

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN DAN PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III

Hotmaria Julia Dolok Saribu¹, Wasis Pujiati²
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Tanjungpinang
hotmariajuliads@gmail.com

ABSTRAK

Pada masa nifas ibu terjadi pengeluaran ASI merupakan suatu proses perlepasan hormon oksitosin untuk mengalirkan air susu yang sudah diproduksi melalui saluran dalam payudara. Perawatan payudara merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya, hal ini dikarenakan payudara merupakan organ esensial penghasil ASI pada bayi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektifitasan Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *pra-eksperimen* dengan rancangan *one group pretest posttest* yaitu rancangan tanpa kelompok pembandingan (kontrol) tetapi sudah dilakukan observasi pertama (*Pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh ibu nifas di RB Kasih Murni berjumlah 36 orang. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel secara *Non Random* dengan cara *Consecutive Sampling*. Pengumpulan data yang digunakan berupa *self report*, lembar observasi, gelas ukur, dan SOP. Analisis data menggunakan *Uji Wilcoxon Test* dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil uji *Wilcoxon* pada perawatan payudara menunjukkan bahwa $P\text{ value} < \alpha$ ($0,001 < 0,05$), sedangkan pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas memiliki nilai $p\text{ value}$ 0,000. Dapat dilihat Perbedaan Analisa Nilai *Pre Test* dan *Post Test* maka Pijat Oksitosin lebih efektif terhadap kelancaran pengeluaran ASI. Dan diharapkan terapi komplementer ini dikembangkan menjadi suatu trend kesehatan.

Kata Kunci: Perawatan Payudara, Pijat Oksitosin, Masa Nifas, ASI

In the puerperium happen breast milk expenditure is something extrication hormone oxytocin process for flow with milk that has been produced through channel in breasts . Care breast is wrong one part important thing to be be noticed as preparation for breastfeeding later , p this because of breast is an essential organ milk producer on baby . Aim research this for knowing effectiveness Massage Oxytocin and Care Breast to smoothness breast milk expenditure on mother childbirth . Research this use method research pre-experiment with design one group pretest posttest ie design without group comparison (control) but already do observation first (Pretest) is possible test changes that occur after existence experiment . Population on research this that is whole mother childbirth in RB Kasih Pure amounted to 36 people . On research this use technique taking sample on Non Random with way Consecutive Sampling . Data collection form self report , sheet observation , glass measure , and SOP. Data analysis using Test Wilcoxon Test with level significance 0 , 05 . Results test Wilcoxon on care breast show that P value < α (0.001 < 0.05), whereas massage oxytocin to breast milk expenditure on mother childbirth has value p value 0,000. Could seen Difference Analysis Value Pre Test and Post Test then Massage Oxytocin more effective to smoothness ASI expenditure. And expected therapy complementary this developed be a health trend .

Keywords: Treatment Breasts , Massage Oxytocin , Period Babies , breast milk

PENDAHULUAN

Masa nifas atau masa puerperium adalah masa setelah persalinan selesai sampai 6 minggu atau 42 hari. Selama masa nifas, organ reproduksi secara perlahan akan mengalami perubahan seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan organ reproduksi ini disebut *involusi*. Pada masa nifas terdapat tiga tahapan yaitu puerperium, masa puerperium intermedial, masa remote puerperium (Martalia, 2012). Perubahan fisiologis yang khas pada masa nifas ini yaitu pada vagina karena pada vagina berfungsi sebagai saluran tempat keluarnya sekret yang berasal dari cavum uteri selama masa nifas yang disebut lochea. Karakteristik lochea dalam masa nifas terbagi atas empat, yaitu lochea rubra/kruenta, lochea sanguinolenta, lochea serosa, lochea alba (Maritalia, 2012).

Data ibu post-partum normal yang di dapat dari Dinas Kesehatan Kota Tanjungpinang pada Tahun 2014 berjumlah 5.733 dengan persentasi 90,44 % dan Tahun 2015 dari Januari sampai Juni berjumlah 2.754 dengan persentasi 41,3 %. Data ibu post-partum normal di Rumkital Dr. Midiyato S pada Tahun 2014 pada bulan Januari berjumlah 59 Jiwa. Data ibu post-partum normal di RSUD Tanjungpinang tahun 2014 berjumlah 362 jiwa. Data ibu post-partum normal di RSUD Provinsi Kepri Tanjungpinang berjumlah 267 jiwa.

Kehamilan, persalinan, dan menyusui, merupakan proses fisiologi yang perlu dipersiapkan wanita dari pasangan subur agar dapat dilalui dengan aman. Selama masa kehamilan, ibu dan janin adalah unit fungsi yang tak terpisahkan. Kesehatan ibu hamil dan menyusui adalah persyaratan penting untuk fungsi optimal dan perkembangan kedua bagi unit itu. Saat menanti kelahiran bayi, terlebih dahulu ibu harus menyiapkan keadaan psikologisnya

dalam menghadapi bayinya nanti, terutama dalam hal menyusui bayi. *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) sudah merekomendasikan hal itu sejak 1979 dalam pertemuan di Geneva tentang makanan bayi dan anak, antara lain berisi: "menyusui merupakan bagian terpadu dari proses reproduksi yang memberikan makanan bayi secara ideal dan alamiah, serta merupakan dasar biologik dan psikologik yang dibutuhkan untuk pertumbuh

Pada masa nifas ibu terjadi pengeluaran ASI merupakan suatu proses perlepasan hormon oksitosin untuk mengalirkan air susu yang sudah diproduksi melalui saluran dalam payudara.

Menurut Utami (2005), ASI eksklusif dikatakan sebagai pemberian ASI secara eksklusif saja, tanpa tambahan cairan seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, papaya, bubur susu, biscuit, bubur nasi dan tim. Manfaat pemberian ASI adalah untuk melindungi bayi dari infeksi karena mengandung antibody, makanan dengan gizi yang komplit dan sempurna bagi bayi, bayi tidak mudah terkena diare, kolik, alergi dan eksim, murah dan ekonomis, sebagai KB alamiah bagi ibunya, mempercepat involusi uterus, menumbuhkan rasa kasih sayang antara ibu dan anak, mencegah kanker payudara.

Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 54,3%, sedikit meningkat bila dibandingkan dengan tahun 2012 yang sebesar 48,6%. Menyusu sejak dini mempunyai dampak yang positif baik bagi ibu maupun bayinya, bagi bayi kehangatan saat menyusu dapat menurunkan risiko

kematian karena hipothermi (keedinginan). Selain itu, menjadikan bayi lebih kebal dari bakteri lain di lingkungan karena memperoleh kolostrum yang penting untuk kelangsungan hidupnya. Sedangkan bagi ibu, manfaat menyusui dapat mengurangi morbiditas dan mortalitas karena proses menyusui akan merangsang kontraksi uterus sehingga mengurangi perdarahan pasca melahirkan.

Perhatian terhadap upaya penurunan angka kematian neonatal (0-28 hari) menjadi penting karena kematian neonatal memberi kontribusi terhadap 56% kematian bayi. Hasil Riskesdas 2013 menyatakan bahwa persentase proses mulai mendapat ASI kurang dari satu jam, IMD (insiasi menyusu dini) pada anak umur 0-23 bulan di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 34,5%. Persentase proses mulai mendapat ASI antara 1-6 jam sebesar 35,2%, persentase proses mulai mendapat ASI antara 7-23 jam sebesar 3,7%, sedangkan persentase proses mulai mendapat ASI antara 24-47 jam sebesar 13,0% dan persentase proses mulai mendapat ASI lebih dari 47 jam sebesar 13,7%.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Kota Tanjungpinang, pada tahun 2013 jumlah ibu hamil 64. 389 jiwa. Dengan jumlah kunjungan pertama ibu hamil (K1) 62.138 jiwa (96,5%). Kunjungan ke empat ibu hamil (K4) 58.743 jiwa (91,23%). Pada tahun 2012 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif berjumlah 42,51 % dan terjadi peningkatan pada tahun 2013 menjadi 48, 81%.

Perawat seharusnya tidak hanya bisa berperan memberikan pelayanan kesehatan yang bersifat kuratif, tetapi mereka juga dituntut memberdayakan ibu dalam usaha yang bersifat preventif. Perawatan payudara merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya, hal ini dikarenakan

payudara merupakan organ esensial penghasil ASI pada bayi.

Riksani (2012) mengatakan demi keberlangsungan proses menyusui, payudara harus dirawat dengan baik dan tepat agar terhindar dari gangguan serta penyakit yang mungkin akan menimpa ibu selama proses menyusui. Selain akan membuat payudara indah kembali, perawatan yang benar dan dilakukan secara teratur akan memudahkan bayi saat menyusu, merangsang produksi ASI, dan mencegah payudara terluka selama proses menyusui. Perawatan payudara selama kehamilan adalah suatu bagian yang harus diperhatikan dan dilakukan sebagai persiapan para wanita/ ibu hamil untuk menyusui nantinya. Karena dengan melakukan perawatan payudara saat hamil maka ASI akan keluar dengan lancar (Fagus, 2012).

Faktor perawatan payudara yang berkembang salah satunya dalam memicu pengeluaran hormon oksitosin melalui pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu masa nifas dan menyusui. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang kedua sisi tulang belakang. Pijatan ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks pengeluaran ASI. Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks (F.B Monika, 2014).

Menurut Depkes RI (2007) Selain memberikan kenyamanan pada ibu dan merangsang refleks oksitosin, pijat oksitosin juga memiliki manfaat lain, yaitu mengurangi pembengkakan payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI (*plugged/ milk duct*), dan membantu mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Tinjauan Pustaka

Bobak *et al.* (2004) mengatakan bahwa kehamilan berlangsung selama 9 bulan menurut penanggalan internasional, 10 bulan menurut penanggalan lunar, atau sekitar 40 minggu. Kehamilan dibagi menjadi tiga periode tiga bulanan atau trimester. Trimester pertama adalah periode minggu pertama sampai minggu ke-13. Trimester kedua adalah periode minggu ke-14 sampai ke-26, sedangkan trimester ketiga, minggu ke-27 sampai kehamilan cukup bulan (38 sampai 40 minggu).

Payudara mungkin akan mengalami sedikit perubahan warna sebelum dan setelah kehamilan. Sebelum kehamilan, aerola (area yang mengelilingi puting susu) biasanya berwarna kemerahan, namun akan menjadi coklat dan mungkin akan mengalami pembesaran selama masa kehamilan dan masa menyusui. Untuk itu perlu dilakukan perawatan. Perawatan payudara dianjurkan mulai dilakukan setelah kehamilan berusia 5-6 bulan. Sebab, jika sejak awal kehamilan kita sudah melakukan perangsangan puting. Misalnya, bukan hasil baik yang diperoleh, tetapi malah bisa menimbulkan kontraksi rahim (Sari & Rimandini, 2014).

Massage/ pijit disebut juga dengan pijatan yang berarti sentuhan yang dilakukan dengan sadar (Nanayakkara, 2006). Menurut Fallows dan Russel (2003), pijit adalah hal yang dilakukan dengan rasa tenang dan rileks. Sentuhan merupakan bahasa universal bagi umat manusia (Aslani, 2003). Sentuhan merupakan perilaku manusia yang azasi (Sanderson et al, 1991) dan maknanya yang penting bagi kesehatan rohani serta jasmani sudah diteliti dengan baik (Montago, 1986 dalam Price, 1997).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *pra-eksperimen* dengan rancangan *one group pretest posttest* yaitu rancangan tanpa kelompok pembanding (kontrol) tetapi sudah dilakukan observasi pertama (*Pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan – perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (Notoatmodjo, 2010).

Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh ibu nifas di RB Kasih Murni Kelurahan Batu IX Kota Tanjungpinang yang berjumlah 36 orang. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel secara *Non Random* dengan cara *Consecutive Sampling* dengan jumlah sampel 32 orang.

A. Instrumen Penelitian

Pada penelitian eksperimen, istilah instrumen dapat digunakan untuk menjelaskan alat yang digunakan dalam melaksanakan uji coba/ perlakuan terhadap subyek penelitian dan alat ukur untuk mengumpulkan data (Dharma, 2011). Alat ukur yang digunakan berupa *self-report*, lembar observasi, gelas ukur, dan SOP.

B. Analisa Data

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel (Notoatmodjo, 2010). Analisis univariat untuk melihat distribusi variabel dependen yaitu kelancaran pengeluaran ASI dan karakteristik responden.

Analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji statistik yang sebelumnya dilakukan uji kenormalan data dengan melihat hasil test of normality Shapiro-wilk and diperoleh hasil nilai kemaknaan untuk kelompok eksperimen 0,022 dan kelompok kontrol 0,027 sehingga dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$).

Uji kemaknaan menggunakan Uji Wilcoxon Test, untuk mengetahui nilai rata – rata antar satu kelompok dengan kelompok lain, dimana antara satu kelompok lain tidak saling berhubungan yang menghasilkan $\rho\rho$, dengan $\alpha = 0,05$

HASIL PENELITIAN

Pada bagian ini akan disajikan hasil dari penelitian tentang “Analisis mengetahui keefektifitasan Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas”.

1. Analisis Univariat

a. Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Kelompok Perawatan Payudara Sebelum dan Sesudah Diberikan Perawatan Payudara di RB Kasih Murni

Pada tabel 1.1 didapatkan hasil pada kelompok perlakuan pijat oksitosin pre test semua pengeluaran ASI tidak lancar 16 responden (100%), post test mayoritas responden pengeluaran ASI lancar sebanyak 12 responden (75,0%).

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat adanya pengaruh pijat oksitosin dan perawatan payudara (variabel independen) terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas (variabel dependen). Analisis Pengaruh Sebelum dan Sesudah diberikan Pijat Oksitosin

Diagram 1.
Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Kelompok Perawatan Payudara Sebelum dan Sesudah Diberikan Perawatan Payudara

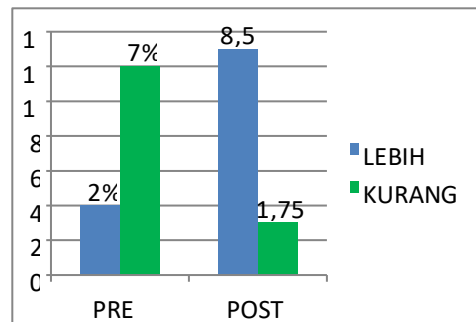


Diagram 1.1 menunjukkan bahwa sebagian besar pengeluaran ASI responden kurang lancar yaitu sebanyak 12 responden (75%). Sesudah diberikan perawatan payudara diketahui bahwa sebagian besar responden dengan kelancaran pengeluaran ASI yang lebih lancar berjumlah sebanyak 14 responden (87,5%).

b. Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Kelompok Pijat Oksitosin Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Oksitosin di RB Kasih Murni

dan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas.

a. Analisis Pengaruh

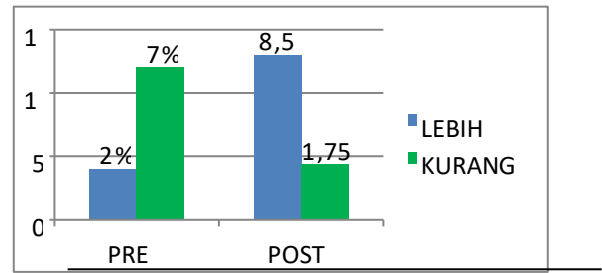
Sebelum dan Sesudah diberikan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di RB Kasih Murni

Diagram 1.2 menunjukkan bahwa ada peningkatan kelancaran pengeluaran ASI setelah diberi perawatan payudara. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa $P\text{ value} < \alpha$ ($0,001 < 0,05$), sehingga disimpulkan ada

pengaruh yang bermakna pemberian perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas (Ho ditolak).

- b. Analisis Pengaruh Sebelum dan Sesudah diberikan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Pengeluaran

ASI pada Ibu Nifas di RB Kasih Murni



Tabel 1.2
Analisis Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas Pre Test dan Post Test
Kelompok Pijat Oksitosin

	N	Rerata±s.d	Perbedaan rerata ± s.d	IC95%	P value
Pre Test kelompok Pijat Oksitosin	16	42,31±3,240			
Post Test Kelompok Pijat Oksitosin	16	50,81±3,146	8,500±3,266	6,760-10,240	0,000

Tabel 1.2 didapatkan hasil adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas dengan *p value* 0,000. Jumlah pengeluaran ASI yang dikeluarkan oleh ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin saat *pre test* adalah 42,31 mL dan *post-test* meningkat menjadi 50,81 mL.

Dapat dilihat Perbedaan Analisa Nilai *Pre Test* dan *Post Test* maka Pijat Oksitosin lebih efektif terhadap kelancaran pengeluaran ASI dengan *Uji Wilcoxon* diperoleh ρ Value $0,000 < 0,05$ (ρ value $< \alpha$ 0,05).

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN
Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 01 Desember 2014 sampai 08 April 2014. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 32 orang ibu nifas. Yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan Pijat Oksitosin dan kelompok perlakuan Perawatan Payudara.

1. Karakteristik Responden

a. Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan 62,5% ibu nifas di RB Kasih Murni memiliki usia antara 17-25 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa ibu nifas di RB Kasih Murni berada pada usia reproduksi yang baik untuk hamil. Eni (2011), menyatakan kemampuan untuk hamil yang tinggi terjadi pada rentang usia wanita 20 tahun. Rendahnya kemampuan untuk hamil pada usia lanjut berhubungan penurunan aktifitas hubungan seksual.

Penurunan tersebut juga dimulai pada usia di atas 30 tahun, faktor kualitas sel telur, kapasitas serviks, kondisi hormonal menjadi faktor yang dapat menurunkan kemampuan untuk hamil pada wanita. Hal ini sesuai dengan penelitian Rahmawati, Nuraini & Resti Agustina Setyaningrum (2009), menyatakan bahwa dari 32 responden paling banyak pada kelompok umur 20-35 tahun (83,3%), yaitu berada dalam kurun waktu reproduksi sehat (80%).

b. Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan

Data penelitian dari status pekerjaan diketahui 59,375% responden berstatus tidak bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, Vika & Sulastri (2012) yang menyatakan bahwa dari 32 responden didapati sebagian besar responden sebagai ibu rumah tangga. Pada masa sekarang bekerja merupakan kebutuhan setiap individu. Melalui bekerja, keluarga mampu memenuhi kebutuhan keluarga seperti kebutuhan pangan, sandang, papan maupun kebutuhan sosial. Oleh karena itu responden dengan status bekerja dapat menggunakan penghasilannya sebagai modal untuk membeli buku mengenai perawatan payudara untuk meningkatkan pengetahuannya tentang manfaat perawatan payudara.

Namun dikarenakan sulitnya peluang kerja di masa kini, sehingga sebagian besar responden lebih memilih mengurus hal rumah tangga dibandingkan bekerja di luar rumah.

c. Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan

Berdasarkan tingkat pendidikan responden didapati sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA yaitu sebesar 46,875%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, Vika & Sulastri (2012) yang menyatakan bahwa dari 32 responden didapati sebagian besar berpendidikan SMA. Tingkat pendidikan SMA sudah dapat diasumsikan dapat menerima informasi penting termasuk informasi kesehatan payudara selama kehamilan.

Tingkat pendidikan SMA di RB Kasih Murni sudah dianggap tinggi, walaupun pada saat ini sudah banyak ditemukan penduduk dengan tingkat pendidikan

perguruan tinggi. Responden dengan tingkat pendidikan SMA sudah dapat menerima informasi dari pihak yang dianggap berpengaruh dalam hal kesehatan seperti petugas kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat diberikan oleh petugas kesehatan pada saat ibu melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan sehingga melalui pendidikan kesehatan yang diterima oleh ibu dapat meningkatkan pengetahuannya tentang kesehatan terutama dalam hal perawatan payudara untuk kelancaran pengeluaran ASI.

2. Kelancaran Pengeluaran ASI Sebelum dan Sesudah diberikan Perawatan Payudara Pada Responden Ibu Nifas di RB Kasih Murni.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya di bab ini, sebelum dilakukan perawatan payudara terdapat 12 responden (75%) pada kelompok ini yang memiliki kelancaran pengeluaran ASI yang kurang lancar berdasarkan hasil pengukuran dengan menggunakan *self report* dengan total pertanyaan berjumlah 20 soal.

ASI adalah susu yang diproduksi seorang ibu untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum bisa mencerna makanan padat (Nirwana, 2014). Setelah persalinan selesai, setiap ibu harus segera bersiap menjalani tugas lain, yaitu menyusui bayi yang baru saja dilahirkan, meskipun merasa sangat letih, susuilah bayi sesegera mungkin. Pada persalinan normal, ibu dapat langsung melakukan inisiasi menyusui dini segera setelah bayi lahir. Namun pada persalinan melalui operasi Caesar, inisiasi menyusui dini dapat dilakukan satu jam setelah menjalani operasi (Riksani, 2011).

Sesudah diberikan perawatan payudara seperti yang dapat dilihat di atas, 14 orang responden dalam kelompok perlakuan perawatan payudara mengalami

peningkatan kelancaran pengeluaran ASI dari kurang lancar menjadi lebih lancar (87,5%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa perawatan payudara dapat meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI dengan baik. Hal ini berkelanjutan juga dengan hasil dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fagus (2012) yang membuktikan bahwa ada peningkatan pengeluaran ASI setelah diberikan perawatan payudara.

Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Astarti & Djuminah (2008) dengan judul penelitian hubungan perawatan payudara masa antenatal dengan kecepatan sekresi ASI post partum primipara.

3. Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Kelompok Pijat Oksitosin Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Oksitosin di RB Kasih Murni

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil p value < 0,05. Dengan didapatkannya hasil adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas di RB Kasih Murni. Jumlah pengeluaran ASI yang dikeluarkan oleh ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin rata-rata saat *pre-test* dan *post-test* menjadi meningkat. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata pengeluaran ASI pada kelompok Pijat Oksitosin pada saat *pre-test* didapatkan semua tidak lancar 16 responden dan *post-test* yang lancar sebanyak 12 responden.

Hasil Analisa Bivariat yang dilakukan antara kelompok perlakuan Pijat Oksitosin dan kelompok perlakuan Perawatan Payudara menunjukkan bahwa ada efektifitas yang bermakna antara Perawatan Payudara dengan nilai P value < α (0,001 < 0,05) dan Pijat Oksitosin dengan nilai dengan p value 0,000 terhadap kelancaran

pengeluaran ASI pada ibu nifas di RB Kasih Murni.

Dapat dilihat Perbedaan Analisa Nilai *Pre Test* dan *Post Test* pada masing-masing kelompok Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara. Dapat disimpulkan maka Pijat Oksitosin lebih efektif terhadap kelancaran pengeluaran ASI dengan *Uji Wilcoxon* diperoleh ρ Value 0,000 < 0,05 (ρ value < α 0,05). Hal ini dikarenakan pijat oksitosin merupakan pemijatan pada sepanjang kedua sisi belakang. Pijatan ini dilakukan untuk merangsang hormon oksitosin atau refleks pengeluaran ASI. Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks (F.B Monika, 2014).

Pijat oksitosin yang dilakukan akan memberikan kenyamanan pada ibu sehingga akan memberikan kenyamanan pada bayi yang disusui. Secara fisiologis hal tersebut meningkatkan hormon oksitosin yang dikirimkan ke otak sehingga hormon oksitosin dikeluarkan dan mengalir ke dalam darah, kemudian masuk ke payudara ibu menyebabkan otot-otot disekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir di saluran ASI (*milk ducts*).

KESIMPULAN

1. Sebagian besar ibu nifas di RB Kasih Murni berusia 17-25 tahun dengan status tidak bekerja serta mempunyai tingkat pendidikan SMA.
2. Sebagian besar ibu nifas di RB Kasih Murni memiliki kelancaran pengeluaran ASI yang kurang lancar sebelum diberikan pijat oksitosin dan perawatan payudara.
3. Sesudah diberikan perawatan payudara, 14 orang responden dalam kelompok perlakuan perawatan payudara mengalami peningkatan kelancaran pengeluaran ASI dari kurang lancar menjadi lebih lancar (87,5%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa perawatan

payudara dapat meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI dengan baik.

4. Setelah dilakukan pijat oksitosin rata-rata saat *pre-test* dan *post-test* menjadi meningkat. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata pengeluaran ASI pada kelompok Pijat Oksitosin pada saat *pre-test* didapatkan semua tidak lancar 16 responden dan *post-test* yang lancar sebanyak 12 responden.
5. Ada efektifitas yang bermakna antara Perawatan Payudara dengan nilai $Pvalue < \alpha$ ($0,001 < 0,05$) dan Pijat Oksitosin dengan nilai dengan p value 0,000 terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas di RB Kasih Murni.
6. Dapat dilihat Perbedaan Analisa Nilai *Pre Test* dan *Post Test* pada masing-masing kelompok Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara. Dapat disimpulkan Pijat Oksitosin lebih efektif terhadap kelancaran pengeluaran ASI dengan *Uji Wilcoxon* diperoleh ρ Value $0,000 < 0,05$ (ρ value $< \alpha$ $0,05$). Hal ini dikarenakan Pijat Oksitosin merupakan pemijatan pada sepanjang kedua sisi belakang. Pijatan ini dilakukan untuk merangsang hormon oksitosin atau refleksi pengeluaran ASI. Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks (F.B Monika, 2014).

Saran

Karena telah terbukti terdapat efektifitas Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI maka diharapkan kepada ibu nifas maupun pembaca dapat menggunakan Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara sebagai terapi pilihan dalam kelancaran pengeluaran ASI.

Selain sasarannya kepada individu diharapkan petugas kesehatan dapat mengembangkan memberikan pendidikan kesehatan mengenai Pijat Oksitosin dan

Perawatan Payudara pada saat ibu melakukan kunjungan pemeriksaan antenatal.

Diharapkan bagi peneliti lain agar terus mengembangkan penelitian tentang Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas dengan membandingkan efektivitas Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara dengan intervensi lain yang bisa mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Astari, Asti Melani & Djuminah. (2008). *Hubungan Perawatan Payudara Masa Antenatal dengan Kecepatan Sekresi ASI Post Partum Primipara*. Jurnal (hal. 1)
- Bobak *et al.* (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta : EGC
- Cadwell, Karin & Cindy Turner-Maffei. (2011). *Manajemen Laktasi : Buku Saku*. Jakarta : EGC
- Dahlan, M. Sopiudin. (2009). *Statistik Kedokteran dan Kesehatan, Edisi 4*. Jakarta : Salemba Medika
- Depkes. (2013). Profil Kesehatan Indonesia. www.depkes.go.id. Diakses: 1 januari 2015.
- Dharma, Kelana Kusuma. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta : CV. Trans Info Media
- DINKES Kota Tanjungpinang. (2012-2013). Data tidak dipublikasikan
- DINKES Provinsi Kepulauan Riau. (20122013). Data tidak dipublikasikan
- Dokter Anakku. (2013). Ayah ASI. www.dokteranakku.net. Diakses : 29 Februari 2015
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2008). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik* E-ISSN: 2621 7694 | P-ISSN: 2086-9703

- Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Kusmiran, Eni. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Murkoff, Heidi et al. (2006). *Kehamilan : Apa yang Anda Hadapi Bulan per Bulan*. Jakarta : Arcan
- Nirwana, Ade Benih. (2014). *ASI dan Susu Formula (Kandungan dan Manfaat ASI dan Susu Formula)*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Notoatmodjo, Prof.Dr.Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Prof.Dr.Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Rahmawati, Nuraini & Resti Agustina Setyaningrum.(2009). *Stimulasi Refleks Oksitosin Terhadap Kejadian Bendungan ASI pada Post Partum Primipara di Bidan Praktek Swasta Benis Jayanto Ngentak Kujon, Ceper, Kabupaten Klaten*. Jurnal (hal 7)
- Riksani, Ria. (2012). *Keajaiban ASI (Air Susu Ibu)*. Jakarta : Dunia Sehat
- Rohmah, Nikmatur. (2009). *Pendidikan Prenatal : Upaya Promosi Kesehatan bagi Ibu Hamil*. Jakarta : Gramata Publishing
- Sari, Eka Puspita & Kurnia Dwi Rimandini. (2014). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Post Natal Care)*
- Wulandari, Vika & Sulastri. (2012). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Ibu Primigravida dengan Perilaku Perawatan Payudara pada Saat Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo Klaten*. Jurnal (hal.168)