

## PENGARUH *HYPNOBREASFEEDING* TERHADAP PRODUKSI VOLUME ASI IBU NIFAS DI RUMAH SAKIT IMELDA PEKERJA INDONESIA MEDAN

Wellina BR Sebayang<sup>1</sup>, Carolina Theresia Simanjuntak<sup>2</sup>  
Universitas Imelda Medan, Indonesia

### Article Info

#### Article history:

Received Sep 22, 2019

Revised Sep 24, 2020

Accepted Sep 25, 2020

#### Keywords:

Hynobreastfeeding

Increased volume of breast milk

Postpartum mother

### ABSTRACT

Hypnobreastfeeding is a natural attempt to instill the intention into our subconscious mind, to produce sufficient milk for the benefit of the baby. Increase the amount of breast milk by convincing yourself that the amount of breast milk is sufficient to meet the baby's needs exclusively without the addition of formula milk. The purpose of this study was to determine the effect of hypnobreastfeeding on the volume production of postpartum mother's milk at the Imelda Hospital Workers Indonesia. This study used an observational analytic method with a cross sectional approach. The subjects in this study were 20 people. This research was conducted at the Imelda Indonesian Workers Hospital in Medan from January to October 2017. The sampling method was the total sample. Data analysis used the mean Whytney statistical test with statistical significance of p value 0.05. Based on the results of data analysis, it was found that in the intervention group 90% of respondents experienced an increase in the volume of breast milk in the category of sufficient milk. In the control group, only 50% were in the category of sufficient breastfeeding, while 50% had given formula milk to their babies. There is an increase in the volume of breast milk after hynobreastfeeding. The conclusion is that there is a hynobreastfeeding effect on the increase in the volume of breast milk for post-partum mothers at the Imelda Hospital, Indonesian Workers, Medan. The suggestion of this research is to increase hypnobreastfeeding socialization and further research with a different design.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



### Corresponding Author:

Wellina BR Sebayang,

Program Studi D-III Kebidanan,

Universitas Imelda Medan,

Jl. Bilal No. 52 Kelurahan Pulo Brayon Darat I Kecamatan Medan Timur, Medan - Sumatera Utara.

Email: wellinasebayang@gmail.com

## 1. INTRODUCTION

*Sustainable Development Goals* dalam the 2030 Agenda for sustainable development menargetkan pada tahun 2030 dapat mengurangi angka kematian neonatal paling sedikit 12 per 1.000 kelahiran hidup dan kematian pada anak dibawah usia 5 tahun paling sedikit 25 per 1.000 kelahiran hidup. Hal tersebut dapat dicapai salah satunya dengan pemberian ASI eksklusif dilaksanakan dengan baik (*United Nations*). Namun hanya 44% dari bayi lahir didunia yang mendapat ASI dalam waktu satu jam pertama sejak lahir, bahkan masih sedikit bayi di bawah usia 6 bulan disusui secara eksklusif di Afrika Tengah sebanyak 25%, Amerika Latin dan Karibia sebanyak 32%, Asia Timur sebanyak 30%, Asia Selatan sebanyak 47% dan negara berkembang sebanyak 46%. Secara keseluruhan, kurang dari 40% anak di bawah usia 6 bulan pertama sampai paling sedikit 50%. Ini merupakan target kelima WHO di tahun 2025.

Di Indonesia, bayi yang telah mendapatkan ASI eksklusif sampai usia 6 bulan adalah sebesar 29,5% (Profil Kesehatan Indonesia, 2017). Hal ini belum sesuai dengan target Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019 yaitu persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 50%.

Menurut Provinsi, cakupan ASI eksklusif pada bayi sampai usia enam bulan paling rendah berada di Sumatera Utara sebesar 12,4 %, Gorontalo sebesar 12,5% dan paling tinggi di DI Yogyakarta sebesar 55,4%. Sementara kondisi Sumatera Barat didapatkan pemberian ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan sebesar 37,6% (Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia, 2017).

Data kementerian kesehatan mencatat angka inisiasi menyusui dini (IMD) di Indonesia meningkat dari 51,8% pada 2016 menjadi 57,8% pada tahun 2017. Kendati meningkat angka itu disebut masih jauh dari target sebesar 90%. Kenaikan yang sama juga terjadi pada angka pemberian ASI eksklusif dari 29,5% pada 2016 menjadi 35,7% pada 2017. Angka ini juga terbilang sangat kecil jika mengingat pentingnya peran ASI bagi kehidupan bayi.

Hasil dari Survey Data dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2017 menunjukkan praktik pemberian ASI bayi berumur dibawah 6 bulan adalah 52%. Persentase ASI eksklusif menurun seiring dengan bertambahnya umur bayi, dari 67% pada umur 0sampai 1 bulan, menjadi 55% pada umur 2 sampai 3 bulan, 38% pada umur 4 sampai 5 bulan (SDKI, 2017). Cakupan bayi yang mendapatkan ASI secara nasional sebesar 61,33%. Angka tersebut sudah melampaui target Rencana Strategi (Renstra) pada beberapa provinsi tahun 2017 yaitu 44%. Provinsi Sulawesi utara berada di urutan ke-2 terendah dari 34 provinsi yang ada di Indonesia dengan cakupan yang mendapat ASI eksklusif yaitu 38,69% (Kemenkes, 2018).

Menurut penelitian tentang *Hypnobreastfeeding* menyatakan bahwa *Hypnobreastfeeding* mampu meningkatkan produksi ASI karena memberikan efek rileks, ketenangan fisik, pikiran, dan kenyamanan pada masa menyusui yang dapat memberikan *positif feedback mechanism* berupa respon peningkatan pelepasan oksitosin dan prolaktin oleh pituitari. Hormon prolaktin berperan dalam merangsang zat gizi untuk sintesis air susu dalam sel-sel *sekreterius alveoli*. Oksitosin menyebabkan kontraksi *mioepitel* di sekeliling *alveolus* dan mengeluarkan air susu (*milk ejection*) (Pratiwi et al., 2018). Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik mengambil judul “Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Peningkatan Volume ASI pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia”.

## 2. RESEARCH METHOD

Jenis penelitian ini merupakan quasi eksperimen menggunakan *desain kohort*. Sampel dibagi dalam dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada awal penelitian pada kedua kelompok penelitian dilakukan observasi pengeluaran ASI tahap berikutnya: selama empat hari kelompok intervensi diberikan tehnik *sugesty hypnobreastfeeding*. Pada kelompok kontrol tidak diberikan *sugesty hypnobreastfeeding*. Pada tahap akhir dilakukan kembali pengukuran pengeluaran ASI, jumlah ASI menggunakan botol ASI. Uji statistik menggunakan uji *mean whytney* dengan statistik kemaknaan *p value 0,05*. Populasi adalah ibu nifas baik yang melahirkan normal maupun *Sectio Caesarea (SC)*. Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia Medan dilanjut dengan observasi *via Wa* dengan responden.

## 3. RESULTS AND ANALYSIS

### 3.1 Hasil

#### Distribusi Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	
	Frekuensi	Persentase %
Umur	<20	3 15
	20-35	13 65
	>35	4 20
Paritas	Primipara	11 55
	Multipara	9 45
Pendidikan	SMA sederajat	13 65
	Universitas	7 35

Data Primer, 2020

Hasil penelitian frekuensi responden ditemukan mayoritas umur 20-35 tahun, primipara dengan riwayat pendidikan SMA sederajat.

### Distribusi Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Peningkatan Volume Asi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap peningkatan volume ASI

Variabel	<i>Hypnobreastfeeding</i>	Produksi ASI		Nilai <i>p</i>
		Cukup	Kurang	
Kelompok	Intervensi	8	2	0,02
	Kontrol	5	5	

Data Primer, 2020

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa dari 10 kelompok intervensi sebesar 80% mengalami peningkatan produksi ASI dengan kategori ASI Cukup. Responden kelompok kontrol tanpa mendapat tehnik *hypnobreastfeeding* hanya 50% dengan kategori ASI cukup sementara 50% lagi sudah memberikan susu formula kepada bayinya.

### 3.2 Pembahasan

*Hypnobreastfeeding* adalah metode yang mampu menciptakan situasi persuatif di alam bawah sadar seseorang sehingga meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri untuk memproduksi dan memberikan ASI kepada bayi. Kepercayaan diri ibu bisa dibangun melalui kalimat positif yang diberikan kepada ibu saat ibu sudah dalam kondisi *trance* yaitu kondisi ibu telah mencapai pikiran alam bawah sadar (Anita, 2017).

Kondisi psikologis yang tidak tenang/stres memicu peningkatan kortisol dan kotekolamin yang dapat menghambat pelepasan prolaktin dan oksitosin. Jika terjadi kondisi sebaliknya yaitu dalam tahap induksi *hypnobreastfeeding*, efek relaksasi, ketenangan fisik, pikiran, dan kenyamanan dapat dirasakan oleh ibu sehingga terjadi positif *feedback mechanism* berupa respon peningkatan pelepasan oksitosin dan prolaktin oleh pituitary.

Kalimat–kalimat positif yang diberikan kepada ibu memberi keyakinan dan motivasi semangat sehingga secara otomatis akan meningkatkan produksi ASI. Dengan tehnik sederhana maka metode *hypnobreastfeeding* dapat memberi pengaruh terhadap peningkatan volume ASI.

## 4. CONCLUSION

Ada pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap peningkatan volume ASI. Berdasarkan hasil analisa data didapatkan pada kelompok intervensi 90% responden mengalami peningkatan volume ASI dengan kategori ASI cukup. Pada kelompok control hanya 50% dengan kategori ASI cukup sementara 50% lagi sudah memberikan susu formula kepada bayinya. Terdapat peningkatan jumlah volume ASI sesudah melakukan *hypnobreastfeeding*.

## REFERENCES

- Anita, R. 2017. *Hypnobreastfeeding* untuk meningkatkan produksi ASI pada Ibu menyusui yang bekerja. *Jurnal STIKes Patria Husada Blitar*.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia. Jakarta.
- Bahriyah, F. 2017. Hubungan Pekerjaan Ibu Terhadap Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi. *Journal Endurance*.
- Dewi, U. 2016. Faktor yang Mempengaruhi Praktik Menyusui pada Ibu post Sectio Saecarea Di RSI A. Yani Surabaya. *Jurnal Imiah Kesehatan*.
- Hidayat, A. 2016. *Asuhan Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. *Profil Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Survei Data dan Kesehatan (SDKI)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Maritalia, D. 2017. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Yogyakarta.
- Pratiwi, S. 2018. *Pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap produksi ASI*. Jurnal Program studi kebidanan STIKes Yarsi Mataram.
- Profil Kesehatan Indonesia. 2017. *Cakupan ASI Eksklusif*. Jakarta.
- Profil Kesehatan Tapanuli Utara. 2016. Sumatera Utara.
- Ramli, R. 2020. Hubungan Pengetahuan dan Status Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and health Education*. Sidotopo.
- Riset Kesehatan Dasar. 2017. *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia*.
- Setia, S. 2018. Hubungan Pekerjaan dan Pendidikan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Hinai Kiri. *Jurnal STIKes Putra Abadi Langkat*. Sumatera Utara.
- Untari, J. 2017. Hubungan Antara Karakteristik Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Di Puskesmas Minggir Kabupaten Sleman. *Jurnal Forum Ilmiah KesMas Respati*.
- Wayan, N. 2016. *Hypnobreastfeeding* awali suksesnya ASI Eklusif. *Jurnal Dosen Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar*.

**BIOGRAPHIES OF AUTHORS**

**Wellina BR Sebayang**, Gelar D-III diperoleh dari Akademi Kebidanan Imelda Medan, Jurusan Kebidanan pada tahun 2006, Gelar Sarjana diperoleh dari Universitas Padjadjaran Bandung, Jurusan Bidan Pendidik Tahun 2009. Magister Kesehatan diperoleh dari Universitas Sumatera Utara, Jurusan Kesehatan Reproduksi pada tahun 2014. Saat ini aktif sebagai dosen tetap di Prodi Kebidanan Universitas Imelda Medan.

