

KOMBINASI PIJAT OKSITOSIN DAN PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP KELANCARAN ASI DAN BERAT BADAN BAYI

Tuning Sugianti¹⁾ FX. Bhakti Hendra Kusuma²⁾
Akademi Kebidanan Wiyata Husada Nganjuk

Abstrak

Latar belakang Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik yang dapat diberikan ibu kepada bayi yang baru dilahirkannya. Menurut para ahli ASI merupakan makanan yang sempurna bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Didalam ASI terkandung berbagai zat yang nutrisi yang dicerna dengan mudah, sesuai dengan kebutuhan dan mengandung bahan penting untuk pertumbuhan dan perkembangan otak bayi. Selain itu, di saluran pencernaan.

Tujuan penelitian Membuktikan pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap kelancaran ASI dan berat badan bayi.

Metode penelitian Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode penelitian *quasy-experimental* (experiment semu) rancangan *Non-Equivalen Group Desain*, Desain ini hampir mirip dengan *pretest-posttest control group design*. Populasi adalah seluruh ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Patianrowo Kabupaten nganjuk tahun 2018. Cara pengambilan sampel dengan Acidental sampling, sampel penelitian ini dilakukan pada 30 responden yang terdiri dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Analisis data dengan menggunakan uji beda sampel berpasangan yang sebelumnya dilakukan uji normalitas.

Hasil penelitian Ada perbedaan bermakna kelancaran ASI sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok perlakuan. Hasil uji statistik wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0.564 (<0.05)$ yang artinya ada pengaruh yang signifikan kelancaran ASI sebelum dan sesudah diberikan kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara. Berat badan bayi pada kelompok perlakuan dan kontrol sebelum dan sesudah intervensi dengan uji *Paired T test* sama yaitu diperoleh nilai $p=0,000$ lebih kecil dari 0.05, artinya ada perbedaan berat badan bayi sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dan kontrol, namun rerata berat badan bayi yang memiliki peningkatan bermakna yaitu pada kelompok perlakuan yaitu sebesar 143.33 ± 56.273 , dan rerata pada kelompok kontrol adalah 74 ± 31.578 .

Kesimpulan Kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara terbukti lebih efektif terhadap kelancaran ASI dan peningkatan berat badan bayi. dibandingkan yang hanya diberikan perawatan payudara saja

Saran Pada ibu nifas disarankan untuk melakukan perawatan payudara minimal 1 minggu 2 kali dan melakukan pijat oksitosin yang dengan bantuan keluarga terdekat atau bidan

KATA KUNCI : Kombinasi, pijat oksitosin, perawatan payudara, kelancaran ASI, berat badan Bayi

Abstract

Background Breast Milk is the best food that a mother can give her newborn baby. According to experts Breast milk is the perfect food for baby's growth and development. Breast milk contains a various substances that are easily digested, as needed and contain important ingredients for the growth and development of the baby's brain. In addition, in the digestive tract.

Research Purpose The aims of this reseach is to prove effect of combination oxytocin masage and breast care to breast milk smoothness and baby's weight

Research Method Research methods was quasy-experimental, design of this research is Non-Equivalen Group Design, The population of post partum women in Nganjuk regency. Sampling method was Acidental sampling with 30 responden, consists of treatment group and control group. Data analysis using different test paired samples with normality tesed before.

Result There are significant differences in the smoothness of breast milk before and after being treated in the treatment group. Statistic result of wilcoxon test showed $p = 0.564 (<0.05)$ thats means that there was a significant influence on the smoothness of the milk before and after treated the combination of oxytocin massage and breast treatment. Baby's weight in the intervention and control group before and after the intervention with Paired T test was the same which was obtained p value = 0.000 l smaller than 0.05, meaning that there was a no difference in the baby's weight before and after the intervention in the intervention and control groups, but the average baby's weight which has a significant increase in the treatment group that is equal to 143.33 ± 56.273 , and the average in the control group is 74 ± 31.578 .

Conclusion The combination of oxytocin massage and the best breast care is more effective for the smoothness of breast milk and an increase in baby's weight. Compared to those given only by breast care treat.

Recommendation In postpartum mothers it is advisable to do breast care at least 1 until 2 times week and do an oxytocin massage with the help of a close family or midwife.

Keyword : combination, oxytocin massage, breast care, breast milk smoothness, baby's weight

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik yang dapat diberikan ibu kepada bayi yang baru dilahirkannya. Menurut para ahli ASI merupakan makanan yang sempurna bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Didalam ASI terkandung berbagai zat yang nutrisi yang dicerna dengan mudah, sesuai dengan kebutuhan dan mengandung bahan penting untuk pertumbuhan dan perkembangan otak bayi. Selain itu, di saluran pencernaan, ASI menyediakan faktor kekebalan/imunitas untuk melawan berbagai penyebab penyakit. ASI sangat berpengaruh terhadap kesehatan ibu dan juga bayi (Astutik, 2014). Pemberian ASI pada masa-masa awal sangat dianjurkan karena memberikan manfaat kesehatan untuk ibu dan bayi. Pada masa tersebut, ibu dan bayi belajar menyusui, pada 1 jam pertama bayi akan belajar menyusu atau membiasakan menghisap puting susu dan mempersiapkan ibu memproduksi ASI kolostrum. Pemberian ASI hari pertama akan menyelamatkan 16% kematian neonatal dan menyusu dini 1 jam pertama akan menyelamatkan 22% kematian balita pertahun (Roesli, 2009). Hal ini juga merupakan salah satu pelaksanaan dari PP no 23 tahun 2012 tentang pemberian Air Susu Ibu Eksklusif dimana disebutkan bahwa pemberian ASI eksklusif bertujuan untuk menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif sejak lahir sampai batas berusia 6 (enam) bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya.

Upaya bidan dalam usaha memperbanyak produksi ASI salah satunya dengan memberi bimbingan dalam perawatan payudara (Suherni, 2009). Untuk mencegah masalah-masalah yang mungkin timbul pada ibu menyusui, sebaiknya perawatan payudara dilakukan secara rutin (Bahiyatun, 2009). Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin (Rukiyah, 2011). Cara merawat

payudara dapat dilakukan dengan masase payudara untuk pemeliharaan payudara dan menstimulasi reflek oksitosin (Suherni, 2009).

Faktor lain yang memengaruhi produksi ASI yaitu perawatan payudara, status gizi dan paritas. Penelitian Syamsinar, 2013 menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara perawatan payudara pada ibu *post partum* dengan kelancaran ASI, selain itu menurut penelitian Nani, 2016 ada hubungan yang signifikan antara status gizi ibu dengan pengeluaran kolostrum pada ibu nifas. Faktor lain yang mempengaruhi produksi ASI yaitu paritas. Pengalaman yang dimiliki ibu mengenai bayi akan semakin baik apabila ibu semakin sering melahirkan sehingga ibu akan segera menyusui bayinya saat lahir, namun sebaliknya ibu akan memerlukan waktu untuk bayi dan proses menyusui itu sendiri apabila ibu baru pertama kali memiliki bayi.

Keberhasilan dalam pemberian ASI merupakan suatu reaksi kompleks antara rangsangan mekanik, saraf serta rangsangan hormonal yaitu hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin berpengaruh terhadap produksi ASI, sedangkan oksitosin berpengaruh terhadap pengeluaran ASI. Hisapan bayi pada puting susu ibu akan merangsang pengeluaran hormon oksitosin, selain itu pengeluaran hormon ini dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada sistem duktus. Apabila duktus melebar atau menjadi lunak maka secara reflektoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofise posterior yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli. Selain itu, hormon oksitosin dapat dirangsang melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi. Pijat pada tulang belakang akan memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, serta mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. Pijatan atau rangsangan pada tulang

belakang akan merangsang hipofise posterior mengeluarkan hormon oksitosin, selanjutnya akan merangsang kontraksi sel mioepitel di payudara untuk mengeluarkan air susu. Pijatan ini juga akan memberikan efek relaksasi, menghilangkan ketegangan dan stress sehingga hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran ASI. Kegagalan dalam pengeluaran ASI seringkali terjadi akibat ketegangan dan stress karena nyeri saat persalinan dan setelahnya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Patianrowo Kabupaten Nganjuk pada bulan Pebruari 2017 terdapat 50 ibu post partum. Dari 5 ibu post partum 3 diantaranya mengalami onset laktasi yang lambat dan 2 diantaranya pengeluaran ASInya lancar.

Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan adanya pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap kelancaran ASI dan berat badan bayi. Luaran yang dapat dihasilkan adalah hasil penelitian ini dapat diterbitkan pada jurnal ilmiah kesehatan Kampus Akademi Kebidanan Wiyata Mitra Husada dan dapat digunakan sebagai bahan ajar sesuai dengan bidang ilmu yang terkait.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode penelitian *quasy-experimental* (experiment semu) rancangan *Non-Equivalen Group Desain*, Desain ini hampir mirip dengan *pretest-postest control group design*, tetapi pada desain ini kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Dalam desain ini, baik kelompok eksperimental maupun kelompok kontrol dibandingkan, kendati kelompok tersebut dipilih dan ditempatkan tanpa melalui random. Dua kelompok yang ada diberi pretest, kemudian diberikan perlakuan, dan terakhir diberikan *posttes*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Patianrowo Kabupaten Nganjuk tahun 2017 sejumlah 50 orang.

Sampel dalam penelitian ini sampel diambil dari sebagian ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Patianrowo Kabupaten Nganjuk tahun 2017 sejumlah 30 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel adalah menggunakan teknik *Acidental Sampling*. Menurut Nawawi (2001; 156) *Acidental sampling* adalah teknik yang dalam pengambilan sampelnya tidak ditetapkan lebih dulu namun langsung mengumpulkan data dari unit sampling yang ditemuinya, setelah jumlahnya mencukupi, pengumpulan data bisa dihentikan. Untuk melihat perbedaan Kelancaran ASI pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan *Wilcoxon*. Pada kelompok perlakuan, berat badan bayi sebelum dan sesudah setelah perlakuan berdistribusi normal ($p > 0.05$) Pada kelompok kontrol berat badan bayi sebelum dan sesudah perlakuan berdistribusi normal ($p > 0.05$). Uji *Independent T test*, digunakan untuk mengetahui perbedaan rerata berat badab bayi sebelum dan sesudah intervensi. Uji yang digunakan untuk mengetahui perbedaan berat badab bayi sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan menggunakan uji *Paired Test*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Analisis Wilcoxon pengaruh Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran ASI di Wilayah kerja Puskesmas Patianrowo Kabupaten Nganjuk tahun 2018

	N	Nilai Z	Sig. (2 tailed)	Signifikasi
Kelancaran ASI pada kelompok Kontrol	15	-0.577	0.564	Tidak Signifikan
Kelancaran ASI pada kelompok Perlakuan	15	-2.499	0.014	Signifikan

Sumber: Data Primer Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 1 diatas hasil uji statistik *Wilcoxon* dmenunjukkan ada pengaruh pemberian Kombinasi Pijat

Oksitosin Dan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah kerja Puskesmas Patianrowo Kabupaten Nganjuk tahun 2018 ($p=0.014$). Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (WBW, 2007).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Biancuzzo, 2003; Indiyani, 2006; Yohmi & Roesli, 2009).

Pijat oksitosin menjadi efektif dalam kelancaran ASI saat di kombinasikan dengan perawatan payudara yang sudah diberikan bidan pada saat kunjungan nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Patianrowo Kabupaten Nganjuk, Didapatkan data jumlah nifas primipara pada kelompok perlakuan lebih banyak dibandingkan dengan multipara, dimana pada primipara lebih sering mengalami kesulitan dalam menyusui.

Berat Badan Bayi	Kelompok Perlakuan (n=15)	Kelompok Kontrol (n=15)	p Value
Sebelum perlakuan			
Mean ± SD	2950±221.037	2940±336.048	0.107 ⁽¹⁾
Min- Mak	2450-3400	2400- 3500	
Sesudah perlakuan			
Mean ± SD	3073.33±228.244	3014±322.176	0.146 ⁽²⁾
Min- Mak	2650-3550	2550-3560	

Perbedaan sebelum-sesudah perlakuan	0.000 ⁽³⁾	0.000 ⁽⁴⁾	
Selisih BB Bayi			
Mean ± SD	143.33±56.273	74±31.578	0.012 ⁽⁵⁾
Min- Mak	50-200	50-150	

Sesuai dengan hasil penelitian sejalan dengan penelitian Sri Mukhodim, 2015 bahwa kelancaran ASI tergantung pada kebersihan payudara, kenyamanan dan kelancaran aliran darah pada payudara. Kenyamanan akan memberikan perasaan rileks sehingga memicu produksi hormon oksitosin dan mempengaruhi produksi ASI. Efek pijat oksitosin adalah Sel kelenjar dipayudara mensekresikan ASI sehingga bayi mendapatkan ASI sesuai dengan kebutuhan yaitu berat badan bayi bertambah, urine bayi per - 24 jam 30 – 50 mg (6-8 kali), BAB bayi 2- 3 kali bayi tertidur selama 2- 3 jam.

KESIMPULAN

Dari hasil pembahasan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh pemberian intervensi kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah Kerja Puskesmas Patianrowo Kabupaten Nganjuk Tahun 2018.
2. Tidak ada perbedaan kenaikan berat badan bayi setelah intervensi dengan uji statistik *Paired T Test* nilai signifikansi pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan sama yaitu $p= 0.000$ ($p=0.05$)
3. Rerata kenaikan berat badan bayi pada kelompok perlakuan lebih tinggi dibandingkan pada kelompok kontrol, yaitu 143.33 ± 56.273 dan 74 ± 31.578 untuk kelompok kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Ai Yeyeh, Rukiyah dkk. Asuhan Kebidanan I (Kehamilan). Cetakan Pertama. Jakarta: Trans Info Media; 2009
- Astutik, R.Y. 2014. *Payudara dan laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Astuti P. 2009 Hubungan Antara Praktik Perawatan Payudara Dengan Kejadian Mastitis Pada Ibu Nifas Di BPS Nunuk Desa Bandengan Kabupaten Jepara.
- Azwar, Azrul. 2008. Asuhan Persalinan Normal dan Inisiasi Menyusui Dini. Jakarta: JNPK-KR.
- Bahiyatun. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Normal*. Jakarta: EGC
- Bobak. 2005. Buku Ajar Keperawatan Maternitas edisi 4. Jakarta : EGC
- Biancuzzo, M. (2003). *Breastfeeding The Newborn : Clinical Strategies For Nurses*. St Louis: Mosby.
- Nani SA, Masruroh. Hubungan Status Gizi Ibu dengan Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Patebon 01 Kabupaten Kendal. *J Ilmu Kesehat*. 2016;6(1):1-6.
- Nelson, Behrmen, Kliegman, dkk. 2005. Ilmu Kesehatan Anak Nelson edisi 15 vol 2. Jakarta : EGC.
- Prawirohardjo, S., 2008. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Profi Kesehatan 2008.
- Roesli, Utami. 2009. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta : PT Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Roesli. U., & Yohmi, E. (2009). Manajemen Laktasi. Jakarta: IDAI.
- Sri Mukhodim. 2015. Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI. *Midwifery / Vol. 1 ; No.1*.
- Suherni. (2009). Perawatan Masa Nifas. Yogyakarta: Penerbit Fitramaya
- Sujiati dan Hidayat A.. (2010). Asuhan Kebidanan Persalinan. Yogyakarta: Muha Medika
- Supariasa, dkk. 2002. Penilaian Status Gizi. Jakarta : Penerbit Kedokteran EGC.
- Indriyani, D. (2006). Pengaruh Menyusu Dini dan Teratur Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum dengan Sectio Caesarea di RSUD Dr. Soebandi Jember dan Dr. H Koesnadi Bondowoso. Thesis. Depok: FIK UI.
- Syamsiar, Dode S, Ferrial E. 2013. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Ruang Nifas Rumah Sakit TK.II Pelamonia Makassar. *Jurnal Ilmu Kesehat Diagnosis: Vol II*.
- WBW. 2007. Early Initiation of Breastfeeding Can Save More Than One Million Babies Press Release. World Breastfeeding Week : Malaysia diakses <http://www.WBW.com> diakses 20 April 2016