

PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA (BREAST CARE) DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI PMB “S” KOTA BOGOR TAHUN 2023

Siti Aisah¹, Suci Nurfajriah², Eka Mardiana Afrilia³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Tangerang,

INFORMASI ARTIKEL:

Riwayat Artikel:

Tanggal diterima

Tanggal di revisi

Tanggal di Publikasi

Kata kunci:

Kata kunci : ASI, Breast care, Inisiasi menyusui dini, pijat oksitosin

Keywords : Breast milk, Breast care, Early initiation of breastfeeding, Oxytocin massage

ABSTRAK

Produksi ASI yang sedikit salah satu masalah yang sering dialami oleh ibu nifas dan dapat menyebabkan depresi karena merasa tidak mampu memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Berdasarkan data World Health Organization, bayi yang diberikan ASI eksklusif selama 6 bulan di seluruh dunia hanya sebesar 38% , 3 dari 5 bayi berusia 6 bulan tidak mendapatkan ASI eksklusif.. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh perawatan payudara (*Breast Care*) dan Pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada Ibu nifas di PMB “S” Kota Bogor. Desain penelitian menggunakan kuasi eksperimen dengan rancangan *pretest post test control group design*. Sampel penelitian ini adalah ibu nifas normal hari pertama di PMB “S” Kota Bogor, menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah 32 responden. Sampel dikelompokkan menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi sebanyak 16 responden dan kelompok kontrol sebanyak 16 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kelancaran produksi ASI. Hasil penelitian didapatkan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ sehingga terdapat pengaruh metode yang digunakan perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. Kesimpulan penelitian ini yaitu terdapat pengaruh perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. Diharapkan untuk tenaga kesehatan khususnya bidan dapat memberikan informasi serta mensosialisasikan manfaat perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin kepada masyarakat sehingga dapat dijadikan tolak ukur dalam melakukan upaya promotif terhadap peningkatan pemberian ASI eksklusif.

Breast milk production is one of the problems that mothers often experience and can cause depression because they feel unable to provide exclusive breast milk to their babies. According to World Health Organization data, babies who are given exclusive breast milk for 6 months worldwide are only 38%, 3 out of 5 babies who are 6 months old do not get exclusive breast milk. The purpose of this study is to find out the effect of breast care (*Breast Care*) and oxytocin massage on the smooth production of breast milk in Ibu nifas at PMB "S" Bogor City. The research design used a quasi-experimental design with a pretest post test control group design. This research sample is a first-day normal respiratory mother at PMB "S" Bogor City, using a purposive sampling technique of 32 respondents. The sample was grouped into 2 groups, namely the intervention group of 16 respondents and the control group of 16 respondents. Research instruments use a questionnaire about the smooth production of breast milk. The results of the study were obtained a p-value of $0.000 < 0.05$ so that there is an effect of the method used by breast care (*Breast Care*) and oxytocin massage on the smooth production of breast milk in mothers. The conclusion of this study is that there is an effect of breast care (*Breast Care*) and oxytocin massage on the smooth production of breast milk in breastfeeding mothers. It is hoped that health workers, especially midwives, can provide information and socialize the benefits of breast care (*Breast Care*) and oxytocin massage to the community so that it can be used as a benchmark in making promotional efforts to increase exclusive breast milk delivery.

PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan pertama untuk bayi baru lahir yang belum mampu mencerna makanan padat. Produksi ASI yang sedikit sering menjadi masalah yang dialami oleh ibu nifas, seringkali hal tersebut dapat membuat ibu mengalami depresi karena merasa tidak mampu memberikan ASI eksklusif kepada anaknya (Roesli, Utami & Yohmi Elizabeth (2012).

Berdasarkan data World Health Organization, bayi yang diberikan ASI eksklusif selama 6 bulan di seluruh dunia hanya sebesar 38%. (World Health Organization; 2014). Data dari profil kesehatan Jawa Barat Cakupan pemberian ASI eksklusif di Jawa Barat Tahun 2020 sebesar 68,10% mengalami penurunan tahun 2021 sebesar 64,20% (Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022). Berdasarkan Kabupaten/Kota cakupan pemberian ASI terendah di Kota Bogor sebesar 42,52%. Presentase ASI eksklusif di Bogor Timur pada tahun 2019 53,2% mengalami penurunan pada tahun 2020 menjadi 52,55%. Target program secara nasional ASI Eksklusif Kota Bogor tahun 2019 yaitu 67,74% (Dinas Kesehatan Kota Bogor Tahun 2021).

Adapun dampak yang dialami jika produksi ASI sedikit pada Ibu nifas yaitu bertambahnya kerentanan terhadap suatu penyakit (baik anak maupun Ibu), (Primandari, N. P. L. 2019).

Upaya untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan melakukan perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin. (Astutitik, yuli reni. 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Soleha, dkk menyatakan bahwa perawatan payudara pada ibu nifas berhubungan positif dan signifikan dengan produksi ASI. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI. (Sholeha, S. N., Sucipto, E., & Izah, N. 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan di PMB “S” Kota Bogor, dari bulan Februari-April 2023 jumlah ibu nifas sebanyak 67 pasien. Dari total jumlah ini 42 ibu nifas

mengeluh bahwa ASI nya kurang lancar bahkan ASI nya tidak keluar dan ibu nifas tersebut mengatakan bahwa mereka tidak mengetahui cara agar dapat memperlancar produksi ASI.

Dari uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Pengaruh Perawatan Payudara (*Breast Care*) dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas di PMB “S” Kota Bogor”.

METODE

Jenis Penelitian ini kuantitatif dengan desain penelitian kuasi eksperimen. Rancangan penelitian ini *pretest posttest control group design*. Total sampel yang diambil berjumlah 32 orang dengan kelompok intervensi sebanyak 16 orang yang diberikan perawatan payudara dan pijat oksitosin, kelompok kontrol sebanyak 16 orang yang diberikan pendidikan kesehatan masa nifas. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*, berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, waktu penelitian pada bulan Mei - Juli tahun 2023 dan analisa data dilakukan dengan uji *Wilcoxon* dan uji *Fisher's Exact*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Pada analisa univariat ini disajikan distribusi frekuensi karakteristik responden meliputi: umur, pendidikan, pekerjaan sebagai berikut:

a. Karakteristik responden

Tabel 4.1
Distribusi frekuensi karakteristik responden pada kedua kelompok

Karakteristik	Kelompok	
	Intervensi (n=16)	Kontrol (n=16)
Umur (Tahun)		
20-35 Tahun	14 (43,8%)	14 (43,8%)
< 20 atau > 35 tahun	2 (6,3%)	2 (6,3%)
Pendidikan		
≤ SMP	11 (34,4%)	15 (46,9%)
≥ SMA	5 (15,6%)	1 (3,1%)
Pekerjaan		

* Korespondensi penulis.

Bekerja	5 (15,6%)	2 (6,3%)
Tidak bekerja	11 (15,6%)	14 (43,8%)

Pada Tabel 4.1 diatas bahwa karakteristik responden berdasarkan umur pada kelompok intervensi dan kontrol sebagian besar ibu berumur 20-35 tahun berjumlah 28 orang (87.6%). Karakteristik pendidikan sebagian besar ibu berpendidikan terakhir <SMP berjumlah 26 orang (81.3%), dan karakteristik pekerjaan sebagian besar ibu yang tidak bekerja berjumlah 25 orang (59,4%).

Menurut Biancuzzo (2013), bahwa ibu-ibu yang lebih muda atau umurnya kurang dari 35 tahun lebih banyak memproduksi ASI dari pada ibu-ibu yang usianya lebih tua. Menurut penelitian Conita, D.A (2014) menyatakan bahwa Ibu yang berumur 35 tahun ke atas produksi hormon relatif berkurang sehingga mengakibatkan proses laktasi menurun. Usia ibu nifas juga berhubungan dengan konsistensi kelancaran ASI, dengan usia reproduksi 20 tahun ke atas sangat baik dan sangat kondusif untuk menyusui, sehingga ibu yang usia muda menghasilkan ASI lebih banyak.

Responden kelompok intervensi dan kontrol sebagian besar ibu berpendidikan terakhir <SMP berjumlah 26 ibu (81.3%). Menurut peneliti, jika pendidikan seseorang masih rendah maka pengetahuan yang dimiliki juga akan kurang.

Menurut Novita (2014), menyatakan bahwa ibu yang berpendidikan rendah, kurang dalam memberikan ASI secara eksklusif.

Menurut penelitian Conita, D.A (2014) menyatakan bahwa Pendidikan formal ibu akan mempengaruhi pertumbuhan bayi. Secara umum semakin tinggi pendidikan seseorang, akan semakin tinggi kemampuannya untuk menyerap pengetahuan praktis dan pendidikan non formal, akan tetapi pendidikan tinggi tanpa pengetahuan pemberian ASI yang benar dan memadai tidak menjamin terlaksananya pemberian ASI sebagaimana mestinya.

Responden pada kelompok intervensi dan kontrol sebagian besar ibu yang tidak bekerja berjumlah 25 ibu (59,4%).

Menurut peneliti, ibu yang bekerja mengalami kesulitan dalam memproduksi ASI. Ini karena ibu

menghabiskan lebih sedikit waktu dengan bayinya dan lebih jarang menyusui, sehingga produksi ASI ibu juga akan berkurang.

Menurut Rotinsulu (2012) menyatakan bahwa ibu yang bekerja merupakan salah satu kendala yang menghambat pemberian ASI eksklusif.

Menurut penelitian Conita, D.A (2014) menyatakan bahwa pekerjaan ibu sangat erat kaitannya dengan berapa banyak waktu yang dihabiskan ibu bersama-sama dengan bayinya. Semakin banyak aktivitas atau pekerjaan orang tua di luar rumah akan semakin berkurang waktu bersama antara ibu dan anak.

2. Analisa Bivariat

Tabel 4.2 Perbedaan Skor Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Kedua Kelompok

Variabel	Intervensi (n=16)	Kontrol (n=16)	P-value
Skor kelancaran produksi ASI			
Skor sebelum intervensi			0,925*
Median	3	3	
Rentang	2 -7	2 -8	
Rata-rata	3,63	3,56	
Skor sesudah intervensi			0,002*
Median	8	5	
Rentang	7 – 10	5 - 8	
Rata-rata	8,56	5,94	
% Kelancaran produksi ASI	49,3 %	23,8 %	

Ket : * Uji Wilcoxon

Berdasarkan Tabel 4.2 Hasil uji *pre-test* pada kelompok kontrol dan intervensi didapatkan nilai *p-value* $0,925 > 0,05$ artinya sebelum dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada kelompok kontrol dan intervensi kelancaran produksi ASI tidak ada perbedaan secara signifikan.

Hasil uji *pos-test* pada kelompok kontrol dan intervensi dengan nilai *p-value* $0,002 < 0,05$ artinya setelah dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada kelompok kontrol dan intervensi kelancaran produksi ASI ada perbedaan secara signifikan. Peningkatan untuk kelompok intervensi rerata sebelum tindakan 3.63 dan setelah tindakan 8,56 sehingga terjadi peningkatan 4,93 atau 49,3%. Nilai *p-value* sebesar

0,000 < 0,05 artinya sebelum dan sesudah diberikan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada kelompok intervensi memiliki perbedaan yang signifikan.

Hal ini sesuai dengan teori Roesli (2019), menyatakan bahwa hisapan bayi berpengaruh terhadap produksi ASI dikarenakan waktu bayi menghisap payudara ibu, terjadi rangsangan *neurohormonal* pada puting susu dan aerola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke *hypophyse* melalui *nervus vagus*, terus ke lobus anterior. dari lobus ini akan mengeluarkan hormon prolaktin, masuk ke peredaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini akan terangsang untuk menghasilkan ASI. Hormon prolaktin yang akan berperan dalam produksi ASI.

Hal ini juga di dukung oleh penelitian Febriyanti, H., Yohanna, W. S., & Nurida, E. (2018) bayi yang melakukan isapan benar akan mempengaruhi kelancaran produksi ASI karena rangsangan yang dilakukan oleh bayi ketika menggerakkan mulutnya akan menstimulasi hipotalamus yang akan merangsang kelenjar hipofise anterior menghasilkan hormon prolaktin dan hipofise posterior akan menghasilkan hormon oksitosin, sehingga produksi ASI akan lancar.

Menurut Peneliti, hasil dari penelitian sebelum dilakukan perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin sebagian besar pengeluaran ASI responden kurang lancar bahkan tidak keluar sama sekali karena ibu kurang mengetahui cara agar ASI cepat keluar sehingga ibu jarang menyusui bayinya dan hisapan bayi berkurang hal ini dapat menyebabkan penurunan pengeluaran ASI.

Rata-rata kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi setelah dilakukan tindakan yaitu 8,56 dan pada kelompok kontrol yaitu 5,94. Pada kelompok intervensi terjadi peningkatan sebelum dan sesudah Tindakan yaitu sebesar 49,3%. Sedangkan pada kelompok kontrol terjadi peningkatan sebelum dan sesudah perawatan payudara dan pijat oksitosin yaitu sebesar 23,8%.

Hasil penelitian ini di dukung oleh (Nurliza et al.,2020) yang menyatakan bahwa jika kedua metode tersebut dikombinasikan maka akan lebih efektif terhadap kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Hal ini dikarenakan kombinasi atau penggabungan dari kedua metode tersebut

memberikan kenyamanan dan menciptakan rasa rileks pada ibu. Pikiran, perasaan dan sensasi yang dialami seorang ibu akan sangat berpengaruh terhadap refleksi oksitosin sebagai hormon cinta. Hal inilah yang menyebabkan terjadinya peningkatan dari pengeluaran dan produksi ASI.

Hal tersebut menunjukkan kesesuaian dengan teori (Suherni 2019) dalam (Nurliza et al.,2020), dimana Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan.

Kelancaran produksi ASI pada ibu nifas setelah dilakukan perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin yaitu pengeluaran ASI lancar. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin.

Tabel 4.3
 Pengaruh Perawatan Payudara (*Breast Care*) dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Kedua Kelompok

Kelompok	Kelancaran produksi ASI		Total Sampel	p-value	RR
	Lancar	Tidak lancar			
Intervensi	15 (93,8%)	1 (6,3%)	16 (100%)	0.000*	11
Kontrol	5 (31,2%)	11 (68,7%)	16 (100%)		

Ket : * Uji Fisher Exact

Berdasarkan tabel 4.3 Pemberian intervensi perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI terdapat pengaruh secara bermakna dengan nilai *p-value* 0,000 < 0,05. Hasil perhitungan nilai Relative Risk (RR) = 11, artinya ibu nifas yang tidak dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin memiliki resiko produksi ASInya tidak lancar sebanyak 11 kali dibandingkan ibu nifas yang dilakukan perawatan payudara dan pijat

oksitosin.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ardhiyani (2020), adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian kombinasi perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap ibu postpartum.

Menurut teori Taboyang (2013) dalam Ardhiyani Muslimah (2020), perawatan payudara mempunyai peranan penting untuk mencegah terjadinya masalah dalam menyusui. Perawatan payudara akan merangsang produksi hormon oksitosin sehingga ibu dapat menghasilkan ASI sedini mungkin. Teknik pemijatan pada perawatan payudara yang dilakukan dengan benar akan merangsang pengeluaran ASI, karena latihan rangsangan pada puting susu pada perawatan payudara seperti latihan hisapan yang dilakukan oleh bayi.

KESIMPULAN

Kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi sebelum dilakukan tindakan rata-rata 3,63 dan pada kelompok kontrol sebelum dilakukan tindakan rata-rata 3,56. Kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi setelah dilakukan tindakan yaitu 8,56 dan pada kelompok kontrol setelah dilakukan tindakan yaitu 5,94. Terdapat pengaruh perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas.

SARAN

Tempat Penelitian

Diharapkan dapat memberikan informasi serta mensosialisasikan manfaat perawatan payudara (*Breast Care*) pijat oksitosin kepada masyarakat sehingga dapat dijadikan tolak ukur dalam melakukan upaya promotif terhadap peningkatan pemberian ASI eksklusif Bagi Responden

Diharapkan responden lebih banyak mencari informasi tentang metode untuk meningkatkan produksi ASI melalui berbagai media maupun melalui tenaga kesehatan sehingga permasalahan produksi ASI yang di alami dapat diatasi.

DAFTAR PUSTAKA

Biancuzzo, M. (2020). *Breastfeeding the Newborn: Clinical Strategies For Nurses*. 2nd. St. Louis: Mosby.

Conita, D. A. (2014). Perbedaan Pertumbuhan Bayi Usia 3-6 Bulan yang Diberi ASI Eksklusif dan yang Tidak Diberi ASI Eksklusif di Puskesmas Gang Sehat Kecamatan Pontianak Selatan. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 1(1).

Dinas Kesehatan Jawa Barat. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2021*. Retrieved 24 Februari 2023 (17.49) From <https://Diskes.Jabarprov.Go.Id/Informasipublik/Profil>

Febriyanti, H., Yohanna, W. S., & Nurida, E. (2018). Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum Ditinjau dari Inisiasi Menyusu Dini dan Isapan Bayi. *J. Aisyah J. Ilmu Kesehatan*,().

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Retrieved 24 Februari 2023 (17.49) From <https://Www.Kemkes.Go.Id/Downloads/Resources/Download/Pusdatin/Profil-Kesehatan-Indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.Pdf>

Muslimah, A., Laili, F., & Saidah, H. (2020). Pengaruh Pemberian Kombinasi Perawatan Payudara Dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 87-94.

Novita, D. *Hubungan Karakteristik Ibu, Faktor Pelayanan Kesehatan, Immediate Breastfeeding Dan Pemberian Kolostrum Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancoran Mas Depok Tahun 2014*. (Universitas Indonesia, 2014)

Nurliza, I. D. M. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Breast Care

Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Nifas Di Klinik Utama Ar Pasar Rebo. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan (Journal Of Health And Midwifery)*, 9(1), 1-10.

Primandari, N. P. L. (2019). *Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Normal Dengan Menyusui Tidak Efektif Di Rsud Wangaya Tahun 2019* (Doctoral Dissertation, Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan)

Roesli, Utami & Yohmi Elizabeth. (2012). Buku Bedah ASI IDAI. <https://www.idai.or.id/artikel/asi/mana-jemen-laktasi>. 07 Maret 2023 (00:53)

Roesli, U, (2019). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta : PT. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara

Rotinsulu, S.R., Pelealu, F.J.O., Tucunan, A., 2012. Relationship Between Knowledge And Work of Mothers With Exclusive Breastfeeding In The Work Area Of Puskesmas (Health Center) Remboken Sub-District Remboken Minahasa. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, Manado.

Sholeha, S. N., Sucipto, E., & Izah, N. (2019). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Nifas. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 6(2), 98-106.

World Health Organization. Global Nutrition Targets 2025: Breastfeeding Policy Brief. Geneva: World Health Organization; 2014.