



## Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2019

NANI JAHRIANI

STIKes As Syifa Kisaran

[jahrianin@yahoo.com](mailto:jahrianin@yahoo.com)

### Abstract

*Mother's Milk (ASI) is a natural nutrient for babies with the most suitable nutritional content for optimal growth. Decreased milk production in breastfeeding mothers is one of the reasons for not materializing exclusive breastfeeding for the first 0-6 months of the baby's life and continued breastfeeding for children until  $\geq 2$  years, so the mother will give MP-ASI in the form of formula milk. Formula milk does not have complete contents like breast milk, and does not contain antibodies like those contained in breast milk. This causes babies who do not get exclusive breastfeeding will easily get sick. Some mothers experience difficulties and failure to breastfeed because the milk has not come out yet, a little breast milk or blasted nipples makes the mother afraid to breastfeed. So that mothers need special breast care to facilitate the lactation process. Lactation massage is one of the painless breast care methods that can stimulate the strength of the breast muscles to increase milk production and make the breasts softer and more elastic so that it makes it easy for babies to suck breast milk. Lactation massage will also provide a sense of relief and overall comfort for the mother, improve the quality of breast milk, prevent blisters and mastitis and can improve / reduce lactation problems caused by flat nipples, inverted nipples. In Sendang Sari sub-district, Asahan Regency, the problem of decreased milk production and less is one of the problems in the process of breastfeeding mothers. This was obtained from the results of interviews with mothers who complained their babies were still fussy even though they were breastfeeding, so mothers gave additional formula milk to meet the needs of their babies.*

**Key words:** Mother, Baby, Lactation Massage

### PENDAHULUAN

Berdasarkan angka ini maka secara kasar dapat diperhitungkan perkiraan Angka Kematian Bayi (AKB) di Sumatera Utara tahun 2016 yakni 4/1.000 Kelahiran Hidup (KH). Kasus-kasus kematian yang dilaporkan hanyalah kasus kematian yang terjadi di sarana pelayanan kesehatan, sedangkan kasus-kasus kematian yang terjadi di masyarakat belum seluruhnya

terlaporkan (Profil Kesehatan Sumatera Utara Tahun 2016). Begitu juga dengan capaian Pemerintah Kabupaten (Pemkab) Asahan melalui Dinas Kesehatan sepanjang 2016 menerangkan Angka Kematian Bayi mengalami penurunan pada tahun 2015 sebanyak 100 bayi, turun menjadi 44 bayi pada tahun 2016.

Seperti yang dilansir dari *Daily Mail*, tim peneliti dari Duke University Medical



Center menemukan “bayi yang minum ASI mengalami pertumbuhan usu yang lebih menyehatkan. Hal ini dikarenakan ASI ternyata mendorong koloni mikrobiotik flora unik unik untuk meningkatkan pengembangan sistem imun”. Penelitian ini semakin menguatkan bukti bahwa ASI adalah susu yang paling bernutrisi untuk bayi. Lagipula bayi yang minum ASI umumnya selalu lebih sehat, demikian juga ibu yang menyusui. Mereka (ibu) bisa menurunkan risioko kanker. Jadi, selama ASI masih mengalir, sebaiknya bayi diberikan susu dari ibunya sendiri, demikian menurut Dr Gabriel Panayotti dari Dukue University Medical Center (Wiji, Rizki Natia, 2013).

Cakupan persentase bayi yang diberi ASI Eksklusif si Sumatera Utara dari tahun 2011-2015 cenderung menunjukkan peningkatan, dan cakupan pada tahun 2015 mengalami peningkatanyang cukup signifikan sebesar 10% dibandingkan tahun 2014 dan telah mencapaitarget nasional yaitu 40%. Namun di tahun 2016 terjadi penurunan yang tajam dibanding tahun 2015 dan tidak mencapai target nasional < dari 40%.Kabupaten/Kota dengan pencapaian  $\geq$  40% untuk Kabupaten yaitu Labuhan BatuUtara (97.90%), Samosir (94.8%), Humbang Hasundutan (84.0%), Simalungun(60.6%), Dairi (55.7%), Pakpak Bharat (50.5%), Deli Serdang (47.1%), Asahan(43.6%), Labuhan Batu (40.9%) dan untuk Kota yaitu Gunung Sitoli (84.5%),Sibolga (46.7%). Daerah dengan pencapaian < 10% yaitu Kota Medan (6.7%), Tebing-Tinggi (7.4%) (Profil Kesehatan Sumatera Utara Tahun 2016).

Menurut Kemenkes, 2015 yang diambil dari penelitian Endah Rosmita, 2017 menyatakan beberapa hal yang menghambat pemberian ASI eksklusif diantaranya adalah: Produksi ASI kurang (32%), masalah pada putting susu(28%), payudara bengkak (25

%), pengaruh iklan pada susu formula (6%), ibu bekerja (5%), pengaruh orang lain terutama keluarga (4%) oleh karena itu dukungan untuk pemberian ASI sangat diperlukan dari keluarga, masyarakat dan petugas kesehatan untuk menciptakan generasi yang sehat danberkualitas,

Perawatan yang dilakukan terhadap payudara bertujuan untuk memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Menurut Kabir dan Tasnim, 2009 yang diambil dari penelitian Machmudah, 2017 menjelaskan bahwa Pijat Oketani merupakan perawatan payudara yang unik yang pertama kali dipopulerkan oleh Sotomi Oketani dari Jepang dan sudah dilaksanakan dibeberapa Negara antara lain Korea, Jepang dan Bangladesh. Pijat oketani akan membuat payudara menjadi lebih lembut, areola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menyusui. Aliran susu menjadi lebih lancar karena ada penekanan pada alveoli. Menurut Oketaki, 2008 yang diambil dari penelitian Endah Rosmita, 2017 menyatakan pada tahun 1981, pijat oketani disahkan oleh pemerintah Korea diformalkan metode yang disebut dan diberi nama “Oketani Breast Management”

Mengingat pentingnya produksi ASI pada bayi masa menyusui terhadap keberhasilan proses menyusui, dan berdasarkan survey awal yang telah dilakukan peneliti terhadap ibu yang menyusui mengeluhkan bahwa produksi hanya ASI sedikit, sehingga bayi menjadi rewel dan ibu merasa bahwa kebutuhan bayi tidak akan terpenuhi sehingga ibu memberikan pendamping ASI berupa susu formula pada anaknya di usia < 6 bulan, dan tidak memberikan ASI lagi pada anaknya yang berumur  $\geq$ 1 tahun.

Berdasarkan masalah tersebut, Peneliti merasa perlu untuk menerapkan teknik pijat laktasi guna meningkatkan



produksi ASI sehingga judul penelitian ini adalah “Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2019”.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian Cross Sectional penelitian ini menggunakan uji Statistik (Uji Chi Kuadrat). Kemudian dari efek tersebut ditelusuri penyebabnya dari variabel-variabel yang mempengaruhi akibat tersebut untuk mengetahui Hubungan Antara Jenis penelitian yaitu bersifat Studi Prospektif (*Prospective Study*) yang memiliki Rancangan *One Group Pretest-Postest*. Dalam hal ini, Peneliti hanya memberi perlakuan kepada kelompok yang bersedia menjadi partisipan, dan tidak melibatkan kelompok pembanding (kontrol).

## Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan tiga cara yaitu peneliti sendiri sebagai instrument, panduan wawancara, serta lembar observasi. Peneliti sebagai instrumen penelitian karena peneliti sebagai alat pengumpulan data. Peneliti harus mampu menyakinkan partisipan bahwa pijat laktasi dapat meningkatkan produksi ASI ibu menyusui sehingga partisipan bersedia menjadi partisipan dalam penelitian. Peneliti harus mampu beradaptasi, sehingga dapat diterima oleh partisipan dan lingkungannya agar mampu mengungkap data yang tersembunyi melalui bahasa tutur, bahasa tubuh, perilaku maupun ungkapan-ungkapan yang berkembang di lingkungan partisipan.

Lembar Observasi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan:

1. Angket atau Kuesioner

Lembar A, yang dilakukan dengan mengedarkan suatu daftar pertanyaan yang berisi formulir-formulir, diajukan secara tertulis kepada partisipan, merupakan data demografi responden, meliputi : nama ibu, umur, alamat, tanggal persalinan, tingkat pendidikan, pekerjaan, jumlah anak (paritas), dan jenis persalinan.

## 2. Lembar Observasi

- Lembar B yaitu lembar observasi produksi ASI yang dinilai dari jumlah produksi ASI ibu menyusui sebelum dan sesudah dilakukan pijat laktasi.
- Lembar C yaitu lembar observasi produksi ASI yang dinilai dari frekuensi dan lamanya bayi menyusui sebelum dan sesudah dilakukan pijat laktasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang telah dikumpulkan dan diolah berikut ini akan dibahas hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2018” dengan besar sampel 30 ibu menyusui dengan kriteria 1. Ibu menyusui yang memiliki Bayi < 1 tahun, 2. Bertempat tinggal di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan, 3. Dapat berbahasa Indonesia, membaca dan menulis, 4. Bersedia menjadi partisipan dalam penelitian. Berikut ini akan di bahas hasil penelitiannya :



**Tabel 1.**  
**Distribusi Frekuensi Umur Bayi Dari Ibu Yang Menyusui Di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2019**

Umur Bayi	Frekuensi ( F )	Persentase ( % )
0- 3Bulan	8	26,7
4-6 Bulan	12	40
7-9 Bulan	8	26,7
10-12 Bulan	2	6,7
Total	30	100%

**Tabel 2.**  
**Distribusi Frekuensi Produksi ASI Ibu Menyusui Sebelum dan Sesudah dilakukan Pijat Laktasi pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2018**

No	Volume Produksi ASI						
	Sebelum Pijat Laktasi			Sesudah Pijat Laktasi			
	Krtria	Sblm	F (%)	Kriteria	Sblm	F (%)	
1	Krg	23	76,7	Ttp	Krg	1	3,3
					Baik	3	10,1
2	Baik	7	23,3	Tmbh	Krg	4	13,3
					Baik	22	73,3
Total		30	100	Total	30	100	

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi Bayi Menyusui Sebelum dan Sesudah dilakukan Pijat Laktasi pada Ibu Menyusu Di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2019**

No	Frekuensi Bayi Menyusu						
	Sebelum Pijat Laktasi			Sesudah Pijat Laktasi			
	Krtria	Sblm	F (%)	Kriteria	Sblm	F (%)	
1	Krg	18	60	Ttp	Krg	1	3,3
					Baik	4	10,1
2	Baik	12	40	Tmbh	Krg	2	13,3
					Baik	23	73,3
Total		30	100	Total	30	100	



## PEMBAHASAN

### Volume ASI

Volume produksi ASI adalah banyaknya ASI yang oleh payudara ibu sehingga dapat di konsumsi bayi saat baik menyusui. Menurut penelitian Macmudah, 2017 Pijat Oketani merupakan manajemen keterampilan untuk mengatasi masalah laktasi seperti produksi ASI yang tidak cukup dengan cara meningkatkan hormon prolaktin, serta mengatasi masalah pembengkakan payudara. Pemberian rangsangan pada otot-otot payudara akan membantu merangsang hormon prolaktin untuk membantu produksi air susu.

Menurut asumsi peneliti, bahwa pijat laktasi yang dilakukan ibu menyusui akan merangsang otot-otot dan pembuluh darah di dalam payudara untuk memproduksi ASI sehingga dapat meningkatkan volume ASI ibu. Peningkatan volume ASI tersebut akan meningkatkan produksi ASI ibu pada saat bayi akan menyusui.

### Produksi ASI

Frekuensi bayi menyusui adalah banyaknya bayi menyusui dalam sehari. Jumlah ASI juga dipengaruhi oleh hisapan dan frekuensi menyusui hal ini diperkuat oleh pendapat Lawrence, 1994 yang diambil dari penelitian Ummah, Faizarun. 2014 menjelaskan bahwa jumlah ASI yang diproduksi atau jumlah prolaktin yang disekresi berkaitan besarnya dengan stimulus isapan, frekuensi, intensitas, dan lama bayi menghisap.

Menurut asumsi peneliti, bahwa pijat laktasi akan membuat payudara ibu terasa lebih bersih, lembut, dan elastis sehingga akan lebih memudahkan bayi untuk menyusui, serta menghindari ibu mengalami cedera/lecet pada payudaranya pada saat baik menyusui. Sehingga, apabila semakin sering bayi untuk menyusui akan semakin meningkat pula produksi ASI yang akan diproduksi bayi pada saat bayi menyusui.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian mengenai Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2018 diperoleh bahwa pijat laktasi berpengaruh dalam meningkatkan produksi ASI dengan cara meningkatkan hormon prolaktin, pemberian rangsangan pada otot-otot payudara akan membantu merangsang hormon prolaktin untuk membantu produksi air susu. Pijat Laktasi juga akan membuat payudara lebih bersih, lembut dan elastis sehingga akan meningkatkan bayi untuk menyusui.

Peningkatan produksi ASI pada penelitian terlihat bahwa volume produksi ASI ibu menyusui sebelum dilakukannya pijat laktasi mayoritas memiliki volume produksi ASI kurang yaitu sebanyak 23 partisipan (76,7%) dan minoritas memiliki volume produksi ASI baik yaitu sebanyak 7 partisipan (23,3%). Volume produksi ASI ibu menyusui sesudah dilakukan pijat laktasi mayoritas memiliki volume produksi ASI bertambah baik yaitu 22 partisipan (73,3%) dan minoritas memiliki volume produksi ASI tetap kurang yaitu sebanyak 1 partisipan (3,3%).

Peningkatan produksi ASI pada penelitian ini juga terlihat bahwa frekuensi bayi menyusui sebelum dilakukan Pijat laktasi mayoritas memiliki frekuensi bayi menyusui kurang yaitu sebanyak 18 partisipan (60%) dan minoritas memiliki frekuensi menyusui baik yaitu sebanyak 12 partisipan (40%). Frekuensi bayi menyusui sesudah dilakukan pijat laktasi mayoritas memiliki frekuensi bayi menyusui bertambah baik yaitu 23 partisipan (76,7%) dan minoritas memiliki frekuensi bayi





menyusu tetap kurang yaitu sebanyak 1 partisipan (3,3%).

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pijat laktasi dapat meningkatkan produksi ASI ibu menyusui melalui peningkatan volume ASI dan frekuensi bayi menyusu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arief, N. (2009). *ASI dan Tumbuh Kembang Bayi*. Yogyakarta : Medpress.
- Akter, Tasnim, Bhuiyan, & Hasan. (2015). *A Study on Partum Breast Problems of Mothers Attending at Lactation anagement Center*. Bangladesh : Med. J.
- Baskoro, A. (2008). *ASI Panduan Praktis Ibu Menyusui*. Yogyakarta : Banyu Media.
- Bahiyatun. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Jakarta : EGC.
- Astutik, R.Y.SST., M.Kes. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta Selatan : Salemba Medika.
- Dharma, K.K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Depkes RI. (2014). “Bina Gizi Kesehatan Ibu Dan Anak” (Online) <http://www.Depkes.go.id> Di akses pada tanggal 30 September 2015.
- Dewi, V.N.L, & Sunarsih, T. (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta Selatan :Salemba Medika.
- Deswani, K. (2010). *Panduan Praktik Klinik dan Laboraturium Keperawatan Maternitas*.Jakarta : Salemba Medika.
- Fer, T.M.D. (2012). *The Washington Manual “of Outpatient Internal Medicine*. Washington : Wolters Kluwer.
- Haryono, R., & Setianingsih. S. (2014). *Manfaat ASI Eksklusif untuk Buah Hati Anda*.Yogyakarta : Gosyen Publishing.
- Hidayat, AAA. (2008). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika.
- IDAI. (2012). “ASI Relaktasi dan Induksi Laktasi” (online) <http://idai.or.id/public-articles/klinik/asi/relaktasi-dan-induksi-laktasi.html>. Diakses tanggal 9 Juni 2015.
- Tv, SI. (2013). Pijat Laktasi. <https://www.youtube.com/watch?v=EjgDWIOgiNo>.Diakses 20 Maret 2016.
- Indriani, D., Asmuji., & Wahyuni, S. (2016). *Edukasi Postnatal*. Jakarta : Trans Medika.
- Janah, N. (2013). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Yogyakarta : AR-Ruz Media.
- Kristiyansari, W. (2011). *ASI menyusui & Sadari*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Marmi, S. (2014). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas “Peuperium Care”*. Yogyakarta :Pustaka Pelajar.



- Marmi, S. (2012). *Panduan Lengkap Manajemen Laktasi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Metta. (2014). "Kuantitas ASI Berkurang, Mungkinkah Saluran ASI yang Tersumbat?"(online) <http://bidanku.com/kuantitas-asi-berkurang-mungkinkah-saluran-asi-yang-tersumbat>. Diakses 9 Juni 2016.
- Mulyani, N.S. (2013). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- MacDonald, M.G., & Seshia. M.M.K. (2015). *Pathophysiology and Management of the Newborn*. Washington : Wolters Kluwer.
- Nurliawati, T. (2010). *Faktor- Faktor yang Berhubungan Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Pasca Seksio Sesaria Di Wilayah Kota Dan Kabupaten Tasikmalaya [Tesis]*. Depok : Universitas Indonesia.
- Nisman, W.A., Margaretha, E.M., Sandi, Ayu., Lesmana, Susanti. (2011). *Panduan Ibu Pintar Menyusui*. Yogyakarta : C.V. Andi Ofseet.
- Novianti, R. (2009). *Menyusui itu Indah*. Yogyakarta : Octopus.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan : Teori dan Aplikasi*. Jakarta : Rineka Cipta