



EFEKTIFITAS *BREAST CARE* DAN *OXYTOCIN MASSAGE* UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM

Wice Purwani Suci¹, Dessika Larassati², Nurul Hijja³

^{1,2,3}Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Email Korespondensi: ns.wice@gmail.com

ABSTRAK

Ibu postpartum mengalami permasalahan yang berhubungan dengan produksi ASI. *Breast care dan oxytocin massage* dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui efektivitas *breast care dan oxytocin massage* terhadap peningkatan ASI ibu postpartum. Desain yang digunakan adalah desain deskriptif. Penelitian dilakukan kepada 2 orang ibu postpartum di ruangan Teratai RSUD Arifin Achmad. Pengumpulan data menggunakan proses keperawatan yang terdiri dari pengkajian, analisa data, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi. Peningkatan produksi ASI terjadi setelah diberikan *breast care dan oxytocin massage* dengan rata-rata tertinggi yaitu, 22,5 cc. Jumlah produksi ASI juga dipengaruhi oleh psikologis, aktifitas, proses persalinan, usia persalinan, frekuensi menyusui, rawat gabung, berat bayi lahir dan asupan nutrisi.

Kata kunci: *Breast care, Oxytocin massage, Ibu postpartum*

ABSTRACT

Postpartum mothers experience problems related to breast milk production. Breast care and oxytocin massage are performed to overcome this problem. The aim of the research is to determine the effectiveness of breast care and oxytocin massage on increasing breast milk in postpartum mothers. The design used is a descriptive design. The research was conducted on 2 postpartum mothers in the Teratai room at Arifin Achmad Regional Hospital. Data collection uses a nursing process which consists of assessment, data analysis, death diagnosis, intervention, implementation and evaluation. An increase in breast milk production occurred after being given breast care and oxytocin massage with the highest average, namely, 22.5 cc. The amount of breast milk production is also influenced by psychology, activity, the birth process, age at birth, frequency of breastfeeding, nursing care, birth weight and nutritional intake.

Keywords: *Breast care, oxytocin massage, postpartum*

PENDAHULUAN

Nutrisi penting untuk bayi dalam fase perkembangan dan pertumbuhan (Hesti *et al.*, 2017). Nutrisi utama yang diberikan saat bayi yaitu air susu ibu/ ASI eksklusif. Data riset

kesehatan dasar (RISKESDAS) (2021), 52,5% dari 2,3 juta bayi usia > 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif sedangkan hanya 48,6% yang melakukan inisiasi menyusui dini (IMD). Hal ini dipengaruhi rasa khawatir ibu terhadap jumlah asi terlalu sedikit yang berdampak terhadap hormon oksitosin dalam memproduksi ASI (Muliani, Gusman & Tasya, 2018). Produksi ASI penting untuk diperhatikan karena berperan penting untuk bayi. Upaya untuk meningkatkan produksi ASI, yaitu perawatan payudara (*breast care*) dan pijat oksitosin (*oxytocin massage*) (Muliani, Gusman & Tasya, 2018). Perawatan payudara (*breast care*) adalah upaya meningkatkan produksi ASI ibu postpartum terdiri dari pijat payudara, kompres payudara dan merawat puting yang berguna dalam memproduksi ASI dan memperlancar peredaran darah (Utami *et al*, 2020; Jannah & Widyawati, 2017; Sulaeman *et al*, 2016).

Pijat oksitosin (*oxytocin massage*) yaitu pemijatan pada bagian tulang belakang sampai tulang rusuk ke 5-6 (Utami *et al*, 2020). Pijatan ini menstimulasi saraf parasimpatis mengeluarkan hormone oksitosin, hormon endorfin, mengurangi stress dan menstimulasi pengeluaran ASI (Jannah & Widyawati, 2017; Sulaeman *et al*, 2016). Kombinasi kedua tindakan ini efektif untuk menstimulasi payudara berkontraksi dalam proses laktasi dan memproduksi ASI (Triansyah *et al*, 2021). Penelitian oleh Ramadani & Yanti (2021) bahwa pijat oksitosin dan perawatan payudara efektif dalam merangsang pengeluaran ASI serta terdapat perbedaan kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin dan perawatan payudara (Yulianti, 2022).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah dengan memberikan pengelolaan berupa perawatan kepada ibu postpartum dalam meningkatkan jumlah ASI di ruang Teratai rumah sakit Arifin Achmad Pekanbaru. Pengumpulan data dimulai dari pengkajian, analisa data, intervensi, implementasi dan evaluasi. Kegiatan ini dilakukan 1 kali dalam sehari dan dilakukan selama 3 hari berturut-turut. Perawatan payudara dan pijat oksitosin dilakukan selama 15 menit untuk masing-masing kegiatan, menggunakan *baby oil* lalu dilanjutkan *pumping* untuk mengukur pengeluaran ASI.

HASIL PENELITIAN

Pengkajian

Ny. E (30 tahun) P1A0H1, dilakukan *section Caesar* indikasi kala II memanjang tidak cakap pervaginam *ec* malpresentasi (presentasi parietalis dekstra). Berjenis kelamin laki-laki, berat badan lahir 2800 gram, panjang lahir 46 cm, lingk kepala 32 cm, lingk dada 32 cm dan lingk perut 31 cm. Ny. E mengeluhkan tidak ada pengeluaran ASI, kelelahan akibat persalinan lama, payudara yang berat dan Ny. E memberi susu formula pada bayinya. Pemeriksaan fisik payudara didapatkan puting menonjol, bersih, pengeluaran ASI tidak ada, teraba hangat, sedikit bengkak serta teraba keras akibat bendungan ASI. Pemeriksaan abdomen, terdapat luka bekas operasi sepanjang kurang lebih 10 cm, luka tertutup perban tidak terdapat pus maupun rembesan darah sehingga luka masih terlihat bersih, kontraksi uterus baik, dengan tinggi fundus uteri teraba 2 jari diatas pusat

Ny. M (18 tahun) P1A0H1, melahirkan normal, PEB (preeklamsia berat). Bayi lahir berjenis kelamin laki-laki dengan berat badan 1300 gram, panjang lahir 37 cm. Ny. M mengatakan ASI tidak keluar meskipun sudah menekan payudara, bayi tidak rawat gabung karena lahir prematur. Pemeriksaan payudara, puting menonjol, bersih, pengeluaran ASI tidak ada, tidak bengkak dan terasa keras seperti ada bendungan ASI didalamnya. Pemeriksaan abdomen, tidak terdapat luka bekas, kontraksi uterus baik, dengan tinggi fundus uteri teraba 2 jari dibawah pusat. Pemeriksaan *perineum* dan *genital*, lokia rubra, warna merah, tidak berbau,

terdapat luka episiotomy *grade* 2.

Diagnosa keperawatan

Diagnosa yang muncul pada Ny. M dan Ny. E yang menjadi prioritas utama adalah menyusui tidak efektif.

Implementasi Keperawatan

Tabel 1. Gambaran Distribusi Frekuensi Peningkatan ASI pada Pemberian *Oxytocin Massage* dan *Breast Care* Ny. E

Hari, tanggal	Jam pemberian intervensi	Jumlah ASI setelah diberikan intervensi
Selasa, 30/05/2023	10.00	0
Rata-rata		0
Rabu, 31/05/2023	10.00	0
Rata-rata		0
Kamis, 01/06/2023		
Jam 11.00 wib	10.00	8 cc
Jam 13.00 wib		10 cc
Rata-rata		9 cc

Tabel 1 tidak ada pengeluaran ASI pada 2 hari pertama setelah diberikan intervensi. Hari ketiga setelah diberikan intervensi terdapat pengeluaran ASI 8 cc di jam 11.00 wib dan 10 cc jam 13.00. Rata-rata pengeluaran ASI selama 3 hari adalah 9 cc.

Tabel 2. Gambaran Distribusi Frekuensi Peningkatan ASI Pemberian *Oxytocin Massage* dan *Breast Care* Ny. M

Hari, tanggal	Jam pemberian intervensi	Jumlah ASI setelah diberikan intervensi
Senin, 05/06/2023		
Jam 11.30	10.00	10 cc
Jam 16.00		10 cc
Jam 20.15		15 cc
Rata-rata		11,7 cc
Selasa, 06/06/2023		
Jam 11.00	10.00	25 cc
Jam 15.30		20 cc
Rata-rata		22,5 cc

Tabel 2 menggambarkan pada hari pertama, setelah diberikan intervensi jam 10.00 wib, Ny. M melakukan *pumping* sebanyak tiga kali dengan jumlah ASI 10 cc jam 11.30 wib, 10 cc jam 16.00 wib dan 15 cc jam 20.15 wib. Hari kedua dilakukan intervensi kembali di jam 10.00 wib, didapatkan hasil *pumping* 25 cc jam 11.00 wib dan 20 cc jam 15.30. Intervensi tidak dilakukan dihari ketiga karena Ny. M sudah diperbolehkan pulang oleh dokter.

PEMBAHASAN

Analisis asuhan keperawatan (berdasarkan konsep terkait)

Persalinan memanjang yang dialami Ny. E menimbulkan masalah kelelahan yang berampak pada pengeluaran hormon oksitosin dalam memproduksi ASI menjadi menurun

(Pratamaningtyas & Suwoyo, 2019; Jeniawaty, 2016). Ibu postpartum yang kelelahan merasa tidak nyaman dan malas dalam menyusui sehingga ibu lebih memilih memberikan susu formula (Waluyo *et al*, 2019). Ny M (18 tahun) melahirkan bayi dalam kondisi prematur (32-33 minggu) sehingga tidak dirawat gabung bersama Ny. M. Bayi yang tidak dirawat gabung bersama ibu mengakibatkan proses menyusui menjadi tidak efektif (Heller *et al*, 2021).

Analisis penerapan intervensi

Keberhasilan dalam menyusui dipengaruhi beberapa faktor seperti dukungan suami, perlekatan menyusui, perawatan payudara dan pijat oksitosin (Lady, 2022). Ny. E diberikan intervensi pada hari kedua postpartum karena pada pasien *Caesar* tidak dianjurkan duduk pada hari pertama (Rosmawati *et al*, 2022). Ny. M diberikan intervensi pada hari pertama postpartum. Perawatan payudara dan pijat oksitosin dilakukan selama 15 menit menggunakan baby oil lalu dilanjutkan *pumping* untuk mengukur pengeluaran ASI.

Alternatif pemecahan masalah Psikologis

Ny. E lebih membutuhkan istirahat yang banyak jika dibandingkan Ny. M karena persalinan yang lama. Hal ini mempengaruhi jumlah produksi ASI pada Ny. E. Adaptasi psikologis ibu postpartum dibagi menjadi *taking in*, *takin hold*, *letting go*. Perubahan psikologis ini mengakibatkan kekhawatiran pada ibu yang dapat berdampak pada jumlah ASI yang sedikit (Taviyanda, 2019). Masa nifas merupakan salah satu fase yang memerlukan adaptasi psikologi. Pada umumnya ibu pasca persalinan sering mengalami kelelahan dan perubahan mood seperti kecemasan, cemas terhadap dirinya dan cemas memikirkan bayinya. Kecemasan tersebut yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Perubahan peran seorang ibu memerlukan adaptasi yang harus dijalani, hal ini disebabkan oleh tanggung jawab bertambah dengan adanya bayi yang baru lahir. Seorang ibu memerlukan ketenangan pikiran dan sebaliknya jauh dari perasaan tertekan (stress) karena akan berpengaruh terhadap produksi ASI dan kenyamanan bayi saat menyusui (Guyton & Hall, 2019). Dorongan dan perhatian anggota keluarga lainnya merupakan dorongan positif bagi ibu

Aktivitas fisik

Kelelahan membuat ibu cenderung malas dalam menyusui bayi (Aprilia & Amelia, 2017). Kelelahan meningkatkan kadar kortisol dalam darah sehingga mengganggu pelepasan epineprin yang berakibat pembuluh darah mengalami vasokonstriksi sehingga hormon oksitosin tidak mencapai mioepitelium dan terjadi penumpukan ASI yang menyebabkan rasa sakit dan payudara membesar (Ardhiyanti & Rosita, 2021).

Proses persalinan

Perbedaan proses persalinan Ny. M dan Ny. E juga mempengaruhi produksi ASI. Menurut Siti (2021) proses persalinan *section caesarea* lebih lama pengeluaran ASI nya dibandingkan proses persalinan normal hal ini disebabkan kelelahan, kesakitan, cemas dan menghambat *let down reflek* (Indrayati *et al*, 2018).

Status Nutrisi

Nutrisi juga berpengaruh terhadap produksi ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian (Heller, *et al* 2021) bahwa pola makan ibu berpengaruh terhadap produksi ASI. Nutrisi ibu selama nifas dibutuhkan untuk menyusui bayi, karena selama nifas ibu membutuhkan beragam zat nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral serta cairan yang cukup untuk memenuhi produksi ASI selama masa menyusui (Lady, 2022). Artinya jika nutrisi tidak tercukup, maka proses produksi ASI akan terganggu. Menurut Anggraeni *et al* (2021), kualitas

dan jumlah makanan yang dikonsumsi ibu sangat berpengaruh pada jumlah ASI yang dihasilkan. Meskipun, tidak ada makanan spesifik yang diidentifikasi harus dikonsumsi atau dihindari oleh ibu yang menyusui. Pada sebagian besar kasus, wanita dapat mengonsumsi diet normal. Diet yang ideal untuk ibu menyusui adalah makanan seimbang yang padat nutrisi, Asupan kalsium, mineral, dan vitamin larut lemak harus adekuat.

Usia persalinan dan frekuensi menyusui

Ny. E melahirkan pada usia kandungan 39-40 minggu sedangkan Ny. M melahirkan pada usia kandungan 32-33 minggu. Usia kandungan 16 minggu atau berkisar 4 bulan produksi ASI sudah ada namun terhambat hormon estrogen dan progesteron sehingga jika seorang ibu melahirkan diatas 28 minggu payudara sudah siap untuk memproduksi ASI (Pranajaya, 2017).

Frekuensi menyusui pada bayi prematur dan bayi cukup bulan berbeda. Produksi dan kelancaran ASI pada bayi lahir prematur akan optimal dengan melakukan pemompaan/*pumping* selama bulan pertama setelah melahirkan. Pemompaan dilakukan karena bayi prematur tidak dapat menyusui secara langsung. Bayi lahir cukup bulan, frekuensi penyusuan 10 kali sehari selama 2 minggu setelah melahirkan (Aprilia & Amelia, 2017)

Bayi rawat gabung

Kedekatan antara ibu dan bayi dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin untuk memproduksi serta mengeluarkan ASI (Pani, 2019). Rawat gabung membuat kontak lebih intens sehingga menyebabkan proses menyusui lebih sering terjadi (Retno, 2017)

Berat lahir bayi

Usia kehamilan diatas 37 minggu pertumbuhan organ bayi sudah sempurna. Berat badan bayi dibawah 2500 gram memiliki struktur organ yang belum matur sehingga mempunyai masalah dengan proses menyusui yang disebabkan lemahnya reflek menghisap (Iflahah & Rinata, 2015). Hal ini akan berpengaruh terhadap stimulasi hormone prolaktin dan oksitosin yang mengatur proses menyusui (Muliani, Gusman & Tasya, 2018).

Breast care dan oxytocin massage

Peningkatan ASI terjadi setelah diberikan intervensi *breast care* dan *oxytocin massage*. Pijat oksitosin dan perawatan payudara efektif untuk pengeluaran dan kelancaran ASI (Yulianti, 2022). Kombinasi kedua tindakan ini menimbulkan efek kenyamanan, relaksasi, merangsang kelenjar payudara dalam mengeluarkan prolactin dan oksitosin sehingga kombinasi kedua tindakan sangat signifikan dalam meningkatkan produksi ASI (Hendriyani & Suryaningsih, 2019).

SIMPULAN DAN SARAN

Peningkatan ASI terjadi setelah diberikan perawatan payudara (*breast care*) dan pijat oksitosin (*oxytocin massage*). Rata-rata peningkatan ASI setelah diberikan intervensi pada Ny. E yaitu 9 cc (hari ketiga) dan Ny. M sebesar 11,7 cc (hari pertama) serta 22,5 cc (hari kedua). Peningkatan ASI tersebut juga dipengaruhi beberapa faktor, yaitu psikologis, aktifitas, proses persalinan, usia persalinan, frekuensi menyusui, rawat gabung, berat bayi lahir dan asupan nutrisi. Adanya peningkatan produksi ASI setelah diberikan perawatan payudara (*breast care*) dan pijat oksitosin (*oxytocin massage*) maka disarankan untuk melakukan penelitian dengan pengaturan jam *pumping* yang sama pada semua pasien serta penggunaan mesin *pumping* yang lebih modern.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, T. R., Dewi, R. N., Kesumadewi, T. (2021). *Penerapan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Metro*. Jurnal Cendikia Muda, 1 (3), 361-371
- Aprilia, D., & Amelia, K. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran asi pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan*, 6(1), 11-17.
- Ardhiyanti, L., & Rosita. (2021). Hubungan kelelahan ibu post partum dengan motivasi pemberian asi pada ibu postpartum. *Health Science Development Journal*, 2(2): 9-9
- Guyton AC, Hall JE. (2019). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Singapura: Elsevier;
- Heller, N., Rudiger, M., Hoffmeister, V., & Mense, L. (2021). Mothers own milk feeding in preterm newborns admitted to the neonatal intensive care unit or special care nursery: obstacles, interventions, risk calculations. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 4140.
- Hendriyani, F., & Suraningsih. (2019). Effectiveness of oxytocin massage and breast care treatment on breast milk production. *Indian J Forensic Med Toxicol*, 13(4): 4725-32.
- Hesti, K. Y., Pramono, N., Wahyuni, S., et al. (2017). Effect of combination of breast care and oxytocin massage on breast milk secretion in postpartum mothers. *Belitung Nursing Journal*, 3(6): 784-790.
- Iflahah, D & Rinanta, E. (2015). Teknik menyusui yang benar ditinjau dari usia ibu, paritas, gestasi, dan berat badan lahir di rsud sidoarjo. *Midwifery*, 1(1).
- Indrayati, N., Nurwijayanti, A., & Latifah. (2018). Perbedaan produksi asi pada ibu dengan persalinan normal dan section caesarea. *Community of Publishing in Nursing*, 6(2), 95-104.
- Jannah, S. R., & Widyawati, M. N. (2017). Comparing effectiveness of palm dates and oxytocin massage in stimulating breastmilk production of postpartum mother. *Proceedings of the International Conference on Applied Science and Health, ICASH-A07*, 2 (pp. 63-69).
- Kemenkes. (2018). Manfaat asi eksklusif untuk ibu dan bayi. Diakses 30 Mei 2023 pada <https://promkes.kemkes.go.id>
- Lady, F. (2022). Gambaran perilaku ibu menyusui dalam pemberian asi eksklusif pada bayi di desa sidodadi kecamatan bandar Surabaya kabupaten lampung tengah tahun 2022. *Doctoral Dissertation*, Poltekkes, Tanjungkarang.
- Muliani, Gusman & Tasya, N. (2018). Efektifitas kombinasi perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu postpartum di bpm setia. *Poltekita Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2): 80-87.
- Pani, W. (2019). Hubungan inisiasi menyusui dini dan rawat gabung dengan produksi asi pada postpartum di rsu anutapura palu. *Jurnal Bidan Cerdas*, 1(2), 87-93.
- Pranajaya, R., & Rudiyaniti, N. (2017). Determinan produksi asi pada ibu menyusui. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 9(2), 227-237.
- Pratamaningtyas, S., & Suwoyo. (2019). Analisis faktor yang mempengaruhi kejadian persalinan kala II memanjang. *Malang Journal of Midwifery*, 1(10), 17-25.
- Retno, M. (2017). Hubungan rawat gabung dengan produksi asi pada ibu nifas. *Ilmu Keperawatan*, 3(2).
- Rosmawati, N., Sulistyowati, P., & Puspasari, F. D. (2022). Literature review asuhan keperawatan ibu post section caesarea dengan masalah keperawatan nyeri.
- Siti, O, L. (2021). Hubungan jenis persalinan terhadap produksi asi pada ibu menyusui di rs islam at-taqw gumawang, oku timur, *Doctoral Dissertation*, UNIMUS.
- Sulaeman, E. S., Yunita, F. A., Yuneta, H. A., Khotijah, E. N., Ada, Y. R., Wijayanti, R.,

- Setyawan & Utari. (2016). The effect of oxytocin massage on the postpartum mother on breastmilk production in surakarta Indonesia. *International Conference on Health and Well-Being (ICHWB)*, (pp. 279-288).
- Taviyanda, D. (2019). Adaptasi psikologi ibu post partum primigravida section Caesar dan partus normal. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 5(1).
- Triansyah, A., Indarti, A., Tahir, M., Sabir, M., Nur, R., Basir, C., & Rusydi. (2021). The effect of oxytocin massage and breast care on the increased production of breast milk of breastfeeding mothers in the working area of the public health center of lawanga of poso district. *Gacetta Sanitaria*, 35, S168-S170.
- Utami, R., Astutik, P., Rukmawati, S., Nurhayati., & Retnoningrum, A. (2020). Effectiveness of massage and breast treatment about the adequacy of breast milk in post partum. *Europe Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 7(2), 4725-4732.
- Waluyo, H., Ekawati, E., Widjasena, B., & Denny. (2019). Hubungan beban kerja mental dan dukungan tempat kerja terhadap pemberian asi eksklusif pada ibu bekerja di wilayah kerja puskesmas karangjai. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4), 225-231.
- Yulianti, N. (2022). Efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kecukupan pengeluaran asi pada ibu nifas di pmd tangerang selatan tahun 2022. *Midwifery Science and Women Health*, 2(2).