

Kombinasi pijat oksitosin, *breast care* dan *biological nurturing* untuk meningkatkan produksi ASI

Silvia Pujiyanti¹, Susilo Rini^{2*}, Arlyana Hikmanti³

¹Mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan Universitas Harapan Bangsa

^{2,3}Dosen Program Studi D3 Kebidanan Universitas Harapan Bangsa

*Correspondent Email: susilorini@uhb.ac.id

Diterima: 4 Agustus 2022 | Disetujui: 30 Agustus 2022 | Diterbitkan: 31 Agustus 2022

Abstract. *The postpartum period is a period that is very prone to complications for the mother and baby which if not handled properly can cause problems and even death of the mother and baby. The maternal mortality rate in Indonesia in 2020 is 4,627 cases. It is estimated that about 50% of maternal deaths occur during the puerperium, one of which is caused by breast infections due to swelling or breast engorgement, mastitis, and abscesses. Therefore, to prevent this, some complementary care can be given to postpartum mothers such as oxytocin massage, breast care, and biological nurturing. The purpose of this study was to describe the effect of oxytocin massage care, breast care and biological nurturing on postpartum mothers. The research method used is a case study. It was reported a case of a 21-year-old postpartum mother P1 A0 Ah1 who gave birth to her baby 4 hours ago complaining that her breast milk had come out but it was still low. The results of the case study showed that oxytocin massage, breast care and the biological nurturing were more effective in treating breast complications and increasing milk production.*

Keywords: *postpartum; oxytocin massage; breast care; biological nurturing; breastfeeding*

Pada masa nifas sangat rawan terjadinya komplikasi pada ibu dan bayi yang apabila tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan kematian ibu dan bayi. Hal inilah yang menjadi salah satu kontribusi atas meningkatnya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) (Azizah & Rosyidah, 2019). Angka kematian ibu di Indonesia pada tahun 2020 yaitu 4.627 kasus (Kemenkes RI, 2021). Diperkirakan sekitar 60% kematian ibu di Indonesia terjadi pada masa nifas atau *postpartum*. Sekitar 50% kematian terjadi pada 24 jam pertama, terutama pada 2 jam pertama setelah persalinan (2 jam *postpartum*) (Mutiarasari & Sawitri, 2017). Kabupaten Banyumas yang merupakan salah satu kabupaten di provinsi Jawa Tengah, pada tahun 2019 terdapat angka kematian ibu (AKI) yaitu 38 per 100.000 kelahiran hidup dengan jumlah 10 kasus. Dari jumlah 10 kasus tersebut, sekitar 50% terjadi pada masa nifas (Badan Pusat Statistik, 2020). Penyebab kematian ibu terbesar setelah perdarahan pada ibu nifas adalah infeksi. Salah satu penyebab tingginya AKI yaitu adanya infeksi postpartum yang meluas ke saluran kandung kemih, payudara, dan pasca pembedahan. Infeksi postpartum ditandai dengan adanya gejala berupa suhu badan panas, denyut nadi cepat, *malaise* (tidak enak badan). Gejala lokal atau tertentu dapat berupa uterus yang teraba lembek, kemerahan dan rasa nyeri pada payudara (Wahyuningsih, 2018).

Berdasarkan data RSUD Ajibarang, jumlah ibu nifas pada bulan April 2021 sampai tanggal 1 April 2022 yaitu 1.333 ibu nifas. Selama periode tersebut tidak terdapat AKI di RSUD Ajibarang. Hal ini menunjukkan ibu nifas di RSUD Ajibarang memperoleh penanganan yang tepat dari bidan, namun masih terdapat masalah yang timbul pada ibu nifas, antara lain masalah kelancaran produksi ASI dan nyeri perineum pada ibu nifas. Dalam hal ini, bidan memberikan pendidikan kesehatan mengenai perawatan payudara (*breast care*) dan pendidikan kesehatan personal hygiene pada ibu nifas. Namun karena masih adanya masalah tersebut, hal ini masih perlu menjadi perhatian bidan agar masalah tersebut dapat segera ditangani. Salah satu cara penanganan masalah tersebut yaitu dengan memberikan asuhan kombinasi pijat oksitosin, perawatan payudara (*breast care*) dan *biological nurturing*.

Pijat oksitosin yaitu teknik pemijatan pada bagian tulang belakang (vertebra) mulai dari servikalis ke tujuh hingga kosta 5-6 yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk mengirimkan perintah ke otak bagian belakang untuk menghasilkan oksitosin (Purnamasari & Hindiarti, 2021). Berdasarkan hasil penelitian dari Fitriani *et al.*, (2021), setiap ibu bersalin selain dilakukan inisiasi menyusui dini juga sebaiknya diberikan pijat oksitosin. Pijat oksitosin ini dapat diberikan minimal pada 2 jam setelah melahirkan. Hal ini untuk mempercepat pengeluaran ASI sehingga pemberian ASI eksklusif tidak terhambat.

Perawatan payudara (*breast care*) merupakan salah satu usaha dalam mengatasi berbagai indikasi pada payudara seperti puting tidak menonjol atau bendungan payudara. Tujuan perawatan payudara yaitu untuk memperlancar pengeluaran ASI pada ibu nifas selama masa menyusui (Rini & Dewi, 2017).

Posisi menyusui bersandar (*laid back breastfeeding position/biological nurturing*) yaitu ibu berposisi bersandar pada bantal yang diletakkan di kursi, tempat tidur atau dinding dengan posisi perut bayi berada di bawah payudara ibu dan kepala bayi sejajar dengan payudara ibu. Menurut penelitian, posisi ini sangat disarankan untuk ibu nifas yang mengalami nyeri luka jahitan, baik ibu nifas postpartum maupun ibu post SC karena pada posisi ini ibu nifas lebih merasa rileks sehingga dapat meminimalkan nyeri pada luka jahitan (Rini & Susanti, 2018). Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pengaruh asuhan pijat oksitosin dan *breast care* pada ibu nifas di RSUD Ajibarang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Subjek dari studi kasus ini yaitu seorang ibu nifas umur 21 tahun, persalinan pertama dan belum pernah keguguran yang melahirkan bayinya 4 jam yang lalu di rumah sakit dengan keluhan ASI nya keluar namun masih sedikit. Penelitian dilaksanakan di RSUD Ajibarang dan rumah pasien. Pengambilan data pasien dilaksanakan pada tanggal 1, 4 dan 9 April 2022. Pengumpulan data dilakukan dengan cara anamnesa, pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang, observasi dan studi dokumentasi. Penelitian ini dilakukan atas persetujuan pasien dan keluarga serta identitas maupun privasi pasien terjaga kerahasiaannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

2 jam postpartum

Pada 2 jam postpartum, ibu mengatakan bahwa luka bekas jahitan masih terasa nyeri dan ASI nya yang keluar masih sangat sedikit. Saat diperiksa pada alat genitalia terdapat bekas luka jahitan dan payudara ibu saat dicek ASI yang keluar hanya berupa titik atau perongkol kecil. Asuhan yang diberikan pada ibu 2 jam postpartum secara keseluruhan yaitu memeriksa keadaan umum, TTV, TFU, kontraksi uterus dan perdarahan ibu, mobilisasi masa nifas, menjelaskan keluhan yang dirasakan dan cara mengatasinya, memberikan KIE cara menyusui yang benar, kebutuhan gizi ibu nifas, kebutuhan istirahat, tanda bahaya masa nifas, menjaga *personal hygiene* dan perawatan bekas luka jahitan, cara perawatan tali pusat. Pada 8 jam postpartum, ibu diberikan asuhan tambahan berupa pemberian pijat oksitosin saat ibu sudah di rumah serta kembali diberikan pada hari ke-2 postpartum di rumah ibu. Setelah diberikan asuhan tersebut, ibu sudah bisa duduk dan berjalan pelan, sudah dapat menyusui bayinya, sudah mengetahui kebutuhan gizi ibu nifas, kebutuhan istirahat, tanda bahaya masa nifas, menjaga *personal hygiene* dan perawatan bekas luka jahitan, cara perawatan tali pusat. Setelah satu kali dilakukan pijat oksitosin, pengeluaran ASI ibu belum menunjukkan hasil yang signifikan sehingga pijat oksitosin dilakukan kembali. Hal ini menunjukkan pijat oksitosin harus dilakukan secara rutin.

Hasil penelitian pada 2 jam postpartum didapatkan bahwa ibu terdapat nyeri luka bekas jahitan dan ASI nya yang keluar masih sangat sedikit. Menurut penelitian Seri *et al.*, (2019), ibu nifas dengan usia 20 – 30 tahun memiliki peluang dalam produksi ASI yang lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang berusia lebih dari 30 tahun. Produksi dan pengeluaran ASI pada ibu nifas dimulai pada tahap laktogenesis II yaitu dimulai pada 30 – 40 jam setelah melahirkan (Putri & Sumiyati, 2015). Pengeluaran ASI pada ibu postpartum sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis ibu, hal ini dikarenakan psikologis dapat memberikan hambatan maupun peningkatan pengeluaran oksitosin. Ibu yang memiliki kecemasan cenderung mengeluarkan ASI yang sedikit dibandingkan dengan ibu yang tidak cemas. Penelitian membuktikan bahwa pada ibu postpartum primipara, tingkat kecemasan sangat mempengaruhi pengeluaran ASI (Mardjun *et al.*, 2019). Menyusui dengan posisi yang benar dapat membantu ibu menjadi lebih rileks, mengurangi rasa sakit serta dapat meningkatkan volume ASI. Selain itu, penggunaan kursi yang nyaman akan membantu perlekatan posisi menyusui yang benar sehingga dapat merangsang kelancaran aliran ASI. Hal ini dapat menghilangkan rasa kram yang muncul ketika menyusui (Rini *et al.*, 2022). Dari keluhan ibu tersebut, pada 8 jam postpartum dan hari ke-2 postpartum ibu diberikan asuhan pijat oksitosin di rumah. Dalam hal ini, pijat oksitosin merupakan salah satu cara untuk mengatasi produksi ASI yang tidak lancar. Pijat oksitosin yaitu teknik pemijatan pada bagian tulang belakang (*vertebra*) mulai dari servikalis ke tujuh hingga kosta 5-6 yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk mengirimkan perintah ke otak bagian belakang untuk menghasilkan oksitosin (Purnamasari & Hindiarti, 2021).

3 hari postpartum

Pada 3 hari postpartum, ibu mengatakan nyeri luka bekas jahitan sudah mulai berkurang, payudara terasa penuh, ASI sudah keluar tapi belum lancar dan pola istirahat tidurnya kurang karena bergadang untuk menyusui dan menjaga bayinya. Saat diperiksa, pada alat genitalia luka bekas jahitan bersih, mulai rapat dan tidak ada tanda infeksi. Sedangkan pada payudara ibu, saat diperiksa teraba penuh. Hal ini menunjukkan produksi ASI ibu mengalami peningkatan. Asuhan yang diberikan yaitu memeriksa keadaan umum; TTV, TFU, kontraksi uterus dan perdarahan ibu, menjelaskan keluhan yang dirasakan dan cara mengatasinya, memastikan kembali ibu sudah dapat menyusui bayinya dengan benar, memberikan KIE mengenai posisi-posisi menyusui yang nyaman, pola nutrisi dan cairan ibu nifas, pola istirahat yang cukup, cara menjaga kehangatan bayi, cara perawatan payudara. Setelah diberikan asuhan tersebut, ibu sudah mengetahui cara mengatasi keluhannya, sudah dapat menyusui bayinya dengan benar, sudah mengetahui posisi-posisi menyusui yang nyaman salah satunya dengan posisi menyusui bersandar (*laid back breastfeeding position/biological nurturing*), pemenuhan pola nutrisi dan cairan, pemenuhan pola istirahat yang cukup, menjaga kehangatan bayi dan cara perawatan payudara (*breast care*). Setelah sebelumnya sudah dilakukan pijat oksitosin dua kali, payudara ibu sudah mulai menunjukkan peningkatan pada produksi ASI, namun pengeluaran ASI belum lancar sehingga perlu dilakukan *breast care* untuk menunjang kelancaran pengeluaran ASI ibu.

Hasil penelitian pada 3 hari postpartum, setelah sebelumnya dilakukan pijat oksitosin didapatkan hasil payudara ibu terasa penuh serta nyeri luka bekas jahitan mulai berkurang. Ketika diperiksa payudara ibu teraba penuh dan luka bekas jahitan mulai rapat. Para ibu nifas biasanya akan merasakan payudaranya penuh sekitar 50 – 73 jam (2 – 3 hari) setelah melahirkan. Ibu nifas yang diberi pijat oksitosin akan merasakan produksi dan pengeluaran ASI bertambah sekitar 6 – 7 jam setelah diberikan pijat oksitosin (Putri & Sumiyati, 2015). Dalam memaksimalkan kelancaran pengeluaran ASI, diperlukan adanya pemberian *breast care* pada ibu nifas. *Breast care* atau perawatan payudara yaitu usaha yang dilakukan agar kondisi payudara baik dan memperoleh keberhasilan dalam menyusui. Tujuan perawatan payudara yaitu untuk memperlancar pengeluaran ASI pada ibu nifas selama masa menyusui (Rini & Dewi, 2017). Pada umumnya keluhan nyeri pada luka jahitan yang dirasakan oleh ibu nifas yang menerima jahitan merupakan hal yang normal. Proses penyembuhan serta nyeri yang dirasakan oleh ibu nifas normalnya terjadi 6 sampai 7 hari postpartum (Rohmin *et al.*, 2017). Dengan ibu yang rileks dan adanya pengurangan nyeri, volume ASI akan mengalami peningkatan. Dalam mengatasi keluhan tersebut, ibu dianjurkan untuk menyusui bayinya dengan salah satu posisi yang nyaman yaitu posisi bersandar (*laid back breastfeeding position/biological nurturing*) yaitu ibu menyusui dengan bersandar pada bantal yang diletakkan di kursi, tempat tidur atau dinding dengan posisi perut bayi berada di bawah payudara ibu dan kepala bayi sejajar dengan payudara ibu. Menurut penelitian, posisi ini sangat disarankan untuk ibu nifas yang mengalami nyeri luka jahitan, baik ibu nifas postpartum maupun ibu post SC karena pada posisi ini ibu nifas lebih merasa rileks sehingga dapat meminimalkan nyeri pada luka jahitan (Rini & Susanti, 2018).

8 hari postpartum

Pada 8 hari postpartum, ibu mengatakan bahwa sudah tidak ada keluhan, sudah tidak ada nyeri luka bekas jahitan, ASI sudah lancar, pola makan dan istirahat tidurnya tercukupi dan ibu sudah mulai melakukan aktivitas pekerjaan rumah tangga ringan seperti biasa. Saat diperiksa pada alat genitalia, luka bekas jahitan bersih dan kering. Pada payudara ibu, saat diperiksa ASI sudah keluar lancar dari kedua payudara dan saat diraba payudaranya penuh. Asuhan yang diberikan yaitu memeriksa keadaan umum, TTV, TFU, kontraksi uterus dan perdarahan ibu, memastikan ibu tidak ada penyulit menyusui, memastikan pola nutrisi, cairan dan istirahat tercukupi, memberikan konseling KB yang akan digunakan, serta mengkaji psikologis ibu nifas dengan metode EPDS. Setelah diberikan asuhan tersebut, ibu sudah mengetahui KB yang akan digunakan yaitu KB suntik 3 bulan dan ibu dalam kondisi psikologis yang baik, tidak mengalami depresi postpartum. Setelah sebelumnya diberikan KIE mengenai posisi menyusui yang nyaman salah satunya posisi menyusui bersandar (*laid back breastfeeding position/biological nurturing*) ibu mengalami penurunan nyeri luka bekas jahitan.

Hasil penelitian pada 8 hari postpartum, setelah sebelumnya diberikan *breast care* didapatkan hasil pengeluaran ASI lancar terbukti saat payudara diperiksa ASI keluar dengan lancar dari kedua payudara. Ibu nifas yang diberikan *breast care* mengalami peningkatan pada volume ASI yang dikeluarkan dari payudara. Hal ini dikarenakan sel – sel otot halus yang berada di sekitar payudara mengerut sehingga ASI menjadi terperas dan keluar dari payudara (Rahayuningsih *et al.*, 2016). Setelah sebelumnya ibu dianjurkan untuk menyusui dengan posisi *laid back breastfeeding position/biological nurturing*, ibu sudah tidak mengalami nyeri pada luka bekas jahitan. Hal ini terbukti ketika dilakukan pemeriksaan pada alat genitalia, luka bekas jahitan bersih dan kering serta ketika ibu menyusui bayinya ibu terlihat rileks dan bayinya sangat nyaman ketika menyusu. Selain itu, pada hari ke-8 postpartum ibu diberikan asuhan

berupa deteksi gejala depresi ibu nifas dengan metode EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*). Hal ini untuk menggambarkan tingkat depresi seseorang wanita postpartum terutama pada sampel komunitas (Sinaga, 2014). Pada pemeriksaan ini didapatkan hasil ibu tidak mengalami gejala-gejala yang menunjukkan depresi postpartum.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian mengenai kombinasi asuhan pijat oksitosin, *breast care* dan *biological nurturing* pada ibu post partum, pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI tetapi lebih optimal apabila dikombinasikan dengan *breast care* dan *biological nurturing*. Dengan diberikannya ketiga asuhan tersebut, produksi dan pengeluaran ASI mengalami peningkatan yang signifikan serta dapat menurunkan nyeri luka bekas jahitan yang membuat ibu rileks ketika menyusui sehingga dapat meningkatkan volume ASI.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak RSUD Ajibarang yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian serta keluarga pasien yang telah berkenan menjadi responden penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, N., & Rosyidah, R. (2019). *Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui* (S. B. Sartika (ed.)). UMSIDA Press.
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas 2020* (Issue 4).
- Fitriani, H., Pangestu, J. F., & Hartikasih, E. (2021). Efektifitas Pijat Oksitosin dan Endorphin Pada Pengeluaran ASI Ibu Postpartum di Puskesmas Aliyang Kota Pontianak. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 9. <https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.706>
- Kemendes RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In *Jakarta*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mardjun, Z., Korompis, G., & Rompas, S. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22901>
- Mutiarasari, D. F., & Sawitri, M. (2017). Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Fisiologis 2 Jam Post Partum di BPM Ny. Yuni Widaryanti, Amd. Keb. Desa Sumber Mulyo Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang. *Midwifery Journal*.
- Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2021). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(2), 1–8. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i2.517>
- Putri, N. T. T., & Sumiyati. (2015). Mengatasi Masalah Pengeluaran ASI Ibu Post Partum dengan Pemijatan Oksitosin. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 10(3), 196–202. <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/623>
- Rahayuningsih, T., Mudigdo, A., & Murti, B. (2016). Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: A study in Sukoharjo Provincial Hospital. *Journal of Maternal and Child Health*, 01(02), 101–109. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2016.01.02.05>
- Rini, S., & Dewi, F. K. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice* (C. M. Sartono (ed.)). Deepublish. https://books.google.co.id/books?id=dbiEDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Rini, S., Ediyono, S., Sukmaningtyas, W., & Hikmanti, A. (2022). *Type Of Breast Pump And The Affect To Pain Scale , Milk Production , And Pumping Time In Breastfeeding Mothers*. 100, 18–29.
- Rini, S., & Susanti, I. H. (2018). Penurunan nyeri pada ibu post sectio caesaria pasca intervensi biologic nurturing baby led feeding. In *Medisains* (Vol. 16, Issue 2, p. 83). <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i2.2801>
- Rohmin, A., Octariani, B., & Jania, M. (2017). Faktor Risiko yang Mempengaruhi Lama Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 449. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.660>