dan 77.8% pada kelompok kontrol. Berdasarkan karakteristik pekerjaan, sebagian besar ibu nifas tidak bekerja baik pada kelompok intervensi (66,7%) maupun kelompok kontrol (72,2%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kecukupan Pengeluaran ASI

Kecukupan Pengeluaran ASI	Intervensi		Kontrol		Total		P Values
	n	%	n	%	n	%	
Baik	13	76.5	4	23.5	17	100	0.007
Cukup	5	31.3	11	68.8	16	100	
Kurang	0	0	3	100.0	3	100	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa kecukupan pengeluaran ASI yang baik lebih banyak pada kelompok ibu nifas yang diberikan perawatan payudara dan pijat oksitosin sebesar 76.5% dibanding ibu nifas yang tidak diberikan perawatan payudara dan pijat oksitosin yang hanya sebesar 23.5%. Kecukupan pengeluaran ASI dilihat dari bayi berkemih 6 – 8 kali dalam 24 jam, urine bayi berwarna jernih sampai kuning muda, bayi buang air besar (BAB) meconium, bayi tampak pulas tidur dengan nyenyak dan tampak aktif sehat saat bangun, bayi paling sedikit menyusu 10 – 12 kali dalam 24 jam, payudara ibu terasa lunak dan kosong setiap kali selesai menyusu, ibu merasakan geli karena aliran ASI setiap kali bayi mulai menyusu, dan bayi bertambah berat badannya setelah 1 minggu (Uswati et al., 2021). Sementara itu kecukupan pengeluaran ASI yang cukup pada kelompok ibu yang diberikan intervensi sebesar 31.3% dan ibu yang tidak diberikan intervensi sebesar 68.8%. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ibu yang diberikan perawatan payudara dan pijat oksitosin tidak mengalami kekurangan kecukupan pengeluaran ASI (0%). Hasil uji statistik chi-square menunjukkan nilai p value yaitu $0,007 < \alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kecukupan pengeluaran ASI pada ibu nifas.

Tabel 3 Hubungan Karakteristik Responden dengan Kecukupan Pengeluaran ASI pada Kelompok Intervensi

No	Karakteristik Ibu	Baik		Cukup		Kurang		Total		P-Value
		n	%	n	%	n	%	n	%	
1	Usia									0.170
	<20 tahun	1	50	1	50	0	0	2	100	
	20 – 35 tahun	12	80	3	20	0	0	15	100	
	>35 tahun	0	0	1	100	0	0	1	100	

No	Karakteristik Ibu	Baik		Cukup		Kurang		Total		P-Value
		n	%	n	%	n	%	n	%	
2	Jenis Kelamin Bayi									1.000
	Laki - laki	9	75.0	3	25.0	0	0	12	100	
	Perempuan	4	66.7	2	33.3	0	0	6	100	
3	Pendidikan									0.490
	Pendidikan Tinggi	12	75.0	4	25.0	0	0	16	100	
	Pendidikan Rendah	1	66.7	1	50.0	0	0	2	100	
4	Pekerjaan Ibu									0.615
	Bekerja	5	83.3	1	16.7	0	0	6	100	
	Tidak Bekerja	8	66.7	4	33.3	0	0	12	100	

Berdasarkan tabel 3 di atas diketahui bahwa sebagian besar ibu nifas pada kelompok intervensi yang memiliki kecukupan pengeluaran ASI yang baik berusia 20 – 35 tahun (80%). Hasil analisis diperoleh nilai p value sebesar 0.170, nilai p-value > 0,05 yang berarti bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kecukupan pengeluaran ASI.

Sedangkan untuk jenis kelamin bayi sebagian besar ibu dalam kelompok intervensi yang memiliki kecukupan ASI baik melahirkan bayi dengan jenis kelamin laki – laki (75.0%). Dari hasil analisis terdapat beberapa *cell* yang tidak memenuhi syarat untuk menggunakan uji chi square karena itu uji alternatif yang digunakan adalah uji *Fisher's Exact test*. Hasil uji diketahui nilai probabilitas (p-value) sebesar 1.000, nilai p-value > 0,05 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin bayi dengan kecukupan pengeluaran ASI.

Berdasarkan pendidikan ibu pada kelompok intervensi, Ibu yang memiliki kecukupan ASI yang baik sebagian besar berpendidikan tinggi (75%) sementara itu ibu yang berpendidikan rendah memiliki presentase yang sama terhadap kecukupan ASI dengan kategori baik dan cukup (50%). Dari hasil analisis terdapat beberapa *cell* yang tidak memenuhi syarat untuk menggunakan uji chi square karena itu uji alternatif yang digunakan adalah uji *Fisher's Exact test*. Hasil uji diketahui nilai probabilitas (p-value) sebesar 1.000, nilai p-value > 0,490 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dengan kecukupan pengeluaran ASI.

Diantara responden yang memiliki kecukupan pengeluaran ASI dengan kriteria baik sebanyak 83.3% ibu yang bekerja, sementara itu 66.7% yang tidak

bekerja. Secara statistik dengan uji *Fisher's Exact* diperoleh nilai $p=0.615$ yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara ibu yang bekerja dengan kecukupan pengeluaran ASI.

Pembahasan

Pemberian ASI eksklusif, diikuti dengan penilaian bayi cukup ASI merupakan kunci keberhasilan menyusui. Produksi ASI yang cukup sesuai dengan kebutuhan bayi, memungkinkan ibu untuk rileks. Saat menyusui tidak berjalan dengan baik, ibu akan memberikan susu formula untuk memastikan bayinya menerima nutrisi yang cukup. Inilah sebabnya mengapa ASI eksklusif sangat sulit didapatkan. Perawatan payudara dan pijat oksitosin merupakan intervensi yang sama-sama berguna dalam proses laktasi terutama pada hari-hari pertama pasca kelahiran karena kedua intervensi ini membantu memaksimalkan pengeluaran hormon laktasi seperti prolaktin dan oksitosin (Monica, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan penulis di PMB Tangerang Selatan menyatakan bahwa perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kecukupan pengeluaran ASI pada kelompok intervensi terdapat kecukupan pengeluaran ASI dengan kategori baik sejumlah 13 responden (76.5%), kategori cukup sejumlah 5 responden (31.3%). Ini membuktikan bahwa pemberian perawatan payudara dan pijat oksitosin sangat berpengaruh terhadap kecukupan pengeluaran ASI.

Hasil uji statistik statistik *chi-square* diperoleh nilai $p\ value\ yaitu\ 0,007 < \alpha = 0,05$ atau bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak sehingga ada efektifitas antara perawatan payudara dan pijat oksitosin dengan kecukupan ASI. Hal ini berarti ibu – ibu yang mendapatkan intervensi akan berdampak pada kecukupan ASI. Sejalan dengan penelitian dari Febby (Fridyas et al., 2022) yang menunjukkan berada pada kategori cukup, ketika kadar prolaktin dalam ibu meningkat diimbangi dengan frekuensi menyusui yang cukup maka pemenuhan kebutuhan ASI akan tercapai. Ketercapaian kecukupan ASI membawa perasaan positif bagi psikologis ibu, ibu merasa puas, bangga dan lega karena mampu memberikan asupan terbaik bagi buah hatinya. Selama proses menyusui terjadi interaksi antara ibu

dan anak melalui hisapan pada puting dan kontak kulit, sehingga menciptakan ketenangan dalam diri ibu maupun bayi.

Kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara merupakan penggabungan dua metode yaitu pemijatan punggung ibu bertujuan untuk memberi rangsangan kepada kelenjar air susu ibu agar dapat memproduksi susu dan memicu hormon oksitosin atau refleksi let down. Kecukupan pengeluaran ASI merujuk pada volume ASI yang dikeluarkan oleh payudara. Intervensi dari kedua metode perawatan payudara dan pijat oksitosin pada prinsipnya bertujuan membuat otot – otot mioepitel berkontraksi, merelaksasikan pikiran dan memperlancar pengeluaran ASI.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kecukupan pengeluaran asi pada ibu nifas menunjukkan bahwa ada efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kecukupan pengeluaran ASI pada ibu nifas di PMB Tangerang Selatan.

Peneliti menyarankan kepada semua pihak yang terkait khususnya bagi praktek mandiri bidan agar selalu diterapkan pada ibu nifas agar produksi ASI lebih lancar, serta mendorong ibu dan keluarga untuk melakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin di rumah. Bagi pasien, agar para ibu mengetahui lebih banyak tentang perawatan payudara dan pijat oksitosin untuk menentukan bayinya sudah cukup asi atau belum, serta dapat melibatkan keluarga/suaminya untuk berpartisipasi.

Daftar Pustaka

- Dinas Kesehatan Tangerang Selatan. (2020). Laporan Kerja Instansi Pemerintah (LKIP). *Dinkes Tangsel*, 14(45), 19690706. <https://dinkes.tangerangselatankota.go.id/uploads/lkip/10.pdf>
- Diniyati, D., Sihombing, L. T. L., & Susilawati, E. (2019). Efektivitas Perawatan Payudara Dan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst,*

Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist), 14(1), 23–25. <https://doi.org/10.36911/panmed.v14i1.556>

- Fridyas, F., Kurniasih, E., & Prowoto, E. (2022). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecukupan Pengeluaran ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Teguhan*. 4(1), 74–79.
- Monica. (2014). *Buku Pintar ASI dan Menyusui*. Noura Books.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Salamah, U., & Prasetya, P. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 199–204. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1418>
- SDKI. (2019). Profil Kes Indo 2019. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Uswati, N., Nur Hanifah, A., & Purwanto, T. S. (2021). *Monograf Kombinasi Acupressure Points For Lactation Dan Breast Massage Untuk Memantau Waktu Pengeluaran Asi Dan Kecukupan Asi Bagi Bayi*. Media Sains Indonesia.