

Penerapan Pijat Oksitosin Untuk Mengatasi Menyusui Tidak Efektif Pada Ibu Postpartum

Puput Sukmawati¹ Heny Prasetyorini² *

¹Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

²Dosen Prodi DIII Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

puputalamanda01@gmail.com¹, henybundagavin@gmail.com²

ABSTRAK

Salah satu masalah yang sering dialami ibu post partum yaitu ASI tidak lancar, Hal ini dipengaruhi oleh keadaan emosional ibu yang berdampak langsung pada reflek oksitosin. Studi kasus ini bertujuan untuk menyusun resume asuhan keperawatan dalam penerapan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI ibu post partum. Rancangan studi kasus ini adalah deskriptif dengan metode studi kasus melalui pendekatan asuhan keperawatan. Subjek studi kasus merupakan 2 ibu post partum primipara, hari pertama kelahiran, dengan ketidakadekuatan suplai ASI. Hasil studi kasus setelah 3 hari penerapan pijat oksitosin menunjukkan bahwa ada peningkatan produksi ASI pada kedua responden

Kata kunci: Post partum, menyusui tidak efektif, pijat oksitosin

ABSTRACT

One of the problems that are often experience by post partum mothers is that breastfeeding is not smooth, this is influenced by the emotional state of the mother which has a direct impact on the oxytocin reflex. This case study aims to compile a resume of nursing care in application of oxytocin massage in increasing breast milk production for postpartum mother. The design of this case study is descriptive with a case study method through a nurrsing care approach. The case study subjects were 2 primiparous post partum mothers, the first day of birth, with inadequate milk suply. The result of the ase study after 3 days of applying oxytocin massage showed that there was an increase in milk production in both respondents.

Keywords: Post partum, ineffective breastfeeding, oxytocin massage

PENDAHULUAN

Post partum merupakan masa pemulihan alat kandungan pada saat sebelum hamil. (Novidiantoko, 2019). Pada post partum, tubuh wanita mengalami sejumlah perubahan, termasuk yang terjadi pada payudara. Payudara ibu akan membengkak, mengeras, dan menggelap di sekitar puting. Kondisi tersebut merupakan tanda di mulainya proses menyusui. Selama enam bulan pertama kehidupan bayi, sumber nutrisi terbaik adalah ASI ibu. Menyusui juga membantu ibu dan bayi mengembangkan hubungan emosional. Pada proses menyusui seringkali terjadi masalah pada beberapa ibu di mana mereka memilih untuk tidak menyusui secara eksklusif dengan alasan produksi ASI mereka tidak mencukupi. Hal ini menimbulkan masalah

menyusui tidak efektif. Hubungan menyusui yang tidak efektif terjadi ketika ibu dan bayi tidak senang dengan proses menyusui (ketidakpuasan). Penyebab lain dari menyusui tidak efektif adalah kelainan payudara, Produksi ASI yang rendah, dan masalah menyusui bayi baru lahir (prematunitas, sumbing), Anomali payudara (puting ke dalam), Refleks menyusu lemah, Refleks oksitosin lemah, payudara bengkak, konsekuensi memiliki lebih dari satu bayi pada suatu waktu (kembar), tidak dirawat gabung, kurangnya pendidikan tentang manfaat menyusui dan teknik yang tepat untuk melakukannya, kurangnya cinta dan dorongan dari kerabat, Pengaruh unsur budaya. (PPNI, 2016). Intervensi pada diagnosa keperawatan menyusui tidak efektif adalah Melibatkan

support system (keluarga, tenaga kesehatan, masyarakat) dengan memberikan penyuluhan menyusui, menjelaskan manfaat ASI bagi bayi dan ibu, dan menginstruksikan perawatan payudara dengan mengompres dengan kapas yang dibasahi minyak kelapa, dan mengajarkan perawatan payudara postpartum semuanya merupakan bagian dari program pendidikan menyusui yang komprehensif (misalnya memerah ASI, pijat payudara, pijat oksitosin). (PPNI, 2018). Pijat relaksasi yang bertujuan untuk meningkatkan kadar hormon oksitosin disebut pijat oksitosin. Pijat dilakukan dengan memberikan tekanan dari pangkal tulang belakang (*vertebre*) ke tulang rusuk (*costae*) kelima atau keenam. Jika suplai ASI tidak konsisten, pijat oksitosin dapat membantu. Pijat oksitosin dapat dilakukan dua kali sehari, pagi dan sore. Rata-rata waktu yang dihabiskan untuk memijat seseorang adalah antara dua dan tiga menit. (Ummah, 2014).

Angka pemberian ASI eksklusif di Jawa Tengah turun dari 61,6% pada tahun 2015 menjadi 54,2% pada tahun 2016. (Kemenkes RI, 2017). Data tingkat pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia disajikan oleh WHO pada tahun 2020; mereka menunjukkan bahwa Selama tahun 2015-2020, hanya 46% bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI eksklusif, jauh di bawah target WHO sebesar 50%. (Indrawati & Astuti, 2019). Di Indonesia, hanya sekitar 5% anak yang masih diberi ASI pada usia 23 bulan, dan hanya sekitar separuh bayi di bawah usia 6 bulan yang diberi ASI eksklusif. Padahal, Pemerintah dan Pemangku Kepentingan Indonesia telah didesak oleh UNICEF dan WHO untuk memberikan bantuan kepada semua ibu menyusui selama Pekan ASI Sedunia dan COVID-19. Ini berarti hampir separuh anak Indonesia dalam dua tahun pertama kehidupannya mengalami kekurangan gizi.

Baik hormon prolaktin maupun oksitosin mempengaruhi baik produksi dan pengeluaran ASI. Jumlah ASI yang diproduksi dipengaruhi oleh prolaktin, yang terkait dengan nutrisi ibu, dan proses pengeluaran ASI dipengaruhi oleh

oksitosin yang kerjanya dipengaruhi proses isapan bayi. Memijat dengan oksitosin adalah cara yang bagus untuk meningkatkan kadar hormon oksitosin. Tujuan pijat oksitosin adalah untuk meningkatkan kadar hormon oksitosin dengan memberikan tekanan di sepanjang tulang belakang. Hasil dari pijat oksitosin dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif bagi ibu menyusui yang mengalami kesulitan memproduksi ASI yang cukup atau mempertahankan menyusui.

Dalam penelitian yang dilakukan di Dusun Sono tahun 2014, Ummah menemukan bahwa ibu postpartum yang mendapat pijat oksitosin rata-rata hasil menyusuinya lebih cepat daripada mereka yang tidak menerima pijat oksitosin setelah melahirkan. Hasil penelitian lain yang dilakukan Rahayu & Yunarsih (2018) penerapan pijat untuk merangsang kadar oksitosin ibu postpartum dan meningkatkan suplai ASI mereka di dapatkan hasil ibu yang dilakukan pijat oksitosin mengalami Mendorong produksi oksitosin pada ibu hanya membutuhkan membuatnya lebih nyaman, sehingga produksi ASI meningkat.

METODE PENELITIAN

Desain deskriptif dengan studi kasus digunakan dalam karya ilmiah ini dalam bentuk asuhan keperawatan dengan menggunakan terapi pijat dengan oksitosin untuk merangsang laktasi pada ibu postpartum di wilayah puskesmas Kalongan Ungaran Timur. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan asuhan keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi keperawatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Observasi penilaian kelancaran ASI dari Indikator ibu

| | Responden I | | | Responden II | | |
|---------|-------------|----|-----|--------------|----|-----|
| | I | II | III | I | II | III |
| Sebelum | 3 | 5 | 8 | 2 | 5 | 7 |
| Sesudah | 5 | 8 | 12 | 5 | 7 | 11 |

Tabel 1. Observasi penilaian kelancaran ASI dari indikator bayi

| Hari | Responden I | | | Responden II | | |
|---------|-------------|----|-----|--------------|----|-----|
| | I | II | III | I | II | III |
| Sebelum | 3 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 |
| Sesudah | 4 | 5 | 6 | 4 | 4 | 6 |

Pada hasil pengkajian pasien I didapatkan data subjektif Ny. L mengatakan ASInya tidak keluar deras, produksi ASI menjadi minim, pasien mengatakan merasa khawatir karena ASInya hanya keluar sedikit, pasien mengatakan nyeri saat menyusui sehingga tidak nyaman ketika menyusui bayinya, pasien mengatakan bayinya BAK 7x/hari. Data objektif ketika dipalpasi keluar dua tetes dipayudara kanan dan satu tetes dipayudara kiri, ASI tidak menetes jika tidak dipalpas. Pada pasien II didapatkan data subjektif Ny. N mengatakan ASInya keluar hanya sedikit, pasien mengatakan bingung karena ASI hanya keluar sedikit, pasien mengatakan bayinya BAK 6x/hari. Data objektif ketika dipalpasi ASI keluar satu tetes pada payudara kanan dan kiri, ASI tidak menetes jika tidak dipalpas.

Berdasarkan data subjektif dan objektif pada Ny. L dan Ny. N maka ditegaskan pasokan ASI yang tidak memadai adalah penyebab umum kesulitan menyusui. Hubungan menyusui yang tidak efektif terjadi ketika ibu dan bayi tidak senang (ketidakpuasan/kesukaran) dengan proses menyusui.

Intervensi yang diberikan untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif yaitu dengan pijat oksitosin.

Dengan memberikan tekanan di vertebra (tulang punggung) hingga iga kelima atau keenam, pijat oksitosin adalah salah satu cara terbaik untuk mempercepat proses pembuatan dan penggunaan ASI. Pijatan ini akan membantu ibu merasa rileks dan nyaman setelah melahirkan, tanpa mengganggu pelepasan oksitosin dan prolaktin.

Faktor-faktor yang mempengaruhi menyusui tidak efektif pada penerapan pijat

oksitosin dalam penelitian ini meliputi paritas, posisi dan perlekatan bayi, pola istirahat, umur dan faktor psikologis ibu. Responden I dan II merupakan ibu melahirkan primipara, menurut pranajaya (2013) Lebih banyak ASI diproduksi oleh ibu yang telah melahirkan berkali-kali; Hal ini karena ibu yang baru pertama kali melahirkan cenderung tidak memiliki pengalaman menyusui sebelumnya, sedangkan ibu yang telah melahirkan lebih dari satu kali akan memiliki banyak kesempatan untuk mempelajari seluk beluknya. Untuk memastikan manajemen laktasi yang efektif. (Pranajaya & Novita, 2013).

Posisi dan perlekatan bayi berpengaruh pada kelancaran ASI, Ketika bayi berada pada posisi yang benar dan melekat erat pada payudara, otot-otot ibu akan terstimulasi, yang dapat menyebabkan penurunan sel alveolus dan kontraksi otot polos payudara, yang mengakibatkan peningkatan produksi dan keluaran ASI. (Najmawati et al., 2014). Pada responden I dan II didapatkan bahwa bayi kedua responden tidak melekat dengan baik ditandai dengan bayi hanya menghisap putting ibu sehingga bayi tidak dapat menghisap dengan kuat.

Salah satu faktor yang dapat mengurangi kenyamanan ibu menyusui dan, pada gilirannya akan menurunkan produksi ASI adalah puting lecet. (Rahayu & Yunarsi, 2018). Pada responden I didapatkan bahwa pasien mengatakan nyeri saat menyusui sehingga tidak nyaman ketika menyusui bayinya, posisi dan perlekatan bayi selama menyusui mungkin menjadi penyebabnya.

Pola istirahat pada responden I Pasien mengatakan Setelah melahirkan pasien mengatakan sering terbangun ketika tidur. Pasien mengatakan tidurnya tidak puas. Kesehatan mental seorang ibu dan kemampuannya untuk menyusui dapat berdampak negatif jika ia tidak dapat mempertahankan dan mengatur pola tidurnya dalam beberapa minggu dan bulan setelah melahirkan. Penting bagi ibu baru untuk banyak beristirahat, terutama pada dua minggu pertama setelah melahirkan. Ibu yang lelah

memiliki produksi ASI yang lebih rendah dan refleksi let-down yang tertunda karena mereka tidak cukup istirahat setelah melahirkan. (Harahap, 2021).

Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk usia. Responden II merupakan ibu yang masih terbilang sangat muda yaitu 19 tahun, Kehamilan, persalinan, dan menyusui paling baik dilakukan antara usia 20 dan 35 tahun, yang dianggap sebagai usia reproduksi yang sehat. Produksi ASI dapat terganggu pada ibu di bawah usia 20 tahun yang tubuh dan pikirannya masih berkembang, sedangkan ibu di atas usia 35 tahun dipandang sebagai ancaman karena kebaikannya. (Pranajaya & Novita, 2013)

Dalam hal menyusui, kondisi pikiran ibu memainkan peran besar dalam menentukan seberapa baik dia dapat memproduksi ASI. Produksi ASI yang berkurang telah dikaitkan dengan ibu yang cemas atau khawatir. (Aprilia et al., 2020) Seperti hasil pengkajian psikologi kedua pasien didapatkan pasien I mengatakan merasa khawatir karena ASInya hanya keluar sedikit. Pasien takut jika asinya tidak cukup karena pasien tidak ingin memberikan susu formula kepada bayinya. Pasien mengatakan nyeri saat menyusui sehingga tidak nyaman ketika menyusui bayinya. Sedangkan pada pasien II mengatakan bingung karena ASI hanya keluar sedikit, pasien mengatakan kondisinya setelah melahirkan membuat dirinya merasa tidak nyaman, pasien mengatakan bingung tentang cara mengasuh bayinya.

Temuan studi kasus tentang efektivitas pijat oksitosin dalam memperlancar laktasi pada ibu postpartum diperoleh hasil adanya peningkatan kelancaran produksi ASI dinilai dari indikator ibu dan bayi antara sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin selama 3 hari. Evaluasi yang didapat selama 3 hari pemberian intervensi pijat oksitosin pada responden I dan II mengalami perubahan pada kelancaran ASI, dibuktikan pada penilaian kelancaran ASI di hari ke tiga setelah dilakukan pijat oksitosin pada responden I indikator ibu 12 item dan indikator bayi 6 item

yang artinya lancar, pada responden II indikator ibu 11 item dan indikator bayi 6 item yang artinya juga lancar. Hal tersebut sesuai oleh penelitian (Triananingsi et al., 2019) mengenai "Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin" Penelitian ini menggunakan strategi dengan membandingkan dua kelompok. Pengambilan data menggunakan penilaian kelancaran ASI dengan indikator ibu dan bayi. Sampel penelitian adalah 30 responden yang dibagi dua yaitu 15 responden menerima pijat oksitosin, sedangkan 15 sisanya tidak. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa Nilai asymp dihitung menggunakan SPSS untuk pengaruh pijat oksitosin terhadap pemberian ASI pada ibu nifas di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukumba $0.003 < 0.05$ atau (dua-tailed) (5 persen). Sehingga H_0 tidak diterima, dan saat diberikan pada ibu baru di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukumba-badengan, pijat oksitosin meningkatkan keberhasilan menyusui. Temuan serupa ditemukan dalam studi 2016 oleh Delima et al "Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin" Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental, dengan pendekatan pretest satu kelompok dan posttest. Melalui penggunaan kuesioner, kami mengumpulkan informasi tentang menyusui dan produksi ASI. Dua puluh satu peserta dari Puskesmas Plus Mandiangin Bukittinggi 2016 direkrut untuk penelitian ini. Hasil penelitian Puskesmas Plus Mandiangin Bukittinggi tahun 2016 menunjukkan bahwa pijat oksitosin secara signifikan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui (p -value sebesar 0,000). Di Puskesmas Plus Mandiangin Bukittinggi tahun 2016 disimpulkan bahwa pijat intensif dengan oksitosin telah terbukti meningkatkan suplai ASI pada ibu menyusui.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian dalam penerapan pijat oksitosin untuk menyusui tidak efektif dapat disimpulkan pada Ny. L dan Ny. N dapat

disimpulkan bahwa pasien Ny. L dan Ny. N mengalami peningkatan produksi ASI yang di nilai dari indikator ibu dan bayi. Hasil penilaian indikator ibu yang di observasi Ny. L sesudah dilakukan pijat oksitosin menjadi 12 item dan Ny. N 11 item. Sedangkan penilaian dari indikator bayi sesudah dilakukan pijat oksitosin pada Ny. L dan Ny. N 6 item.

Diharapkan dapat menjadi sumber ilmu dalam pengembangan pelayanan asuhan keperawatan dalam meningkatkan produksi ASI melalui penerepan pijat oksitosin untuk mengatasi menyusui tidak efektif pada ibu post partum

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, R., Rilyani, & Arianti, L. (2020). Pengaruh Pemberian Sayur Dan Pepaya Terhadap Kelancar Produksi ASI. *Wellness and Healty Magazine*, 2(1).
- Bobak. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas* (1st ed.). EGC.
- Diana, S., Mail, E., & Rufaida, Z. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. CV OASE GROUP.
- Harahap, D. A. P. P. (2021). Penyuluhan Dan Pelaksanaan Pijat Oksitosin Pada Ibu Menyusui Di Desa Muara Purba Nauli Kecamatan Angkola Muaratais Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(1).
- Indrawati, F., & Astuti, M. A. (2019). Higeia journal of public health reseach and develoment. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 3(1), 145–146.
<https://doi.org/https://doi.org/10.15294/higeia/v3i1/24653>
- Istiqomah. (2020). *Pemberian Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Lantai 2 Selatan RSUP Fatmawati*. Akper Fatmawati.
- Kurniawan, D. E. (2017). Penyelesaian Masalah Etik dan Legal Dalam Penelitian Keperawatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 3(2).
- Najmawati, Nurdin, A., & Asriany. (2014). Factors Affecting On Baby`s Sucking For Secretion Of Breast Milk At The Healt Center Batua Makkasar. *Jurnal Kesehatan*, VII(1).
- Novidiantoko, D. (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Post Partum*. CV BUDI UTAMA.
- Oktarina, M. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir* (Edisi 1). CV BUDI UTAMA.
- PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (DPP PPNI (ed.); Edisi1 ed.). DPP PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Tindakan Keperawatan* (1st ed.). DPP PPNI.
- Pranajaya, & Novita, R. (2013). Determinan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Keperawatan*, IX(2).
- Rahayu, D., & Yunarsih. (2018). Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Postpartum. *Journals Of Ners Community*, 9(1).
- Susanto, A. V. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Triananinsi, N., Jumrah, Syarif, S., & Mukrimah. (2019). Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukumba. *Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*.
- Ummah, F. (2014). Pijat Oksitosin Untuk Mempercepat Pengeluaran Asi Pada Ibu Pasca Salin Normal Di Dusun Sono Desa Ketanen Kecamatan Panceng Gresik. *Jurnal Surya*, vol 2(no 1), 121–125.

- Widyasih, H., Suherni, & Rahmawati, A. (2013). *Perawatan Masa Nifas*. Fitramaya.
- Wulandari, D. A., Mayangsari, D., & . S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Pijat Endorphin Terhadap Kelancaran Produksi Asi. *Jurnal Kebidanan*, 11(02), 128.
<https://doi.org/10.35872/jurkeb.v11i02.349>
- Yuliani, F. (2011). Perilaku Pantang Makan Pada Ibu Nifas Di BPS Balongtani Jabon Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto* , 3(1).