

PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM

Dwi Nur Octaviani Katili¹, Mohamad Sayuti Djau², Ulfiana Djunaid³, Rukmiyati Abdullah⁴

¹Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

²Program Studi Akuakultur, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

^{3,4}Program Studi DIV Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

dwioctavianikatili@umgo.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Air susu ibu (ASI) mengandung zat unik seperti antibodi, sel hidup, dan faktor pertumbuhan pelindung khusus yang diciptakan khusus untuk bayi. Terlebih lagi ASI lebih mudah dicerna dari pada pengganti ASI seperti susu formula. Pemberian makanan yang tepat dan optimal sangat penting untuk kelangsungan hidup, pertumbuhan dan perkembangan bayi serta anak usia dibawah dua tahun. Beberapa faktor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik yaitu faktor pengetahuan ibu, keengganan untuk menyusui karena rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, serta kekhawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di Puskesmas Tilango Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo.

Metode: Jenis penelitian menggunakan *quasi eksperimen-non equivalent control grub design*. Jumlah populasi 32 orang ibu post partum, pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan membagi menjadi 16 orang kelompok intervensi untuk dilakukan pijat oketani dan 16 orang kelompok kontrol yang tidak dilakukan pijat oketani.

Hasil penelitian: pijat oketani mempengaruhi berat badan bayi agar tidak mengalami penurunan yang drastis, dan frekuensi menyusui, frekuensi BAK, serta frekuensi lama tidur bayi meningkat karena produksi ASI ibu meningkat sehingga bayi mendapatkan ASI yang cukup dengan nilai signifikan *p-Value* <0.05..

Simpulan: Terdapat pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di Puskesmas Tilango Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo

Kata kunci: Pijat Oketani, ASI (Air Susu Ibu), Ibu Post Partum.

ABSTRACT

Background: Breast milk (ASI) contains unique substances such as antibodies, live cells, and protective growth factors specially created for babies. Moreover, breast milk is easier to digest than breast milk substitutes such as formula. Provision of proper and optimal food is very important for the survival, growth and development of infants and children under two years of age. Several factors are suspected to be the cause of the baby not getting breast milk properly, namely the mother's knowledge, reluctance to breastfeed due to pain during breastfeeding, fatigue during breastfeeding, and mother's worries about breast changes after breastfeeding.

Purpose: This study aims to determine the effect of oketani massage on increasing milk production in post partum mothers in Tilango Health Center, Tilango District, Gorontalo Regency.

Method: This type of research uses a quasi-non-equivalent control grub design experiment. Total population of 32 post partum mothers, sampling using total sampling by dividing into 16 intervention groups to do an oketani massage and 16 control groups who did not do an oketani massage.

Result: oketani massage affects the baby's body weight so as not to experience a drastic decrease, and the frequency of breastfeeding, the frequency of BAK, and the frequency of sleep duration of the baby increases because breast milk production increases so that the baby gets enough milk with a significant value of *pValue* <0.05.

Conclusion: There is an effect of Oketani Massage on Increasing Breastfeeding Production in Post Partum Mother

Keywords: Oketani Massage, Breastfeeding, Post Partum Mother.

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) mengandung zat unik seperti anitibodi, sel hidup, dan faktor pertumbuhan pelindung khusus yang diciptakan khusus untuk bayi. Terlebih lagi ASI lebih mudah dicerna dari pada pengganti ASI seperti susu formula. Pemberian makanan yang tepat dan optimal sangat penting untuk kelangsungan hidup, pertumbuhan dan perkembangan bayi serta anak usia dibawah dua tahun, meskipun minat akan pemberian ASI semakin meningkat dan tingkat menyusui juga meningkat sayangnya dibanyak negara berkembang masih tinggi angka stunting bayi (1).

Besarnya manfaat ASI tidak diimbangi oleh peningkatan perilaku pemberian ASI sehingga bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik. ASI sangat dibutuhkan oleh bayi sejak bayi baru lahir karena anak yang baru lahir sampai berumur 1 tahun akan mengalami proses tumbuh kembang yang sangat cepat. Proses tersebut berlangsung dengan pesat dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan namun, berlangsung sangat pendek dan tidak dapat diulangi lagi sehingga disebut sebagai “masa keemasan” (*golden period*). Bayi pada bulan-bulan pertama kehidupan sangat membutuhkan ASI. Air susu ibu mengandung semua zat gizi (nutrient) yang dibutuhkan untuk membangun dan menyediakan energi bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. ASI mengandung semua nutrisi yang diperlukan untuk bertahan hidup pada enam bulan pertama, meliputi antibodi dan antioksidan (2).

Beberapa faktor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan

baik yaitu faktor pengetahuan ibu, keengganan untuk menyusui karena rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, serta kekhawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui (3), adapun upaya yang dilakukan oleh tenaga medis dan pemerintah mulai dari pemberian edukasi kepada ibu tentang manfaat ASI, pemberian vitamin pada ibu agar ASI ibu meningkat dan pemberian perilaku melalui pijatan payudara. Salah satu upaya yang bisa dilakukan agar ASI ibu meningkat yaitu merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan adalah dengan melakukan pijat oketani(4).

Pencapaian pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2018 relatif turun menjadi 52,4%. Target Nasional capaian ASI Eksklusif adalah sebesar 80% (Kemenkes RI, 2016), berdasarkan data sekunder yang didapatkan oleh peneliti, di Provinsi Gorontalo pada tahun 2016 dari sasaran ibu bersalin sebanyak 204.452 orang terdapat 19.143 persalinan normal (93,60%). Terdapat sasaran ibu nifas sebanyak 21.986 orang, capaian pelayanan (KFI) nifas adalah 20.814 (94,67%). Capaian ASI Eksklusif mencapai 51,86% dari target sebesar 70%, pada tahun 2017 dari sasaran ibu bersalin sebanyak 21.997 orang, terdapat 20.311 persalinan normal (92.34%). (5)

Kabupaten Gorontalo tahun 2018 sasaran pemberian ASI eksklusif adalah 110

orang, bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 32 orang 29% (Dinkes Kab.Gorontalo, 2018). Hal ini merupakan angka yang kecil dari sasaran yang diinginkan oleh pemerintah Kabupaten Gorontalo. Jumlah sasaran yang masih sedikit ini membuat Puskesmas Tilango memberikan upaya edukasi kepada ibu untuk memberikan bayinya ASI eksklusif selama 6 bulan (6).

Puskesmas Tilango pada tahun 2018 pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan didata setiap bulannya. Angka pemberian ASI eksklusif pada bayi menurun pada bulan Oktober 2018 ada 137 bayi yang dilahirkan hanya 32 (23.4%) orang bayi yang mendapatkan ASI eksklusif dan yang tidak mendapatkan ASI eksklusif ada 105 (76.6%) bayi. pada bulan November 2018 ada 138 bayi yang dilahirkan hanya ada 34 (24.6%) bayi yang mendapatkan ASI eksklusif dan yang tidak mendapatkan ASI eksklusif ada 104 (75.4%), serta pada bulan Desember 2018 ada 140 bayi yang dilahirkan bayi yang mendapat ASI eksklusif ada 43 (31%) bayi dan yang tidak mendapatkan ASI eksklusif ada 97 (69%) bayi. Masih kurangnya kesadaran ibu dalam pemberian ASI eksklusif pada bayinya (7).

Pemerintah dan tenaga medis melakukan beberapa upaya untuk meningkatkan ASI tersebut salah satunya adalah pemberian pijat pada payudara ibu yang dilakukan oleh tenaga medis. Pijat oketani salah satu metode breast care yang tidak menimbulkan rasa nyeri. Pijat oketani dapat menstimulus kekuatan otot pektoralis untuk

meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara menjadi lebih lembut dan elastis (8).

Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu Post Partum di Puskesmas Tilango Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Tilango Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimen-nonequivalent control group design*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang tidak memiliki komplikasi pada masa nifas dan ibu yang hanya memberikan ASI pada bayinya. Sampel ini terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi pijat oketani dan kelompok eksperimen yang berikan intervensi dengan pijat oketani. Instrumen dalam penelitian ini terdiri dari dua instrumen yaitu lembar observasi dan SOP pelaksanaan pijat oketani. Lembar observasi berisi data sebelum dan sesudah dilakukan pijat oketani. Penelitian ini menggunakan uji *chi square* dengan pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling yaitu 32 responden. Kelompok intervensi sebanyak 16 orang dan kelompok kontrol sebanyak 16 orang

HASIL**Tabel 1. Analisis pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI.**

Indikator	kelompok		Chi-Square	pValue
	Intervensi	Kontrol		
Berat badan bayi	.000	.038	9,563 ^b	,048
Frekuensi menyusui	.011	.343	13,000 ^b	,011
Frekuensi BAK	.000	.492	10,500 ^b	,033
Lama tidur bayi	.000	.000	11,437 ^b	,022

Sumber : olahan data primer, (2019)

Tabel ini menunjukan bahwa hasil yang didapatkan pada penelitian ini sejalan dengan hasil yang didapatkan pada penelitian-penelitian terdahulu. Macmudah dan Nikmatul (2013) frekuensi menyusui nilai sig= 0.004 <0.05, frekuensi BAK nilai sig= 0.005 <0.05, frekuensi BAB nilai sig= 0.000 <0.05, dan berat badan bayi nilai sig= 0.486 <0.05. hasil penelitian ini menunjukan bahwa ada peningkatan frekuensi menyusui, frekuensi BAK dan Frekuensi BAB serta berat badan bayi mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi selama 12 hari.

PEMBAHASAN

Pijat oketani sangat berpengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi sehingga semua ibu post partum pada kelompok intervensi mengalami kenaikan produksi ASI. Hasil penelitian ini tidak terjadi kenaikan berat badan pada hari ke tujuh karena kenaikan berat badan terjadi pada hari ke 12 dan ke 14 hari akan tetapi dalam penelitian ini tidak terjadi pula penurunan berat badan badan bayi secara ekstrim dari beberapa bayi yang mengalami penurunan berat badan hanya

berkisar dari 100-200 gram dari berat badan saat lahir. Hal ini menunjukkan bahwa pijat oketani bisa mempengaruhi produksi ASI sehingga bayi yang kehilangan cairan akan mendapatkan ASI yang cukup sesuai kebutuhannya. Serta bisa meningkatkan frekuensi menyusui, frekuensi BAK dan frekuensi lama tidur bayi maka bayi tidak sering menangis atau rewel dan mengurangi kekhawatiran ibu terhadap bayinya (9).

Produksi dan pengeluaran ASI pada ibu post partum dapat dipengaruhi oleh rangsang hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam memproduksi dan mengeluarkan ASI, serta isapan mulut bayi yang dapat mempengaruhi kedua hormon tersebut. Isapan mulut bayi yang akan menstimulus hipotalamus pada bagian hipofisis anterior dan posterior. Hipofisis anterior akan menghasilkan rangsangan (rangsangan prolaktin) untuk meningkatkan sekresi prolaktin. Prolaktin bekerja pada kelenjar susu (alveoli) untuk memproduksi ASI. Isapan bayi tidak sempurna serta frekuensi menyusui yang jarang akan membuat produksi hormon oksitosin dan hormon prolaktin akan terus menurun dan produksi ASI akan terganggu. Hasil pengkajian tersebut menunjukan keadaan yang terjadi pada responden yaitu tidak keluarnya ASI sesuai dengan teori yang ada. Selain itu nutrisi ibu serta ketenangan jiwa dan pikiran ibu juga mempengaruhi produksi ASI (3).

Menurut Machmudah dan Khayati 2014 pada penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa hasil penelitiannya tidak menunjukkan penurunan berat badan yang ekstrim pada bayi

baru lahir. Pengukuran berat badan pada hari ke tujuh menunjukkan rata-rata penurunan berat badan bayi sebanyak 100 gram dibandingkan dengan berat lahir bayi. Secara teori beberapa hari setelah lahir berat badan bayi akan turun lima hingga sepuluh persen dari berat badan bayi saat lahir. Hal ini normal terjadi karena bayi kehilangan cairan saat dilahirkan dan asupan ASI pada hari-hari pertama belum maksimal (8).

Buhari pada tahun 2018 menjelaskan bahwa pada ibu post partum kelompok intervensi, setelah dilakukan pijat oketani ibu mengalami peningkatan produksi ASI karena salah satu fungsi dari pijat oketani untuk meningkatkan produksi ASI dan mengatasi masalah laktasi fisiologi dan patologi payudara. Hasil penelitian pada judul perbandingan pijat oketani dan pijat oksitosin dalam penelitiannya mengatakan bahwa menunjukkan frekuensi menyusui hari pertama lebih tinggi dengan nilai mean (5,25) dibandingkan dengan pijat oksitosin dengan nilai mean (4,52) dan nilai p 0,003 hal ini menunjukkan perbedaan frekuensi menyusui signifikan pada pijat oketani dan pijat oksitosin. Frekuensi BAK kelompok intervensi lebih tinggi dengan nilai mean (6,88) dan pada pijat oksitosin nilai mean (5,12) hal ini menunjukkan perbedaan signifikan pada pijat oketani dan pijat oksitosin (10).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pijat oketani berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu *post partum* di Puskesmas

Tilango Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo dimana keseluruhan nilai signifikan <0.05 .

Oleh karena itu, pijat ini dapat dijadikan salah satu bentuk terapi non farmakologi yang dapat dilakukan ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI. Meskipun demikian, diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang sama dengan jenis metode penelitian yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak.

REFERENSI

1. Mufdlillah M. Kebijakan Pemberian ASI Eksklusif: Kendala dan Komunikasi. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017.
2. Khasanah N. ASI atau Susu Formula. Yogyakarta: FlashBooks; 2011.
3. Kristiyanasari W. ASI, Menyusui dan SADARI. Edisi ke D. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011.
4. C J, A S, M H. Effects of Oketani Breast Massage On Breast Pain, the Breast Milk pH of Mothers and The Sucking Speed of Neonates. J Korean J Women Heal Nurs. 2012;18(2):149–58.
5. Gorontalo DKP. Laporan KIA/KB Provinsi Gorontalo. 2018.
6. Gorontalo DKK. Laporan KIA/KB Kabupaten Gorontalo. 2018.
7. Tilango P. Laporan Program KIA/KB, Poliklinik KIA/KB. Kabupaten Gorontalo; 2018.
8. Machmudah NK. Produksi ASI Ibu Postpartum Seksio Sesarea dengan Pijat

- Oketani dan Oksitosin. J Ners Fak Ilmu Keperawatan Univ Muhammadiyah Semarang. 2014;9(1):104–10.
9. Yuliati. The Impact of Combination of Rolling and Oketani Massage in Prolactin Level and Breast Milk Production in Post Cesarean Sections Mothers. Belitung Nurs J. 2017;3(4):329–36.
10. Buhari. Perbandingan Pijat Oketani dan Oksitosin Terhadap Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Post Partum Hari Pertama sampai Hari Ke Tiga di RS TK II Pelamonia Makassar. J Delima Pelamonia. 2018;2(2).