

Pengaruh pijat Efflurage terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Postpartum

Sefrina Rukmawati¹, Puji Astutik²

¹Nursing Program, STIKes Satria Bhakti, Nganjuk, Indonesia.

²Nursing Program, STIKes Satria Bhakti, Nganjuk, Indonesia.

Info Artikel

Menerima: 12 Mei 2022

Direvisi: 2 Juni 2022

Diterima: 20 Juni 2022

Kata kunci:

effleurage massage,
Breast Milk Production,
Postpartum Mother

Abstract

Decreased milk production after childbirth can be caused by a lack of stimulation of the hormone prolactin and the hormone oxytocin which plays a very important role in the smooth production of breast milk. One of the massages that can launch breast milk production is efflurage massage. The purpose of this study was to determine the effect of efflurage massage on breast milk production in postpartum mothers.

This study uses a pre-experimental research design with a One Group Pre-Post Test Design. The research was carried out on July 15 - 22, 2019. The research population and sample were 12 respondents with a total sampling technique. The independent variable is efflurage massage and the dependent variable is milk production. Collecting data using observation sheets. Data analysis using McNemar with $\alpha = (0.05)$.

Research result the 12 respondents, before being given an efflurage massage almost all respondents, namely 10 respondents, breast milk production was not smooth (83.3%), while breast milk production after being given efflurage massage was almost all respondents, namely 11 respondents, breast milk production was smooth (91.7%).test results Mc Nemar obtained $p = 0.004 = (0.05)$, so that $H_{a_{is}}$ accepted. This shows that there is an effect of efflurage massage on breast milk production in postpartum mothers in Kepanjen Village, Pace District, Nganjuk Regency.

Efflurage massage is proven as an effort that can be done to expedite the production of breast milk, so that the provision of efflurage massage needs to be applied by the midwife/hospital.

PENDAHULUAN

Masa nifas (*puerperineum*) menurut Wikjosastro masa yang dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama 2-6 minggu (Saleha, 2009).

ASI menurut Hubertin satu jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi fisik, psikologisosial maupun spiritual. ASI mengandung nutrisi, hormon, unsur kekebalan pertumbuhan, anti alergi, serta anti inflamasi (Sarwono, 2011).

Nutrisi dalam ASI mencakup hampir 200 unsur zat makanan. Saat melahirkan keluarnya plasenta menyebabkan turunnya tingkat hormon progesteron, esterogen, dan *human placental lactogen* (HPL) secara tiba-tiba, tetapi hormon prolaktin tetap tinggi. Hal ini menyebabkan produksi ASI besar-besaran yang dikenal dengan fase Laktogenesis II. (Roesli & Yohmi, 2009). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Desa Kepanjen Kecamatan Pace didapatkan hasil wawancara dari 7 ibu, 2 ibu mengatakan pengeluaran produksi ASI lancar, sedangkan 5 ibu mengatakan saat menyusui mengalami ketidaklancaran produksi ASI sehingga ibu merasa khawatir dan kebingungan ketika bayi mereka menangis sedangkan ASI yang keluar belum lancar.

Mereka masih tampak canggung dalam posisi menyusui. Mereka sempat bertanya mengenai cara agar ASI nya banyak. Ibu-ibu tersebut memiliki keinginan untuk memberikan ASI eksklusif pada bayi mereka. Upaya yang dilakukan ibu yaitu mengkonsumsi obat pelancar ASI.

Menurut data WHO terbaru pada tahun 2015 di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami Bendungan ASI rata-rata mencapai 87,05 % atau sebanyak 8242 ibu nifas dari 12.765 orang, pada tahun 2015 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7198 orang dari 10.764 orang dan pada tahun 2015 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6543 orang dari 9.862 orang (WHO, 2015) .

ASI tidak keluar menurut Fikawati kondisi tidak diproduksi ASI atau sedikitnya produksi ASI. Hal ini disebabkan pengaruh hormon oksitosin yang kurang bekerja sebab kurangnya rangsangan isapan bayi yang mengaktifkan kerja hormon oksitosin (Sinclair, 2010). Hormon oksitosin bekerja merangsang otot polos untuk meremas ASI yang ada pada alveoli, lobus serta duktus yang berisi ASI yang dikeluarkan melalui putting susu (Roesli & Yohmi, 2009). Penurunan produksi dan pengeluaran Air susu ibu (ASI) pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan hormon oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi dan pengeluaran ASI yaitu perawatan payudara, paritas, stress, penyakit atau kesehatan ibu, konsumsi rokok atau alkohol, pil kontrasepsi, asupan nutrisi. Dampak yang sering terjadi apabila ketidaklancaran ASI tidak diatasi antara lain payudara penuh, bendungan ASI, *afterpains*, ASI tersumbat,

putting susu terasa nyeri, pembengkakan payudara/mastitis dan abses payudara (dkk, 2016).

Efflurage massage merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancarn produksi asi. Eflflurage massage dilakuakn sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costaekelima -keenam, ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan hormone oksitosin keluar dan ASIpun cepat keluar. Oksitosin dapat diperoleh dengan berbagai cara baik melalui oral, inta – nasal, intra-muskular, maupun dengan pijatan yang merangsang keluarnya hormone oksitosin. Tindakan efflurage massage ini dapat memberikan sensasi rileks pada ibu dan melancarkan aliran saraf serta saluran asi kedua payu dara lancar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra eksperimen dengan pendekatan *One Group Pre-Post Test Design*. Penelitian dilaksanakan pada 15 -22 Juni 2019 di Kabupaten Nganjuk. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di desa kepanjen kecamatan Pace kabupeten Nganjuk. Teknik pengambilan sampling total sampling, dan sampel pada penelitian ini yaitu 12 responden. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar observasi produksi ASI pada ibu post partum. Pemberian Efflurage massage dilakukan selama satu minggu dengan durasi 15 menit per hari. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisa data di uji menggunakan spss 16 dengan *McNemar* $\alpha = (0,05)$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden pada penelitian ini yaitu Sebagian besar responden berusia 26-39 tahun yaitu 8 (67%), Sebagian besar berpendidikan SMA yaitu 8 (67%) Ibu, seluruh responden pekerjaan IRT yaitu 12 (100%) ibu hamper seluruhnya respon melakukan perawatan payudara yaitu 10 (83%) ibu, dan hamper seluruhnya dari respon pengalaman menyusui pertama atau anak pertama 10 (83%). Hasil penelitian dari 12 responden, sebelum diberi *effleurage massage* hampir seluruh responden yaitu 10 responden produksi ASI tidak lancar (83,3%), sedangkan produksi ASI sesudah diberikan *effleurage massage* hampir seluruh

responden yaitu 11 responden produksi ASI lancar (91,7%). Hasil uji *Mc Nemar* didapatkan $pvalue = 0,004 \leq \alpha = (0,05)$, sehingga H_a diterima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh *effleurage massage* terhadap produksi ASI pada Ibu Nifas di Desa Kepanjen Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.

Tabel 1 Tabulasi Pengaruh *effleurage massage* Terhadap produksi ASI pada Ibu Nifas

Produksi ASI	Pre		Post	
	F	%	F	%
Ya	2	16,7	11	91,7
Tidak	10	83,3	1	8,3
Total	12	100	12	100
Hasil uji <i>McNemar</i> $pvalue = 0,004 \leq \alpha = 0,05$				

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa produksi ASI sebelum diberikan *effleurage massage* hampir seluruh responden yaitu 10 responden dengan produksi ASI tidak lancar (83,3%). Selanjutnya produksi ASI sesudah diberikan *effluarge massage* hampir seluruh responden yaitu 11 responden dengan produksi ASI lancar (91,7%).

Hasil penelitian ini menunjukkan dari 12 responden hampir seluruh responden yaitu 11 responden (91,7%) produksi ASI lancar. setelah diberikan *efflurage massage*. Data demografi yang mempengaruhi produksi ASI sesudah diberikan *effluerage massage* adalah tingkat pendidikan yaitu sebanyak 8 ibu (67%) berpendidikan SMA.

Angka pemberian ASI meningkat disebabkan oleh tingginya pendidikan ibu mengenai manfaat ASI dan cara meningkatkan produksi ASI pada ibu primigravida (Endah, 2011). Pendidikan merupakan proses menumbuhkan kembangkan seluruh kemampuan dan perilaku manusia melalui pengetahuan. Tingkat pendidikan yang semakin tinggi akan membuat pengetahuan seseorang menjadi lebih baik. Dengan pendidikan yang baik seseorang akan memperoleh pengalaman yang diterima oleh pemikiran yang kritis, sehingga akan dapat menambah wawasan. Tingkat pendidikan yang tinggi juga memungkinkan seseorang untuk lebih terbuka, karena dengan pengetahuan dan tingkat

intelengensi yang dimiliki menjadi salah satu faktor keberhasilan seseorang dalam memahami suatu informasi (Notoadmojo, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian tentang produksi ASI sesudah diberikan *efflurage massage* pada ibu nifas di Desa Kepanjen dapat disimpulkan bahwa sebagian besar produksi ASI pada responden lancar. Hal ini terjadi karena dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu yaitu SMA. Sehingga ibu lebih mudah dalam menerima informasi dari peneliti tentang pemberian *efflurage Massage* dan lebih mudah untuk mengaplikasikan *Effluerage Massage*

KESIMPULAN

1. Hampir seluruh responden yaitu 10 responden (83,3%) produksi ASI tidak lancar. sebelum diberikan *effleurage massage* pada ibu nifas di Desa Kepanjen Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.
2. Hampir seluruh responden yaitu 11 responden (91,7%) produksi ASI lancar. sesudah diberikan *effleurage massage* pada ibu nifas di Desa Kepanjen Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.
3. Ada pengaruh *effleurage massage* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Desa Kepanjen Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk dengan $p\text{-value} = 0,004 \leq \alpha = 0,05$.

KEPUSTAKAAN

- Reni Yuli Astuti, 1980; Taufik Ismail, 1935-. (2015). *Buku ajar asuhan kebidanan : masa nifas dan menyusui / penulis, Reni Yuli Astuti; copy editor, Taufik Ismail*. Jakarta :: Trans Info Media.
- Endah. (2011). pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran kolostrom pada ibu postpartum di ruang kebidanan rumah sakit muhammadiyah Bandung. *Kesehatan Kartika*.
- Notoadmojo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Roesli, U., & Yohmi, E. (2009). *Manajemen Laktasi*. Jakarta: IDAI.
- Saleha. (2009). *Asuhan kebidanan pada masa nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sarwono. (2011). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Sinclair. (2010). *Buku saku kebidanan*. Jakarta: EGC.
- WHO. (2015). *Data Profil Dunia*. -: <http://www.who.com>.