

Hubungan *Massage* Payudara terhadap Frekuensi Menyusui Ibu Postpartum di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang 2019

Solihati*, Ika Novita Sari

Prodi DIII Kebidanan, STIKES Yatsi Tangerang

*Email : @stikesyatsi.ac.id

Keywords:
Breast massage;
frequency of
breastfeeding

Abstract

Lack of knowledge information about breast massage causes lack of milk production in breastfeeding mothers which can be increased from the frequency of breastfeeding. In Indonesia Nationally, the coverage of infants receiving exclusive breastfeeding is 61.33%. In Banten, the coverage of infants receiving exclusive breastfeeding is 35.87%. The results of the data in 2018 At the Cipondoh Health Center, the coverage of infants getting exclusive breastfeeding was 1,430 with the target of 1,488 infants who were exclusively breastfed. To find out whether there is a relationship between breast massage and the frequency of breastfeeding for postpartum mothers in Cipondoh Public Health Centers. This type of research uses descriptive analytic, cross sectional approach techniques with a population of 32 respondents sampling by accidental sampling. The data analysis technique used was the Chi-Square Test, using SPSS 22. there was a relationship between breast massage and the frequency of breastfeeding for postpartum mothers. p-value 0,000 ($p < 0.05$). from the results of the study there is a relationship between breast massage and the frequency of breastfeeding for postpartum mothers. The impact of breastfeeding mothers can be seen from the frequency of breastfeeding mothers who benefit so that the mother's uterus returns to normal faster.

Abstrak

Kurangnya informasi pengetahuan tentang pijat payudara menyebabkan kurangnya produksi ASI pada ibu menyusui yang dapat meningkat dari frekuensi menyusui. Di Indonesia secara nasional, cakupan bayi yang menerima ASI eksklusif adalah 61,33%. Di Banten, cakupan bayi yang menerima ASI eksklusif adalah 35,87%. Hasil data pada tahun 2018 Di Pusat Kesehatan Cipondoh, cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif adalah 1.430 dengan target 1.488 bayi yang disusui secara eksklusif. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pemijatan payudara dan frekuensi menyusui untuk ibu

nifas di Puskesmas Cipondoh. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif analitik, teknik pendekatan cross sectional dengan populasi sebanyak 32 responden yang diambil secara accidental sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah Uji Chi-Square, menggunakan SPSS 22. ada hubungan antara pijat payudara dan frekuensi menyusui untuk ibu nifas. p-value 0,000 ($p < 0,05$). dari hasil penelitian ada hubungan antara pijatan payudara dan frekuensi menyusui untuk ibu nifas. Dampak dari ibu menyusui dapat dilihat dari frekuensi ibu menyusui yang mendapat manfaat sehingga rahim ibu kembali normal lebih cepat.

1. PENDAHULUAN

Menurut data WHO, Cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 36% selama periode 2007-2014. Kecilnya angka cakupan pemberian ASI eksklusif dikarenakan masih banyak ibu-ibu belum paham sekali tentang ASI eksklusif merupakan penyebab utama dari ketidakberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi[1].

Pada masa nifas perawatan payudara merupakan tindakan yang sangat penting untuk merawat payudara terutama untuk memperlancarkan produksi pengeluaran ASI (air susu ibu). Air susu ibu (ASI) eksklusif adalah asi yang diberikan kepada bayi dari bayi lahir sampai 6 bulan pertama tanpa makanan tambahan (pisang, bubur, nasi, dan lainnya) cukup dengan ASI saja[2].

Ada beberapa sebagian dari ibu postpartum mengalami kesulitan dalam memberikan ASI pada bayinya, baik ASI yang belum keluar maupun puting yang kurang menonjol atau masuk ke dalam yang membuat bayi tidak mau menghisap, Maka dari itu massage payudara sangat penting dilakukan yaitu selama masa kehamilan (dari usia > 36 minggu) sampai postpartum (menyusui). Hal ini karena payudara adalah salah satu penghasil ASI yang merupakan makanan pokok bayi sehingga harus dilakukan segera mungkin dimana tujuan perawatan payudara setelah melahirkan untuk memperlancar produksi

ASI dengan merangsang kelenjar-kelenjar air susu melalui massage payudara[3].

Massage dapat mengurangi kuatnya ketegangan pada otot payudara ibu, sehingga dapat mendorong relaksasi dan meredakan rasa sakit saat proses melahirkan. Sedangkan Massage payudara atau yang di sebut juga perawatan payudara merupakan teknik yang dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk memperbanyak ASI agar Frekuensi menyusui ibu lebih sering[4].

Di Indonesia Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif adalah sebesar 61,33%. Angka tersebut sudah melampaui target restra tahun 2017 adalah 44%. Persentase tertinggi cakupan pada pemberian ASI eksklusif terdapat pada Nusa Tenggara Barat (87,33%), sedangkan persentase terendah terdapat di papua adalah 15,32%. Di Banten cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif adalah 35,87% dari target restra 44% [2].

Hasil data pada tahun 2018 Di Puskesmas Cipondoh, cakupan bayi mendapatkan ASI eksklusif sebesar 1.430 dengan sasaran 1.488 bayi yang di beri ASI eksklusif Jadi bayi yang mendapatkan ASI Eklusif Sebesar 90,7% dari target 100%. Di tahun 2018 ibu yang melahirkan di Puskesmas Cipondoh sebanyak 1.563 orang, dan sasaran ASI eksklusif di Puskesmas Cipondoh sebanyak 1.488 dan pada tahun 2018 terdapat 1.430 dengan persentase (90,7%) dari sasaran 1.488 ASI eksklusif.

2. METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Cipondoh Kabupaten Tangerang pada tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang Tanggal 01 – 29 Agustus Tahun 2019 sebanyak 32 ibu nifas. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah : ibu nifas yang ada di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang, bersedia menjadi informan.

Kriteria eklusi dalam penelitian ini adalah : Ibu postpartum yang tidak bersedia menjadi subjek penelitian dan yang sedang dalam proses persalinan. Cara pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner dan lembar observasi untuk mendapatkan data pasien. Desain Penelitian ini adalah jenis penelitian *Deskriptif analitik* yang menggunakan teknik pendekatan *Cross sectional*. Teknik analisa data menggunakan *chi-square*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Ibu Yang Melakukan *Massage* Payudara

Massage Payudara	Jumlah N = (32)	Persentase (%)
Melakukan Baik	19	59,4
Melakukan Kurang	13	40,6
Total	32	100

Berdasarkan Tabel 1. Didapatkan bahwa frekuensi Ibu yang melakukan *massage* payudara dengan baik sebanyak 19 responden (59,4%), Sedangkan yang melakukan *massase* payudara dengan kurang baik sebanyak 13 responden (40,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Menyusui Ibu Postpartum

Frekuensi	Jumlah N = (32)	Persentase (%)
Cukup	20	62.5
Kurang	12	37.5
Total	32	100

Berdasarkan Tabel 2. Didapatkan bahwa frekuensi menyusui ibu postpartum

yang frekuensi cukup sebanyak 20 responden (62.5%), sedangkan frekuensi menyusui yang tidak cukup sebanyak 12 responden (37.5%).

Tabel 3. Hubungan *Massage* Payudara Terhadap Frekuensi Menyusui Ibu Postpartum Di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang.

<i>Massage</i> Payudara	Frekuensi Menyusui		Total %	p
	Cukup %	Tidak Cukup %		
Melakukan	89.5	10.5	59.4	0,00
Tidak dilakukan	23.1	76.9	40.6	
Total	62.5	37.5	100	

Berdasarkan Tabel 3, didapatkan bahwa responden yang melakukan *massage* payudara dengan frekuensi menyusui cukup (>6 kali) sebanyak 17 responden (89,5%), dan yang melakukan *massage* payudara dengan frekuensi menyusui kurang (<6kali) sebanyak 2 responden (10,5%). Sedangkan responden yang tidak melakukan *massage* payudara dengan frekuensi cukup (>6kali) sebanyak 3 responden (23,1%), dan yang tidak melakukan *massage* payudara dengan frekuensi kurang (<6kali) sebanyak 10 responden (76,9%). Hasil uji *Chi-Square* diperoleh *p* value = 0,000 (*p* value < 0,05) maka *H_a* diterima artinya ada hubungan *massage* payudara terhadap frekuensi menyusui ibu postpartum.

Massage dapat mengurangi kuatnya ketegangan pada otot payudara ibu, sehingga dapat mendorong relaksasi dan meredakan rasa sakit saat proses melahirkan. Sedangkan *Massage* payudara atau yang disebut juga perawatan payudara merupakan teknik yang dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk memperbanyak

ASI agar Frekuensi menyusui ibu lebih sering[5].

Dengan pijatan ini juga akan mereklaksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada putting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal[6]. Kelancaran ASI dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk makanan yang ibu konsumsi, psikologis ibu, obat-obatan dan perawatan payudara sejak kehamilan dan setelah melahirkan[7]. Demi keberhasilan menyusui, payudara memerlukan perawatan secara teratur. Perawatan payudara bertujuan agar selama masa menyusui produksi ASI cukup, tidak terjadi kelainan pada payudara dan agar bentuk payudara tetap baik selama menyusui[8].

Hasil penelitian ini sama Menurut Cadwell, yaitu terdapat beberapa faktor yang berperan dalam menentukan kisaran frekuensi pemberian ASI untuk bayi yang sedang menyusui. Ibumemiliki kapasitas jumlah penyimpanan ASI yang berbeda dalam payudara mereka. Kapasitas penyimpanan ASI ini adalah jumlah ASI yang dapat terakumulasi sebelum memberikan sel-sel suatu pesan untuk mengurangi jumlah ASI. Seorang ibu dapat memiliki kapasitas penyimpanan yang memungkinkan payudara menyimpan ASI lebih lama atau lebih singkat dibandingkan dengan ibu yang lain [3].

ASI diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormon dan refleksi. Selama periode menyusui ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi produksi ASI salah satu nya adalah frekuensi menyusui, dalam konsep frekuensi pemberian ASI sebaiknya bayi disusui tanpa di jadwal (on demand), karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Karena menyusui yang dijadwalkan akan berakibat kurang baik, karena isapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya. Dengan menyusui tanpa dijadwal, sesuai kebutuhan bayi, akan

dapat mencegah timbulnya masalah menyusui.

Durasi menyusui berkaitan dengan adanya refleksi prolaktin yang merupakan hormon laktogenik yang penting untuk memulai dan mempertahankan sekresi ASI. Stimulus isapan bayi akan mengirim pesan ke hipotalamus yang merangsang hipofisis anterior untuk melepaskan prolaktin, suatu hormon yang meningkatkan produksi ASI oleh sel-sel alveolar kelenjar mamaria. Jumlah prolaktin yang disekresikan dan jumlah ASI yang diproduksi berkaitan dengan besarnya stimulus isapan, yaitu frekuensi, intensitas dan lama bayi mengisap.

4. KESIMPULAN

Ada hubungan antara pijat payudara dan frekuensi menyusui untuk ibu nifas Di Puskesmas Cipondoh Tangerang, dengan nilai p-value = 0.000 ($p < 0.05$).

REFERENSI

- [1] Kemenkes RI. *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta. 2014.
- [2] Profil Kesehatan Indonesia 2017
- [3] Nita A (2010). Hubungan perawatan payudara dengan produksi Asi Di RSUD Sinjai.
- [4] Elisabeth. (2015). *Asuhan Nifas*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- [5] Rukiyah, A.Y. (2017). *Buku Asuhan Kebidanan*. Jakarta : Erlangga.
- [6] Guyton & Hall, Buku Ajar Fisiologi Kedokteran, Edisi 11, Penerbit Buku Kedokteran, EGC.
- [7] Alimun A, 2007."Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah", Edisi I. Jakarta: Salemba Medika.
- [8] Ari sulistyawati, 2009."Buku ajar asuhan kebidanan pada ibu nifas".Edisi I. Yogyakarta: ANDI.