

Penelitian

MANFAAT MASSASE TENGGUK DAN KOMPRES HANGAT PAYUDARA TERHADAP PENGELUARAN KOLOSTRUM ASI PADA IBU POST PARTUM DI KLINIK PRATAMA ROSNI ALIZAR MEDAN TAHUN 2017

Wellina Sebayang

Prodi D-III Kebidanan, STIKes Imelda, Jalan Bilal Nomor 52 Medan

E-mail : wellinasebayang@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Menyusui merupakan cara yang optimal dalam memberikan kebutuhan nutrisi dan imunologi kepada bayi baru lahir. ASI mengandung semua bahan yang diperlukan bayi, mudah dicerna, memberi perlindungan terhadap infeksi, selalu segar dan bersih dan siap untuk diminum. Mengingat pentingnya ASI terutama stadium I dari hari pertama sampai hari keempat adalah kolostrum. Kolostrum sangat penting bagi pertahanan bayi karena kolostrum merupakan imunisasi pertama bagi bayi. Kolostrum membantu mengeluarkan mekonium dari usus bayi sehingga mukosa usus bayi baru lahir bersih dan siap menerima ASI. **Tujuan :** untuk mengetahui Manfaat Massase Terhadap Pengeluaran kolostrum ASI Pada Ibu Post Partum di Klinik Rosni Alizar. **Metode :** Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Subyek dalam penelitian ini 20 orang. Penelitian ini dilakukan di Klinik Rosni Alizar Medan pada bulan September sampai Oktober 2017. Metode pengambilan sampel adalah total sampel. Analisa data menggunakan uji statistik chi-square dalam program software SPSS 17. **Hasil :** berdasarkan hasil analisa data didapatkan bahwa terdapat peningkatan jumlah volume kolostrum ASI sesudah melakukan masase tengkuk dan masase payudara dengan kompres hangat. **Simpulan :** Terdapat manfaat massase tengkuk dan massase payudara dengan kompres hamgat terhadap pengeluaran kolostrum ASI pada ibu post partum.

Kata kunci: Massase; Tengkuk dan Kompres Hangat Payudara; Pengeluaran Kolostrum ASI.

PENDAHULUAN

ASI mengandung semua bahan yang diperlukan bayi, mudah dicerna, memberi perlindungan terhadap infeksi, selalu segar, bersih dan siap untuk diminum, (Saifuddin, 2014). Mengingat pentingnya ASI maka di Indonesia pelaksanaan IMD disosialisasikan pada saat Pekan ASI se-Dunia pada tahun 2007. Pada kesempatan tersebut terencananya agar para ibu memberi kesempatan pada bayinya untuk menyusui dalam satu jam pertama setelah melahirkan. Oleh karena itu, semua petugas kesehatan yang terlibat dalam persalinan, terutama bidan untuk membantu ibu-ibu melaksanakan IMD segera setelah

melahirkan (Kementrian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, 2007).

Menyusui adalah cara yang optimal dalam memberikan kebutuhan nutrisi, imunologi dan psikososial dalam mengasuh bayi. Menurut Utami Roesli (2004) ASI stadium I dari hari pertama sampai hari keempat adalah kolostrum. Kolostrum sangat penting bagi pertahanan tubuh bayi karena kolostrum merupakan imunisasi pertama bagi bayi. Kolostrum membantu mengeluarkan mekonium dari usus bayi sehingga mukosa usus bayi baru lahir segera bersih dan siap menerima ASI.

Kandungan dalam ASI terutama kolostrum mengandung imunoglobulin yaitu

IgA sekretorik (SigA), IgE, IgM, dan IgG. Dari semua imunoglobulin tersebut yang terbanyak adalah IgA yang tidak diserap tetapi dapat melumpuhkan bakteri patogen *E. coli* dan berbagai virus pada saluran pencernaan. Antibodi dalam ASI dapat bertahan dalam saluran pencernaan bayi karena tahan terhadap asam dan enzim proteolitik saluran pencernaan dan membuat lapisan pada mukosanya sehingga mencegah bakteri patogen dan enterovirus masuk ke dalam mukosa usus. Untuk meningkatkan produksi ASI dan pengeluaran ASI dilakukan perawatan payudara dengan cara massase tengkuk dan massase *otot pectoralis mayor*.

Menurut Munford (2001), massage adalah rangkaian yang terstruktur dari tekanan atau sentuhan tangan dan bagian tubuh untuk melakukan manipulasi di atas kulit, terutama pada bagian otot dengan gerakan mengurut, menggosok, memukul, menekan pada bagian tengkuk dengan otot *pectoralis mayor* untuk melancarkan oksigen dan membuat ibu merasa rileks.

Hasil Survey Pendahuluan di Klinik Rosni Alizar diperoleh data ibu bersalin rata-rata setiap bulan sebanyak 15-30 persalinan. Fenomena yang terjadi dilapangan ibu yang mengalami gangguan pengeluaran ASI dan belum dilakukan asuhan kebidanan berupa massase untuk merangsang pengeluaran ASI pada ibu post partum.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik mengambil judul “Manfaat Massase Terhadap Pengeluaran kolustrum ASI pada Ibu Post Partum”.

METODE

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pendekatan *cross sectional* yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2010).

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang terdapat di Klinik Rosni Alizar Medan pada periode September Oktober 2017 sebanyak 20 subyek. Penelitian ini menggunakan teknik total sampel yaitu seluruh populasi dijadikan obyek penelitian. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 20

subjek.

Instrumen penelitian ini dilakukan dengan menggunakan spuit 1 cc untuk pengukuran pengeluaran ASI serta dengan prosedur massase tengkuk dan masase payudara dengan kompres hangat. Teknik analisa data pada uji hipotesis menggunakan uji *chi-square* dalam program software SPSS 17.

Data sampel yang diambil sebagai sampel terpilih adalah ibu nifas. Karakteristik sampel yang diamati adalah berdasarkan paritas ibu nifas

Tabel 2. Data Responden Berdasarkan Karakteristik Paritas

Karakteristik	Jumlah	Peresentase
Primi	14	70,0%
Multi	6	3,0%
Jumlah	30	100%

Sumber: data berdasarkan data sekunder Klinik Rosni Alizar periode September-Oktober 2017.

Berdasarkan Tabel di atas menunjukkan bahwa total sampel berjumlah 20 dan terdiri dari dua karakteristik paritas, yakni karakteristik paritas primigravida dan multigravida. Karakteristik paritas primigravida berjumlah 14 atau 70% dan karakteristik paritas multigravida berjumlah 6 atau 30% dari seluruh sampel.

Distribusi Data Berdasarkan Frekuensi kontraksi uterus pada Ibu Bersalin Kala I sebelum dan sesudah dilakukan *breast massage* ditunjukkan pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Data Pengeluaran ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Massase

No	Nama	ASI	
		Sebelum masase	Sesudah masase
1	Ny. W	0.3	0.5
2	Ny. B	0.4	0.7
3	Ny. S	0.2	0.5
4	Ny. F	0.4	0.5
5	Ny. W	0.2	0.4
6	Ny. M	0.1	0.4

7	Ny. S	0.3	0.5
8	Ny. N	0.1	0.3
9	Ny. R	0.2	0.3
10	Ny. N	0.1	0.4
11	Ny. F	0.2	0.3
12	Ny. R	0.1	0.2
13	Ny. S	0.3	0.6
14	Ny. S	0.2	0.3
15	Ny. T	0.1	0.3
16	Ny. W	0.2	0.5
17	Ny. S	0.3	0.6
18	Ny. D	0.2	0.4
19	Ny. A	0.2	0.5
20	Ny. J	0.3	0.6

Sumber: Data primer pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan Massase.

Dari tabel 3 diketahui perbedaan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan massase. Selisih antara keduanya cenderung mengalami peningkatan pengeluaran ASI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari Tabel 1 karakteristik responden berdasarkan paritas diketahui bahwa karakteristik responden mayoritas mengalami resiko gangguan pengeluaran ASI terjadi pada ibu primipara dikarenakan baru mengalami proses persalinan dan kelahiran pertama kali dan timbul gangguan psikologi seperti perasaan ketidak mampuan untuk merawat bayi dan dirinya sendiri, dan terjadi penolakan menyusui bayinya sehingga payudara tidak dikosongkan dengan baik sehingga hormonal yang diterima otak ibu adalah untuk menghasilkan air susu lebih sedikit (Saifuddin, 2006).

Perawatan payudara selama hamil berperan besar dalam mewujudkan tercapainya program ASI eksklusif. Salah satu caranya dengan massase tengkuk dan massase otot payudara dengan kompres hangat yang berguna untuk rileksasi dan membantu reflek pengeluaran ASI. Massase

tengkuk dan massase otot pectoralis mayor sebaiknya dilakukan sedini mungkin, yakni saat usia kehamilan 5 atau 6 bulan. Pijat bisa ibu lakukan lagi setelah bayi lahir, baik sebelum menyusui atau sebelum memerah maupun saat saluran ASI tersumbat (Trisnani, 2012).

Pada kenyataan dilapangan masih banyak ibu nifas belum mengetahui factor yang dapat mempengaruhi pengeluaran ASI, sehingga menghambat pengeluaran ASI. Massase yang dilakukan pada payudara tanpa menyentuh areola dan putting susu akan memberi rangsangan syaraf untuk mengeluarkan hormone prolaktin yang berguna untuk memproduksi ASI sehingga bisa mengeluarkan ASI dengan cepat. Factor yang dapat mempengaruhi dalam pengeluaran ASI adalah faktor psikologi ibu. Apabila ibu dalam keadaan stress maka akan memacu untuk pembentukan adrenalin, sedangkan *adrenalin* ini sangat berpengaruh dalam *vasokontriksi*, akibat dari *vasokontriksi* maka akan terjadi ketegangan pada ductus laktiferus dan sumbatan serta ketegangan pada ostium papilare, keadaan di atas 59 akan membuat air susu tidak bisa dialirkan maka payudara akan bengkak (Arifin, 2010).

Massase tengkuk dan massase otot payudara dengan kompres hangat dapat mempengaruhi pengeluaran ASI. Dalam massase tengkuk dan massase otot payudara dengan kompres hangat masih terdapat factor penghambat dari ibu yang kurang memahami dan mengerti, keadaan ibu yang kurang pengetahuan. Adanya faktor yang mendukung pengeluaran ASI yaitu nutrisi, istirahat cukup dan dukungan suami.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka simpulan yang diambil adalah sebagai berikut : Terdapat manfaat massase tengkuk dan massase otot payudara dengan kompres hangat terhadap pengeluaran ASI pada ibu Post Partum. Artinya terdapat manfaat massase tengkuk dan massase otot payudara dengan kompres hangat terhadap pengeluaran ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati dan Wulandari, D. (2008). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Cendekia Press.
- Arifin. (2011). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI*. <http://sobatbaru.blogspot.com/2009/02/anatomi-payudara-dan-fisiologilaktasi.html> akses tanggal 03 mei 2013.
- Azwar. (2010). *Metode Penelitian, Cetakan ke- X*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bambang. (2011). *Remidial Massage: Panduan Pijat Bayi Fisioterapi, Praktis dan Instruktur*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Baskoro, A. (2008). *Asi Panduan Praktis Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Bayu Media.
- Laksono, Hari. (2012). *Menkes Harapkan RPP ASI Segera Disahkan*. Internet: <http://health.kompas.com/read/2012/01/04/17465497/Menkes.Harapkan.RPP>ASI.Segera.Di> akses tanggal 04 Mei 2013.
- Mochtar, R. (1998). *A. Obstetri Fisiologi dan Obstetri Patologi*. Jakarta: EGC.
- Perinasia. (2009). *Bahan Bacaan Manajemen Laktasi Cetakan Ke-hh4*. Jakarta: Program Manajemen Laktasi Perkumpulan Perinatologi Indonesia.
- Prasetyo. (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Jakarta: EGC.
- Soetjiningsih. (1998). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Suryani. (2014). *Manfaat Massase Tengkuk dan Massase Otot Pectoralis Mayor terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Hari Ke 1 Dan Hari Ke 2*.