

Efektivitas Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di BPM Suriyanti

^{1*}Nurqalbi Sampara, ²Jumrah, dan ³Rahayu Eryanti Kusniyanto

^{1,2,3}Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Megarezky
Corresponding Author : nurqalbiser@gmail.com

Abstrak

Salah satu cara untuk mengurangi ketegangan dan memberikan perasaan rileks yang dapat berdampak positif pada peningkatan produksi ASI karena Refleks letdown yaitu pijat laktasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM Suriyanti Makassar. Jenis penelitian yang digunakan adalah Eksperimen (Quasi Eksperimental) dengan pendekatan Post Test Only. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar ceklist dan diolah dengan uji statistic yakni uji independen sample T-test dengan menggunakan spss versi 23. Hasil analisa menunjukkan pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum diperoleh pvalue= 0.000 lebih kecil dari nilai $\alpha=0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada pijat laktasi efektif terhadap produksi ASI pada ibu post partum.

Kata Kunci : Pijat Laktasi, Produksi ASI

PENDAHULUAN

ASI Eksklusif bertujuan menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI eksklusif sejak lahir sampai batas berusia 6 bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya. Ada sebagian ibu mungkin saja terjadi kesulitan pengeluaran ASI karena lebih banyak ibu terpengaruh mitos sehingga ibu tidak yakin bisa memberikan ASI kepada bayinya.

Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2014 angka kematian ibu (AKI) di dunia yaitu 289.000 jiwa. Beberapa negara memiliki AKI cukup tinggi seperti afrika sub-saharan 179.000 jiwa, Asia selatan 69.000 jiwa, dan Asia Tenggara 16.000 jiwa. Angka kematian ibu di negara-negara Asia Tenggara yaitu Indonesia 190 per 100.000 kelahiran hidup, Thailand 26 per 100.000 kelahiran hidup, Brunei 27 per 100.000 kelahiran hidup, dan Malaysia 29 per 100.000 kelahiran hidup.

Angka kematian ibu di Sulawesi selatan tahun 2014, jumlah kematian ibu yang dilaporkan menjadi 138 orang atau 93,20 per 100.000 kelahiran hidup, terdiri dari kematian ibu hamil 15 orang (10,86%), kematian ibu bersalin 54 orang (39,13%), kematian ibu nifas 69 orang

(50,00%). Adapun kematian ibu menurut umur yaitu < 20 tahun sebanyak 14 orang, umur 20-34 tahun sebanyak 87 orang dan >35 tahun sebanyak 37 orang (profil kesehatan provinsi Sulawesi Selatan, 2014).

Berdasarkan data yang diperoleh di BPM Suriyanti Makassar pada ibu post partum tahun 2016 berjumlah 63, tahun 2017 berjumlah 77, dan pada awal januari hingga november 2018 untuk ibu post partum di BPM Suriyanti Makassar berjumlah 72 orang, namun tidak semua ibu post partum melakukan tindakan pijat laktasi. Penatalaksanaan untuk pijat laktasi dilakukan oleh bidan terhadap ibu post partum.

Salah satu upaya yang dilakukan oleh ibu untuk menunjang keberhasilan menyusui disebut manajemen laktasi, yang dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui bayi. Pada ibu bekerja ruang lingkup manajemen laktasi periode postnatal meliputi ASI eksklusif, cara menyusui, memeras ASI, menyimpan ASI peras, dan memberikan ASI peras. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui diantaranya asupan nutrisi yang mendukung produksi ASI, pemijatan laktasi, dan faktor psikologis yang baik bagi ibu menyusui (Hartono, 2016).

Menyusui merupakan suatu cara yang tidak ada duanya dalam memberikan makanan ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. Selain itu, mempunyai pengaruh biologis serta kejiwaan yang unik terhadap kesehatan ibu dan bayi. Zat-zat anti-infeksi yang terkandung dalam ASI membantu melindungi bayi terhadap penyakit. Namun, menyusui tidak selamanya dapat berjalan dengan normal. Tidak sedikit ibu akan mengeluh seperti adanya pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI karena pengeluaran yang tidak lancar atau pengisapan oleh bayi. Oleh karena itu, untuk menghindari agar kondisi semacam ini tidak terjadi maka diperlukan tindakan pijat laktasi (Maryunani, 2015).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di BPM Suriyanti Makassar diperoleh 2 ibu post partum, namun dari 2 ibu post partum tersebut ada 1 ibu post partum yang ASI nya kurang lancar dan 1 orang ibu post partum ASI keluar secara lancar. Permasalahan yang telah dijelaskan di atas membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Pijat Laktasi terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di BPM Suriyanti Makassar. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM Suriyanti Makassar.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah *Eksperimen* yaitu *Quasi Eksperimental*, dengan pendekatan *Post Test Only* dengan tindakan dilakukan pemijatan dan tidak dilakukan pemijatan. Dan bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum. Di mana menggunakan metode 1:1, yakni kelompok pertama adalah 15 sampel untuk perlakuan dan kelompok kedua 15 sampel kontrol.

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *non probability sampling* yaitu teknik yang tidak memberikan peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik *purposive sampling* merupakan cara pengambilan subjek penelitian yang akan menjadi responden dalam penelitian yang berdasar pada kriteria tertentu yakni kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari wawancara dengan menggunakan alat bantu kuesioner yang terstruktur. Responden menjawab pertanyaan yang diajukan melalui daftar pertanyaan tentang pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum.

Tabel 1 : Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Intervensi (n = 15)	(%)	Kontrol (n = 15)	(%)
Umur				
< 20 tahun	2	13,3	3	20
20-35 tahun	12	80	9	60
>35 tahun	1	6,7	3	20
Pendidikan				
Tinggi	2	46,7	2	66,7
Rendah	13	53,3	13	33,3
Pekerjaan Ibu				
Bekerja	4	26,7	1	6,7
Tidak Bekerja	11	73,3	14	93,3

Sumber : Data primer, 2019

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Sampel

Berdasarkan tabel 1 tentang distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur dari jumlah 30 responden, yang berumur <20 tahun sebanyak 2 responden (13,3), umur >35

tahun sebanyak 1 responden (6,7%), kemudian responden paling banyak yaitu pada responden yang berumur 20-35 tahun sebanyak 12 responden (80%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan yang rendah sebanyak 13 responden (53,3%), kemudian responden yang paling pendidikan tinggi sebanyak 2 responden (46,7%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan yang bekerja sebanyak 4 responden (26,7%), dan tidak bekerja sebanyak 11 responden (73,3%).

Analisis Bivariat

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa hasil analisis produksi ASI pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol berbeda. Dimana nilai rata-rata pemijatan laktasi pada kelompok intervensi adalah 123,33 lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata pada kelompok kontrol yaitu 88,00.

Tabel 2. Hasil Analisis Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI

Pijat laktasi	N	Mean	Std Deviation	$\alpha = 0,05$
Intervensi	15	123,33	11,28	$p = 0,000$
Kontrol	15	88,00	7,74	

Hasil Uji SPSS Uji Independen Sampel T Test, 2019

Hasil dari penelitian Uji *T Independen* dengan menggunakan SPSS *versi 23* dapat disimpulkan H_0 ditolak, dan H_a diterima, artinya bahwa pada kelompok intervensi dalam pemberian pemijatan laktasi lebih efektif dibandingkan kelompok kontrol terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM Suriyanti Makassar tahun 2019.

Pembahasan

Pemijatan laktasi ini menghasilkan ASI yang lebih meningkat. Pengeluaran ASI ini dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke putting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukannya pemijatan ini ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.

Hormon oksitosin sangat berperan dalam proses pengeluaran ASI. Beberapa ibu post partum sering kali mengalami ketidklancaran pengeluaran Asi. Beberapa faktor yang

mempengaruhi produksi ASI yaitu perilaku menyusui, psikologis ibu, fisiologis ibu, sosial kultural ibu dan bayi, berat badan lahir bayi. Salah satu cara meningkatkan produksi ASI, salah satunya adalah dengan melakukan pemijatan laktasi.

Berdasarkan pada penelitian dengan jumlah 30 responden, menunjukkan bahwa 15 responden pada kelompok intervensi dengan nilai rata-rata 123,33 dengan standar deviasi 11,28, dan 15 responden pada kelompok kontrol dengan nilai 88,00 dengan standar deviasi 7,74. Dengan pengujian menggunakan uji statistik t-test independen didapatkan nilai $p=0,000$ lebih kecil dari nilai $\alpha=0,05$. Dengan demikian ada pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum.

Penelitian ini juga sejalan dengan Malta, 2016. Dimana ia menjelaskan bahwa pijat laktasi adalah salah satu cara untuk mengurangi ketegangan dan memberikan rasa rileks yang dapat berdampak positif pada kelancaran produksi ASI karena refleks let down berjalan dengan baik. Studi penelitian yang dilakukan Agustina Catur Setyaningrum dengan jumlah 22 responden didapatkan produksi ASI sebelum perlakuan didapatkan data tidak ada perbedaan signifikan ($p\ value=0,073$), sedangkan setelah perlakuan terdapat perbedaan yang signifikan ($p\ value=0,010$). ini menunjukkan adanya pengaruh pijat terhadap produksi ASI pada ibu post partum primipara di kota semarang.

Penelitian ini sejalan juga dengan Umy Naziroh dengan hasil penelitian 25 responden, sebelum dilakukan pemijatan sebagian responden pengeluaran ASI nya lancar sejumlah 0 (0%), cukup lancar sejumlah 8 ibu (32%), kurang lancar sejumlah 17 ibu (68%), sesudah dilakukan pemijatan sebagian responden pengeluaran ASI nya lancar sejumlah 25 ibu (100%). Penelitian ini menggunakan uji statistik Wilcoxon dimana menunjukkan bahwa nilai $p = 0.000 < \alpha (0,05)$ sehingga H1 diterima. Kesimpulannya ini menunjukkan adanya pengaruh pijat terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum di kab. Sidoarjo.

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti berasumsi bahwa pijat laktasi merupakan salah satu cara untuk memperlancar produksi ASI dan memperlancar pengeluaran ASI. Dari 30 responden dimana 30 responden tersebut terbagi dalam dua kelompok yakni 15 responden untuk kelompok intervensi dan 15 responden untuk kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi terdapat 1 responden yg peningkatan ASI nya masih kurang dengan volume ASI 105 cc, ini dimana ibu merupakan responden primi yang masih malas untuk menyusui bayinya dan

menyebabkan produksi ASI lambat untuk keluar. Sedangkan pada kelompok kontrol hanya 2 responden yang mengalami peningkatan produksi ASI. Namun tidak semua ibu post partum yang melakukan pijat laktasi dapat meningkatkan produksi ASI nya karena selain melakukan pijat laktasi ada faktor lain yang dapat mempengaruhi produksi ASI.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dari 30 sampel menunjukkan bahwa responden yang diberikan pemjatan laktasi rata-rata mengalami peningkatan produksi ASI, sehingga ada Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di BPM Suriyanti Makassar. Dari hasil analisis uji *Independen Sampel T test* didapatkan hasil nilai $p=0,000$ dimana lebih kecil dari nilai $\alpha=0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di BPM Suriyanti Makassar. Diharapkan pada peneliti selanjutnya mengkaji tentang pola makan dan makanan yang dikonsumsi oleh ibu post partum seperti kacang-kacangan, susu kedelai dan lain sebagainya sehingga hasil penelitian lebih akurat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih penulis berikan kepada pihak-pihak yang berjasa dalam membantu pelaksanaan penelitian ini, antara lain: Bapak Dr. H. Alimuddin, SH.,MH, selaku pembina Yayasan Pendidikan Islam Megarezky Makassar, Ibu Hj. Suryani, SH.,MH, selaku Ketua Yayasan Pendidikan Islam Universitas Megarezky Makassar, Bapak Prof. Dr. dr. Ali Aspar Mappahya, Sp.PD.,Sp.JK (K), selaku Rektor Universitas Megarezky, Ibu Syamsuryati, S.ST.,SKM.,M.Kes, selaku dekan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Megarezky, teristimewa orang tua saya yaitu ayahanda H. Sampara, S.Ip dan Ibunda Hj. Subaedah, S.Pd.,M.Si, serta suamiku Muhammad Fadli, S.Ds yang telah memberikan motivasi dan materi hingga terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Catur Setyaningrum, Agustina. (2018). Pengaruh Pijat terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum Primipara Di Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*. Vol. 8.No.1.p-ISSN. 2089-7669, e-ISSN 2621-2870.
- Hartono. (2016). Massase Endorphine Terhadap Volume ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kebidanan* , 209-215.

Malta, L. (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, VII, 173-175.

Maryunani, A. (2015). *IMD, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. CV.Trans Info Media, Jakarta.

Nasiroh, Umy. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kelancara ASI pada Ibu Primipara. *Skripsi*. Jombang.