

EFEKTIVITAS METODE *BREASTCARE* TERHADAP PRODUKSI ASI

Tresia Umarianti¹, Rahajeng Putriningrum², Kartika Dian Listyaningsih³
email: t27a.umarianti@gmail.com

STIKes Kusuma Husada Surakarta

ABSTRAK

Kelancaran proses laktasi atau produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh perawatan payudara, frekuensi menyusuan, kejiwaan ibu, kesehatan ibu, dan kontrasepsi, begitu juga untuk produksi ASI sangat dipengaruhi fisik, psikospiritual, lingkungan dan sosial. Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin dapat dilakukan dengan perawatan atau pemijatan payudara. Metode *Breastcare* yaitu stimulasi untuk membantu produksi dan pengeluaran ASI melalui *breastcare*. Ibu nifas di PKD Shifa secara studi pendahuluan dari 5 (lima) ibu nifas, belum mengetahui bagaimana cara agar produksi ASI banyak dengan menggunakan *Breastcare* melalui wawancara terstruktur. Tujuan penelitian adalah mengkaji efektivitas metode *Breastcare* terhadap produksi ASI. Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen, dilaksanakan di PKD Shifa Turi Cemani, pada bulan Juli sampai September 2017. Sampel yang digunakan dengan metode *accidental sampling* dengan jumlah sampel 30 orang ibu nifas, dan metode pengumpulan data dengan observasi. Teknik analisa data menggunakan *t-Test*. Hasil yang didapatkan dari 30 sampel ibu nifas setelah dilakukan perlakuan didapatkan nilai *p value* sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa *Breastcare* sangat efektif terhadap peningkatan produksi ASI.

Kata kunci: Nifas, *Breastcare*, Produksi ASI

Abstract

The smooth process of lactation or the production and expenditure of breastmilk is influenced by breast care, breastfeeding frequency, maternal health, and contraception, as well as for the production of breastmilk is strongly affected physically, psychospiritually, environmentally and socially. Efforts to stimulate the hormone prolactin and oxytocin can be done with breastcare or massage. Breastcare method is stimulation to help the production and expenditure of breastmilk through breastcare. The postpartum mothers in PKD Shifa in a preliminary study of 5 (five) postpartum mothers, do not know how to make breastmilk production much by using Breastcare through structured interviews. The objective of the study was to assess the effectiveness of breastmilk production with Breastcare method. This study uses quasi experimental method, implemented in PKD Shifa Turi Cemani, from July to September 2017. The sample used by accidental sampling method with the sample number 30 postpartum mothers, and data collection method with observation. Data analysis technique using t-Test. Results obtained from 30 postpartum samples after the treatment obtained p value of $0.000 < 0,05$, so it can be concluded that Breastcare is very effective to increase Breastmilk production.

Keywords: Postpartum, *Breastcare*, Breastmilk Production

PENDAHULUAN

Persentase nasional angka kejadian proses mulai menyusu kurang dari satu jam (IMD) setelah bayi lahir adalah 34,5 persen. Kurangnya presentasi tersebut diakibatkan oleh salah satunya dikarenakan adanya Peningkatan kejadian Sectio Caesarea yang secara tidak langsung menurunkan kesuksesan dalam menyusui. Hal ini dikarenakan tidak dilakukannya Inisiasi Menyusui Dini serta keterlambatan dalam memberikan. Permasalahan mayoritas yang dialami ibu adalah tidak keluarnya ASI pada hari pertama

sampai hari ketiga post partum. Akibatnya, bayi baru lahir yang seharusnya mendapatkan ASI dini akan tertunda dan sebagai alternatifnya diberikan susu formula.

Penurunan produksi ASI disebabkan karena kurangnya hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses laktasi (Ummah, 2014). Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin dapat dilakukan dengan perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan puting, menyusui dini dan teratur (Biancuzzo, 2003; Indriyani, 2006; Yohmi dan Roesli, 2009; Mardiyarningsih, 2010).

Metode *Breastcare* yaitu stimulasi untuk membantu produksi dan pengeluaran ASI melalui *breastcare* (pemijatan payudara). Penelitian Nilamsari (2014) mengatakan bahwa terdapat pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ekskresi ASI. Ketidacukupan produksi ASI merupakan alasan utama seorang ibu untuk menghentikan pemberian ASI secara dini, ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi dan mendukung kenaikan berat badan bayi yang adekuat produksi ASI kurang lancar. Perawatan yang efektif untuk memperbanyak produksi ASI antara lain dengan melakukan perawatan payudara atau *breastcare* dengan menjaga kebersihan dan *massage* (memijat) payudara.

Berdasarkan data dari Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 bahwa AKB di Indonesia sebesar 32 kematian per 1000 kelahiran hidup, angka ini lebih tinggi dibanding AKB yang direncanakan pada target MDG's tahun 2015 yaitu 23 per 1000 kelahiran hidup (Kementerian Kesehatan RI, 2014). AKB di Indonesia pada tahun 2012 yang diakibatkan dari kurangnya pemberian ASI pada bayi yang berumur kurang dari 6 bulan mencapai 54% pada bayi usia 2-3 bulan, 19% pada bayi usia 7-9 bulan, 13% bayi dibawah 2 bulan telah diberi susu formula dan 1 dari 3 bayi usia 2-3 bulan telah diberi makanan tambahan (Sentra Laktasi Indonesia, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan ibu nifas di PKD Shifa secara studi pendahuluan dari 5 (lima) ibu nifas, belum mengetahui bagaimana cara agar

produksi ASI banyak dengan menggunakan *Breastcare* melalui wawancara terstruktur.

Tujuan penelitian adalah mengkaji efektivitas metode *Breastcare* terhadap produksi ASI. Manfaat yang dapat diperoleh yaitu diketahui efek setelah dilakukan metode BOM (*Breastcare*, *Oxytocin*, and *Marmet Teachnique*) terhadap produksi ASI, potensi pengembangan metode diajarkan kepada kader dan bidan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen dimana dalam penelitian ada kelompok kontrol dan perlakuan yaitu *breastcare post partum*, dilaksanakan di PKD Shifa Turi Cemani, pada bulan Juli sampai September 2017. Populasi semua ibu nifas yang berada PKD Shifa Turi Cemani, sampel yang digunakan ibu *post partum* hari ke-1 sampai hari ke-7 yang diambil dengan metode *accidental sampling* dengan jumlah sampel 30 orang ibu nifas, dan metode pengumpulan data dengan observasi. Teknik analisa data menggunakan *t-Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di PKD Syifa turi Cemani Sukoharjo pada tanggal 06 Juni 2017 Sampai 28 Agustus 2017, berdasarkan hasil pengambilan sampel diperoleh 30 responden ibu nifas. Karakteristik sampel (data) pada penelitian efektifitas metode *BOM* terhadap produksi ASI dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Tabel Karakteristik Sampel (Data)

Variabel	N	Mean	SD	Minimum	Maksimum
Umur	30	1,97	0,32	1	3
Produksi ASI	30	8,23	1,59	3	11

Sumber: Hasil Analisis SPSS; Agustus, 2017

Berdasarkan data penelitian pada Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata umur dan produksi ASI dari 30 subjek secara berturut-turut adalah (1,97), dan (8,23).

Distribusi frekuensi umur dalam penelitian ini dapat disajikan pada tabel 2. berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Umur

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	<20 Tahun	2	6,70
2	20-35 Tahun	27	90,00
3	> 35 Tahun	1	3,30
	Total	30	100,00

Sumber : Hasil Analisis SPSS; Agustus 2017

Pada tabel 2. di atas, dari 30 responden yang mempunyai umur < 20 Tahun ada 2 orang (6,70%), umur 20-35 Tahun ada 27 orang (90,00%), dan umur >35 Tahun ada 1 orang (3,30%). Hal ini berarti

kebanyakan ibu nifas berumur 20-35 Tahun ada 27 orang (90,00%).

Distribusi frekuensi produksi ASI dalam penelitian ini dapat disajikan pada tabel 3. berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Produksi ASI

No	Produksi ASI	Frekuensi	Persentase (%)
1	Cukup	16	53,30
2	Kurang	14	46,70
	Total	30	100,00

Sumber : Hasil Analisis SPSS; Agustus 2017

Pada tabel 3. dari 30 responden yang memiliki produksi ASI Cukup ada 16 orang (53,30%), kurang ada 14 orang (46,70). Ini berarti sebagian besar

responden memiliki produksi ASI Cukup ada 16 orang (53,30%) dari keseluruhan responden yang diteliti.

Tabel 4. Group Statistics

Produksi ASI	Breastcare	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
	1.00	15	7.0000	1.13389	.29277
	2.00	15	9.4667	.83381	.21529

Tabel 5. Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Produksi ASI	Equal variances assumed	1.622	.213	-6.788	28	.000	-2.46667	.36341	-3.21107	-1.72226
	Equal variances not assumed			-6.788	25.715	.000	-2.46667	.36341	-3.21406	-1.71927

Dari hasil uji independent sample t test terdapat dua output yakni tabel group statistics dan independent sample tests. Pada tabel group statistics dijabarkan hasil perhitungan tentang jumlah data atau sampel adalah 15 perlakuan dan 15 kontrol, nilai rata-rata tidak dilakukan 7,00 dan yang dilakukan metode 9,47. Standar deviasi 1,13 dan 0,83, standar error rata-rata pada 0,29 dan 0,22 masing-masing metode.

Pada tabel Independent Sample T test memaparkan uji apakah kedua kelompok memiliki perbedaan. Karena nilai sig (0,000) < alpha (0,05) maka dapat kita simpulkan bahwa kedua kelompok memiliki perbedaan. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut terlihat bahwa t hitung = - 6,79 dengan df = 28 maka dapat kita simpulkan bahwa metode breastcare sangat efektif untuk produksi ASI.

Sesuai dengan penelitian Tauriska (2014), dalam puting susu terdapat banyak ujung saraf sensoris. Bila dirangsang, timbul implus menuju hipotalamus selanjutnya ke kelenjar hipofise anterior (bagian depan) sehingga kelenjar ini menghasilkan hormon prolaktin. Rangsangan puting susu tidak

hanya diteruskan sampai ke kelenjar hipofise anterior, tetapi juga ke kelenjar hipofise posterior

(bagian belakang), yang menghasilkan hormon oksitosin.

Faktor rangsangan dapat berupa isapan bayi serta perawatan fisik yaitu perawatan payudara (*breast care*) dan pijat oksitosin. Dengan adanya perawatan payudara pada hari-hari pertama masa nifas dapat melancarkan aliran darah pada payudara, selanjutnya dapat mengurangi tekanan intraduktal yang diakibatkan oleh ASI yang terkumpul pada duktus laktiferus kemudian penarikan pada puting susu dapat melenturkan dan membuka duktus laktiferus, sehingga memudahkan bayi untuk mengisap ASI. Penarikan puting juga dapat merangsang ujung saraf sensoris sekitar puting susu, sehingga rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus melalui medula spinalis dan mesensephalon. Hipotalamus akan menekan pengeluaran faktor yang menghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya akan merangsang pengeluaran faktor yang memacu sekresi prolaktin. Faktor pemacu sekresi prolaktin akan merangsang hipofise anterior untuk memproduksi prolaktin. Hormon prolaktin ini selanjutnya akan merangsang sel alveoli untuk membuat air susu. (Roesli, U : 2008).

Nilamsari (2014) tentang pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ekskresi ASI ibu post partum. Hasil penelitian menjelaskan bahwa perawatan payudara efektif dilakukan untuk mengeksresikan ASI. Penelitian lain dari Maria (2012) bahwa kebiasaan melakukan perawatan payudara pada ibu menyusui dapat mem-perlancar produksi ASI sebesar 36 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu menyusui yang tidak melakukan perawatan payudara. Gerakan pada perawatan payudara dengan teknik memijat dianjurkan dengan tangan dan jari karena lebih praktis, efektif, efisien dan mempunyai keuntungan tekanan lebih baik yang ber-manfaat merangsang reflek pengeluaran ASI selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI.

Volume ASI yang diproduksi dan dikeluarkan oleh kelenjar payudara dapat berbeda berdasarkan faktor yang mem-pengaruhinya seperti makanan yang dikonsumsi ibu, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, anatomi payudara, faktor fisiologis, pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat melahirkan, dan konsumsi rokok serta alkohol (Astutik, 2014). Sulistyawati (2009) mengemukakan pendapat bahwa pelepasan oksitosin dapat dihambat oleh keadaan emosi ibu, rasa takut, lelah, malu, tidak yakin, atau merasakan nyeri.

PENUTUP

Nilai *p value* sebesar $0,000 <$ batas kritis $0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan bermakna antara dua kelompok, dimana metode *Breastcare*, sangat efektif terhadap Produksi ASI.

Saran bagi peneliti agar melanjutkan penelitian selanjutnya dan mengaplikasikannya sampai pada pengabdian masyarakat. Bagi pasien selalu melaksanakan metode dirumah agar tidak terjadi bendungan *Breastcare* ASI, serta dapat meningkatkan produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E, R. Wulandari, D. 2009. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Candekia Press.
- Astutik, Y.R. 2014. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Dahlan, M.S, 2008. *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Handayani. 2014. *Pemberian Pijat Oksitosin*

Saleha, Siti. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.

Asuhan Keperawatan Ny. E dengan Post Partum Sectio Caesarea Atas Indikasi Ketuban Pecah Dini (KPD) di Ruang Mawar I RSUD dr.Moewardi Surakarta. Surakarta: STIKes Kusuma Husada.

Handayani, S. Wulandari, R., S. 2011. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Gosyen Publishing

Kolbaca dan Khatrine. 2003. *Comfort theory and practice: a vision for holistic health care and research*. New York; Springer Publishing Company

Kolbaca, dkk. 2005. *Comfort theory and its application to pediatric nursing*. A Pediatric nursing.

Mardiyarningsih. 2011. Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, Volume 6, No.1.

Marmi. 2014. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "Puerperium Care"*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Muliani, Resty Himma. 2014. Perbedaan produksi ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Metode Massase Depan (*Breastcare*) dan Massase Belakang (Pijat Oksitosin) pada Ibu Menyusui 0-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kesamiran Kabupaten Tegal.

Nilamsar, dkk. 2014. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Ekskresi ASI pada Ibu Post Partum di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan (JIKK)*.Semarang: Poltekkes Kemenkes Semarang

Nugroho, dkk. 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (askeb 3)*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Peterson, dkk. 2004. *Midle ranger theoriesapplication to nursing research*. Philadelphia; Lippincott Williams & Wilkins

- Sitzman, dkk. 2011. *Understanding the work of nurse theorist : a creative beginning*. Ed 2nd. Ontario; Jones and Bartlett Publisher
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R &D*. Bandung; Alfabeta
- Ummah, F. 2014. *Pijat Oksitosin untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada Ibu Pasca salin Normal di Dusun Sono Seda Ketanen Kecamatan Panceng Gresik*. Vol.02. No. XVIII. Juni 2014
- Widiyanti, dkk. 2014. *Perbedaan Antara Dilakukan Pijatan Oksitosin dan Tidak Dilakukan Pijatan Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Ambarawa*. Ungaran: Akbid Ngudi Waluyo Ungaran.
- Wong, dkk. 2009. *Buku ajar keperawatan pediatric vil 1*. Jakarta; EGC
- Wulandari, dkk. 2014. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Umum Daerah di Provinsi Kepulauan Riau*. Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang.