

Article

PENGARUH ROLLING MASSAGE TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI IBU POST PARTUM PRIMIPARA DI DESA CAMPOR KEC. GEGER KAB. BANGKALAN)

Ulva Noviana¹

¹Keperawatan, STIKes Ngudia Husada madura, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: August 28, 2018

Final Revision: September 14, 2018

Available Online: September 20, 2018

KEYWORDS

Rolling Massage and Breast Milk Production (ASI).

Phone: 085790793777

E-mail: ulvanhm@yahoo.com

A B S T R A C T

Production of breast milk (ASI) which is little and is not smooth one day after delivery becomes an obstacle of early breastfeeding for post partum primipara. Of 6 post partum primipara. 3 underwent breast milk which did not come out and 2 underwent breast milk which did not flow out smoothly and 1 underwent smooth flow of breast milk. This research was aimed to find out the effects of rolling massage on smoothness of breast milk production for post partum primipara. This research employed pre-experiment, one group pretest-posttest design. Population consisted of post partum primipara and sample which used a purposive sampling technique consisted of 13 post partum primipara. The result showed that before treatment, 69.2% post partum primipara had unsmooth production of breast milk and only 30.8% post partum primipara had smooth production of breast milk and after treatment, 77% post partum primipara had smooth production of breast milk and only 23% post partum primipara had unsmooth production of breast milk.

INTRODUCTION

Air susu ibu (ASI) adalah cairan kehidupan terbaik yang sangat dibutuhkan oleh bayi. ASI mengandung banyak zat yang penting untuk tumbuh kembang bayi dan sesuai dengan kebutuhannya (Marmi, 2012). Meski demikian tidak semua ibu mau menyusui bayinya karena berbagai alasan, selain itu ada juga ibu yang ingin menyusui bayinya tetapi mengalami kendala ASI tidak mau keluar atau produksinya kurang lancar terutama pada ibu primi para, kenyataan di lapangan menunjukkan produksi ASI yang sedikit atau tidak lancar pada hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala pemberian ASI secara dini.

Menurut WHO (2009) terdapat 35.6% ibu gagal menyusui bayinya, Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia tahun 2006-2007 hanya ada 4% yang mendapat ASI dalam satu jam kelahirannya, sementara itu berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RisKesDas) Tahun 2010 di jelaskan bahwa 67.5% ibu gagal memberikan ASI eksklusif. Sedangkan di Jawa Timur di dapatkan data Agustus 2014 sebanyak 64% ibu tidak menyusui bayinya dan di kabupaten Bangkalan terdapat 87.08% ibu yang memberikan ASI kepada anaknya.

Hasil studi pendahuluan dengan data tafsiran persalinan pada bulan April sampai bulan Mei terdapat 14 ibu post partum primipara, kemudian hasil dari wawancara pada 6 ibu post partum primipara pada bulan

januari di dapatkan 3 ibu post partum primipara mengalami kendala ASI tidak keluar dan 2 ibu post partum primipara ASI tidak lancar pada saat awal menyusui, Serta hanya terdapat 1 ibu post partum tidak mengalami kendala dalam menyusui yaitu produksi ASI lancar. Pada studi pendahuluan menunjukkan masih rendahnya kelancaran produksi ASI pada ibu post partum primipara.

Penurunan kelancaran produksi ASI setelah melahirkan dapat di sebabkan oleh kurangnya rangsangan otot buah dada yang merangsang hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI, selain itu faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu perawatan payudara, isapan bayi, frekuensi menyusui, faktor makanan, penggunaan alat kontrasepsi, anatomis payudara, ketenangan jiwa dan pikiran, pola istirahat, faktor fisiologis dan obat-obatan serta umur kehamilan saat melahirkan (Reni, 2014).

Dampak apabila tidak diberikan ASI, orang tua biasanya langsung menggantikan ASI dengan Susu Formula akibatnya seringkali bayi mengalami sakit karna daya tahan tubuhnya yang kurang baik, selain itu susu formula juga sangat sulit dicerna dalam sistem pencernaan manusia (Marmi, 2012). Jika bayi tidak di berikan ASI dan di ganti dengan susu formula, maka bayi tidak akan mendapatkan kekebalan, serta akan kekurangan gizi. Dengan tidak adanya zat antibodi, maka bayi akan mudah terserang penyakit (Reni, 2014).

Menyusui dini di jam-jam pertama kelahiran jika tidak dapat di lakukan oleh ibu akan menyebabkan proses menyusui tertunda, maka alternatif yang dapat di lakukan adalah pemerah atau memompa ASI selama 10-20 menit hingga bayi dapat menyusui. Tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi (Evariny, 2008). Usaha untuk merangsang hormon oksitosin pada ibu setelah melahirkan yaitu dengan dengan tehnik *masase rolling*, sehingga reflek kluarnya ASI

dapat optimal. *Massage rolling* atau pijat punggung ini merupakan tehnik untuk merangsang reflek oksitosin atau reflek *let down*, pijat oksitosin ini di lakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang (Roesli, 2005).

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh kelancaran produksi ASI ibu post partum primipara sebelum dan sesudah di lakukan *Massage Rolling* di BPM Campor, Kecamatan Geger, Kabupaten Bangkalan

METHODS

Desain yang di gunakan dalam penelitian ini adalah pra eksperimen (*pre-experiment designs*) dengan rancangan yang di gunakan adalah *one group pretest-postest*. Variabel independennya yaitu *Massage Rollin*. Variabel dependennya yaitu produksi ASI pada ibu post partum primipara. Populasinya adalah ibu post partum primipara yang ada di BPM H.Tatik Hermiyati Desa campor terdapat 14 Tafsiran persalinan ibu post partum primipara. Tehnik pengambilan sampel dari penelitian ini menggunakan *non-probability samples* yaitu *porposive sampling*.

RESULT

Distribusi frekuensi berdasarkan inisiasi menyusu dini (IMD)

Tabel 1 Distribusi frekuensi berdasarkan inisiasi menyusu dini (IMD) responden

IMD	Frekuensi	Presentase%
IMD	5	38.5
Tidak IMD	8	61.5
Jumlah	13	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa sebagian besar responden tidak melakukan inisiasi menyusu dini (IMD) yaitu sebanyak 8 responden (61.5%).

Distribusi frekuensi berdasarkan keaktifan kelas ibu hamil

Tabel 2. Distribusi frekuensi berdasarkan keaktifan kelas ibu hamil

Kelas ibu	Frekuensi	Presentase%
-----------	-----------	-------------

hamil		
Aktif	2	15.5
Tidak aktif	11	84.5
Jumlah	13	100

Sumber : perolehan data di lapangan Berdasarkan tabel 2 di dapatkan bahwa sebagian besar responden tidak aktif dalam mengikuti kegiatan kelas ibu hamil yaitu 11 responden (84.5%).

Data produksi ASI sebelum perlakuan
Tabel 3 Hasil Rekapitulasi Data Produksi ASI Sebelum Perlakuan

No.	Score	Kategori
1	3	Tidak Lancar
2	4	Lancar
3	2	Tidak Lancar
4	1	Tidak Lancar
5	3	Tidak Lancar
6	4	Lancar
7	4	Lancar
8	2	Tidak Lancar
9	2	Tidak Lancar
10	1	Tidak Lancar
11	4	Lancar
12	1	Tidak Lancar
13	0	Tidak Lancar
Mean :		2.35

Hasil Rekapitulasi Data Produksi ASI Sesudah Perlakuan

Tabel 4 Hasil Rekapitulasi Data Produksi ASI Sesudah Perlakuan

No.	Score	Kategori
1	4	Lancar
2	4	Lancar
3	4	Lancar
4	2	Tidak Lancar
5	4	Lancar
6	4	Lancar
7	4	Lancar
8	4	Lancar
9	4	Tidak Lancar
10	2	Lancar
11	4	Lancar
12	4	Tidak Lancar
13	1	
Mean :		3.46

Berdasarkan hasil penelitian di peroleh data hasil observasi ibu post partum primipara sesudah di lakukan *massage rolling* terdapat 10 ibu post partum primipara ASI Lancar (77%) dengan mean 3,46. Berdasarkan analisa observasi ibu post

partum primipara sesudah di lakukan *Massage Rolling* dengan skor tertinggi yaitu sebagian besar bayi menyusu 10-12 kali dalam 24 jam dan sebagian besar bayi kencing minimal 6 kali dalam 24 jam.

Perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan *massage rolling*

Tabel 5 Hasil Analisis produksi ASI ibu post partum primipara sebelum dan sesudah di lakukan *Massage Rolling* pada Pengukuran Pre Test dan Post Test.

Pengukuran	Produksi ASI ibu post partum primipara		Total			
	Tidak lancar	Lancar	Σ	%		
Pre test	9	69	4	31	13	100
Post test	3	23	10	77	13	100

$\alpha: 0,05 < P_{value}: 0,002$
 $\alpha: 0,05 < P_{value}: 0,017$

Berdasarkan hasil uji statistik *Paired T Test* diperoleh nilai *P Value* (0,02) dengan tingkat kemaknaan α (0,05), berarti nilai *P Value* < α . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang berarti ada pengaruh antara produksi ASI ibu post partum primipara sebelum dan sesudah di lakukan *Massage Rolling*.

DISCUSSION

Produksi ASI ibu sebelum diberikan *massage Rolling*

Berdasarkan hasil penelitian di peroleh data hasil observasi ibu post partum primipara sebelum di lakukan *massage rolling* terdapat 9 ibu post partum primipara tidak lancar (69.3%) dengan mean 2,38. Berdasarkan analisa observasi ibu post partum primipara sebelum di lakukan *Massage Rolling* dengan skor terendah yaitu hanya sebagian kecil yang air susunya merembes keluar dan hanya sebagian kecil sebelum di susukan payudara ibu terasa tegang.

Produksi ASI merupakan hasil rangsangan payudara oleh hormon prolaktin, hormon ini di hasilkan oleh kelenjar hipofise yang berada di dasar otak. Berikut ini beberapa kriteria yang dapat di pakai sebagai patokan untuk mengetahui produksi ASI lancar dan bayi cukup ASI yaitu Air susu ibu banyak dapat merembes keluar melalui puting, Sebelum di susukan payudara terasa tegang, Bayi setidaknya menyusu 10-12 kali dalam 24 jam, Bayi kencing setidaknya 6 kali dalam 24 jam (wulandari dkk, 2011).

Faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah inisiasi menyusu dini (IMD). Hasil penelitian sebagian besar ibu post partum primipara tidak di lakukan inisiasi menyusu dini (IMD) di karenakan ada beberapa kendala dalam inisiasi menyusu dini salah satunya yaitu ibu menolak di lakukan inisiasi menyusu dini. Inisiasi menyusu dini disebut sebagai tahap ke empat persalinan sampai 1 jam setelah persalinan, meletakkan bayi baru lahir dengan menengkurapkan bayi yang sudah di keringkan tubuhnya namun belum di bersihkan dan tidak di bungkus di dada ibunya segera setelah persalinan dan memastikan bayi mendapatkan kontak kulit dini dengan ibunya, menemukan puting susu dan mendapatkan asupan kolostrum sebelum ASI keluar. Reflek menghisap bayi timbul setelah 20-30 menit setelah lahir (Gupta, 2007). Melalui sentuhan bayi pada puting susu ibu akan mengeluarkan hormon oksitosin yang bisa merangsang kelancaran produksi ASI, selain itu semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak.

Hasil wawancara dengan bidan di dapatkan sebagian besar ibu post partum primipara tidak aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil oleh karna itu ibu post partum primipara tersebut tidak meengetahui tentang perawatan payudara pada akhir masa kehamilan. Perawatan payudara menjelang masa laktasi perlu di lakukan yaitu dengan mengurut selama 6 minggu terahir masa kehamilan, pengurutan tersebut di harapkan apabila di terdapat penyumbatan pada duktus laktiferus dapat di hindarkan sehingga pada

waktunya ASI akan keluar dengan lancar (Arifin, 2004). Payudara yang terawat akan memproduksi ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi dan dengan perawatan payudara yang baik akan menghasilkan produksi ASI yang lancar.

Faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah nutrisi ibu, hasil wawancara di dapatkan sebagian besar ibu post partum primipara masih mengikuti adat istiadat nenek moyang terdahulu bahwa setelah melahirkan ibu hanya boleh makan nasi putih dan sedikit minum air, hal tersebut yang bisa membuat produksi ASI tidak lancar. Makanan yang di konsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan cukup akan gizi dan pola makanan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar (Riksani, 2012). Asupan nutrisi Ibu sangat penting untuk proses laktasi dan sumber energi selama menyusui, apabila nutrisi ibu kurang maka akan mempengaruhi produksi ASI.

Produksi ASI Ibu setelah diberikan Massage Rolling

Berdasarkan hasil penelitian di peroleh data hasil observasi ibu post partum primipara sesudah di lakukan *massage rolling* terdapat 10 ibu post partum primipara ASI Lancar (77%) dengan mean 3,46. Berdasarkan analisa observasi ibu post partum primipara sesudah di lakukan *Massage Rolling* dengan skor tertinggi yaitu sebagian besar bayi menyusu 10-12 kali dalam 24 jam dan sebagian besar bayi kencing minimal 6 kali dalam 24 jam.

Massage rolling atau pijat punggung yang di lakukan di ruas tulang belakang ibu akan merasa rileks dan nyaman. Perasaan rileks dan ibu merasa nyaman akan merangsang neurotransmitter kemudian akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hipotalamus di hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin. Oksitosin akan memeras air susu yang telah di produksi keluar dari alveoli atau masuk ke sistem duktus dan selanjutnya mengalir

melalui duktus laktiferus masuk ke mulut bayi (Reni, 2014).

Sebagian besar ibu post partum primipara setelah di lakukan *massage rolling* memiliki produksi ASI lancar. Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin. Saat terjadi stimulasi hormon oksitosin, sel-sel alveoli di kelenjar payudara berkontraksi dengan adanya kontraksi tersebut menyebabkan reflek *let down* yang membuat air susu ibu keluar ke saluran-saluran duktus (Lawrence, 2011). *Massage rolling* atau pijat punggung pada ibu post partum primipara akan mempermudah ibu dalam pemberian ASI terutama bagi ibu yang memiliki produksi ASI yang tidak lancar.

Perbedaan Produksi ASI ibu antara sebelum dan sesudah diberikan Massage Rolling

Berdasarkan hasil uji statistik *Paired T Test* diperoleh nilai *P Value* (0,02) dengan tingkat kemaknaan α (0,05), berarti nilai *P Value* < α . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang berarti ada pengaruh antara produksi ASI ibu post partum primipara sebelum dan sesudah di lakukan *Massage Rolling*.

Massage Rolling atau pijat punggung merupakan suatu tehnik untuk merangsang oksitosin yang bertujuan untuk memperlancar produksi ASI. Selain itu ada banyak manfaat dari *massage rolling* yaitu Melancarkan produksi ASI, memacu reflek pengeluaran ASI, mengurangi bengkak (*Engorgement*), merangsang pelepasan hormon oksitosin, dan meningkatkan perasaan kasih sayang antara ibu dan anak (Marmi, 2011).

Massage rolling pada ibu post partum primipara sangat berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI, hal ini di buktikan dengan adanya perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan *massage rolling*. *Massage rolling* merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancaran produksi ASI. Tehnik *massage rolling* lakukan di

tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *cosata* kalima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin yang dapat melancarkan produksi ASI setelah melahirkan (Roesli, 2009). Kelancaran produksi ASI ibu post partum primipara merupakan hal yang penting untuk kelangsungan hidup dan asupan nutrisi bayi, dengan di lakukan *massage rolling* maka produksi ASInya menjadi lancar dan meningkatkan rasa kasih sayang ibu terhadap anaknya serta memberikan rasa percaya diri untuk menyusui anaknya.

Penelitian lain yang di lakukan oleh Eko Mardyaningsih di universitas indonesia pada tahun 2010 tentang pengaruh pijat punggung terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum diperoleh hasil 86.7% ibu post partum produksi ASI lancar setelah di lakukan pijat punggung.

CONCLUSION

1. Sebagian besar ibu post partum primipara sebelum di lakukan *Massage Rolling* memiliki produksi ASI tidak lancar di BPS Hj.Tatik Hermiyati di Desa Campor dengan mean 2,35.
2. Sebagian besar ibu post partum primipara sesudah di lakukan *Massage Rolling* memiliki produksi ASI lancar di BPS Hj.Tatik Hermiyati di Desa Campor dengan mean 3,46.
3. Ada perbedaan produksi ASI ibu post partum primipara sebelum dan sesudah di lakukan *massage rolling* di BPS Hj.Tatik Hermiyati Desa Campor.

REFERENCES

- Ariani. 2009. *Ibu Susui Aku Bayi sehat Dan Cerdas Dengan ASI*. Bandung : Khazanah Intelektual
- Arifin. 2004. *Panduan ibu cerdas (ASI dan tumbuh kembang bayi)*. Yogyakarta. Medis Pressindo.
- Astutik, ReniYuli. 2014. *Payudara Dan Laktasi*. Jakarta : Salemba Medika
- Depkes RI. 2001. *Panduan Menejemen Laktasi*. Jakarta : Depkes RI
- Evariny, A. 2008. *Agar ASI Lancar di Awal Menyusui*. di akses tanggal 15 Januari 2015. <http://www.hypno-birthing.web.id/>.
- Hidayat, Aziz Alimul. 2009. *Metode Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Khamzah, Nur siti. 2012. *Segudang Keajaiban ASI Yang Harus Anda Ketahui*. Yogyakarta : Flashbooks
- Lawrence, R. A. 2011. *Breastfeeding A guide for the medical profession*. St. Louis : CV Mosby.
- Marmi. 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta : Pustaka Pelajar
- Mulyani, Nina Siti. 2013. *ASI Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Maryunani, Anik. 2012. *Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif Dan Menegemen Laktasi*. Jakarta : CV. Trans Info Media
- Mardianingsih, Eko. 2010. Efektifitas Kombinasi Tehnik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum. *Jurnal penelitian* No.25-26
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehata*. Jakarta : Renika Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Renika Cipta
- Novianti R. 2009. *Cara Dahsyat Memberikan ASI Untuk Bayi Sehat dan Cerdas*. Yogyakarta : Octopus
- Nursalam. 2008. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Riksani, Ria. 2012. *Keajaiban ASI (Air Susu Ibu)*. Jakarta : Dunia Sehat
- Roesli, Utami, dkk. 2009. *Manajemen laktasi*. Jakarta : IDAI
- Sitepoe, Mangku. 2013. *ASI Eksklusif Arti Penting Bagi Kehidupan*. Jakarta : Indeks
- Soetjiningsih. 2012. *ASI Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Soraya, L. *Agar ASI Lancar di Masa menyusui*, di Akses tanggal 15 Januari 2015. <http://www.mailarchive.com/milis-nakita@nes.gamedia-majalah.com>
- Sulistyawati, Ari. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta : CV.Andi Offset
- Wulandari, Setyo Retno,. Dan Handayani, Sri. 2011. *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. Yogyakarta : KD