

**PENERAPAN TERAPI PIJAT OKSITOSIN GUNA MEMPERLANCAR PENGELUARAN ASI
PADA ASUHAN KEBIDANAN IBU NIFAS DENGAN BENDUNGAN ASI
DI PUSKESMAS TANJUNGPINANG TAHUN 2023**

Sri Handayani Surya¹, Ani Mulyandari²
Akademi Kebidanan Anugerah Bintang ^{1,2}
Email: Sricewekmelayu02@gmail.com

ABSTRAK

Seorang bayi baru lahir mempunyai hak untuk mendapatkan ASI dari ibu kandungnya. Namun, bendungan ASI dapat terjadi jika wanita tersebut tidak dapat menyusui selama fase pascapersalinan. Jika menyusui tidak dimulai atau pengeluaran ASI terhambat, terjadi penyumbatan laktasi, yang menyebabkan galaktostasis. Pembengkakan payudara yang ditandai dengan pembengkakan, suhu tinggi, kaku, dan nyeri saat payudara diraba merupakan salah satu tanda kelainan ini. Cara untuk memperlancar pengeluaran ASI dapat dilakukan dengan melakukan terapi pijat oksitosin. Tujuan penelitian ini adalah untuk menerapkan terapi pijat oksitosin pada Ny. P di Puskesmas Tanjungpinang tahun 2023. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metodologi studi kasus dengan fokus manajemen kebidanan. Subyek penelitian ini adalah Ny. P usia 22 tahun. Pengumpulan data dengan dokumentasi, observasi, dan anamnesis. Membandingkan data yang dikumpulkan dengan kerangka teoritis yang sudah ada sebelumnya merupakan komponen kunci dari analisis data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa enam hari setelah melahirkan, Ny. P mengalami bendungan ASI dikarenakan pengeluaran ASI yang tidak lancar, maka dilakukan teknik pijat oksitosin dengan tujuan memperlancar aliran ASI dengan hasil bahwa bendungan semakin berkurang dan bayi tidak rewel. Tidak ada kesenjangan antara teori dengan praktik.

Kata kunci : Pijat Oksitosin, Bendungan ASI, Nifas

ABSTRACT

A newborn baby has the right to receive breast milk from its biological mother. However, breast milk dams can occur if the woman is unable to breastfeed during the postpartum phase. If breastfeeding is not initiated or milk production is obstructed, lactation blockage occurs, leading to galactostasis. Breast engorgement characterized by swelling, high temperature, stiffness, and pain when the breast is touched is one sign of this disorder. A way to facilitate the release of breast milk can be done by doing oxytocin massage therapy. The aim of this research was to apply oxytocin massage therapy to Mrs. P at the Tanjungpinang Community Health Center in 2023. In this research the author used a case study methodology with a focus on midwifery management. The subject of this research is Mrs. P 22 years old. Data collection with documentation, observation and history taking. Comparing the collected data with a pre-existing theoretical framework is a key component of data analysis. The results showed that six days after giving birth, Mrs. P experienced breast milk dams due to irregular milk production, so the oxytocin massage technique was carried out with the aim of improving the flow of breast milk with the result that the dams decreased and the baby was not fussy. There is no gap between theory and practice.

Keywords: Oxytocin massage, breast milk dam, postpartum

PENDAHULUAN

Jumlah kematian yang terjadi pada masa kehamilan, persalinan, dan masa nifas diukur dengan angka kematian ibu. Ini bertindak sebagai ukuran kondisi kesehatan umum wanita. Target Angka Kematian Ibu (MMR) tahun 2020 yang ditetapkan oleh Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) adalah penurunan sebesar 70 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2020)

Masa setelah plasenta lahir hingga rahim kembali ke ukuran normalnya disebut sebagai fase nifas, kadang disebut masa nifas. Tahap ini biasanya berlangsung antara 42 hari hingga 6 minggu. Ibu akan mengalami perubahan pada tubuhnya pada masa nifas. Pada fase awal masa nifas, akan timbul rasa nyeri yang hebat jika ibu nifas tidak memberikan perawatan yang tepat. (Isnaini, N., & Rama, D. 2015).

Seorang bayi baru lahir mempunyai hak untuk mendapatkan ASI dari ibu kandungnya. Namun, bendungan ASI dapat terjadi jika wanita tersebut tidak dapat menyusui selama fase pascapersalinan. Penyempitan saluran laktiferus pada payudara ibu menyebabkan bendungan tersebut. Mereka juga dapat muncul jika ibu memiliki kelainan pada puting, seperti puting datar, cekung, atau terbalik.

Jika menyusui tidak dimulai atau pengeluaran ASI terhambat, terjadi penyumbatan laktasi, yang menyebabkan galaktostasis. Pembengkakan payudara yang ditandai dengan pembengkakan, suhu tinggi, kaku, dan nyeri saat payudara diraba merupakan salah satu tanda kelainan ini. Suhu tubuh ibu meningkat hingga 38°C, dan benda tersebut berwarna kemerahan. Oleh karena itu, penting untuk memulai perawatan payudara sedini mungkin untuk mencegah penumpukan ASI. (Mayasari, dkk 2017).

ASI sangat penting untuk perkembangan dan nutrisi bayi, dan perawatan payudara pasca melahirkan membantu meningkatkan dan mempercepat produksi ASI.

Cara untuk memperlancar pengeluaran ASI dapat dilakukan dengan melakukan terapi pijat oksitosin dengan cara yaitu duduk di posisi yang nyaman dan baju bagian atas dilepas, duduk dengan posisi berhadapan dengan meja, Bawalah bantal untuk menopang bagian depan tubuh Anda, pastikan posisinya nyaman. Terapis pijat menggerakkan ibu jarinya dengan gerakan melingkar di sekitar leher, sisi kanan dan kiri tulang belakang setinggi bahu, dan turun ke tulang belikat. Dengan menggunakan tangan tertutup, pijat lembut seluruh punggung dengan

baby oil hingga terasa rileks. Berikan sentuhan yang menenangkan sambil memijat lembut seluruh punggung. Oleskan pijatan oksitosin selama 15 menit. Anda bisa memberikan pijatan oksitosin sebelum menyusui.

Menurut Suprayitno dkk. (2018), ibu menyusui dapat meningkatkan suplai ASI dengan mendapat perhatian secara rutin.

Mengingat ASI merupakan sumber rezeki utama bagi bayi baru lahir, maka ibu pasca melahirkan harus mengutamakan perawatan payudaranya. Kolostrum, yang ditemukan dalam ASI, memiliki efek antimikroba dan meningkatkan kekebalan tubuh yang kuat. Selain itu, ia memiliki berbagai enzim penting untuk bayi, meningkatkan kekebalan mereka dan mengurangi kerentanan mereka terhadap penyakit. Oleh karena itu, penyumbatan ASI dapat dicegah secara efisien dengan mengikuti perawatan payudara secara teratur. Bidan atau ahli medis lainnya dapat membantu ibu pasca melahirkan dengan memberikan nasihat, pendidikan, dan informasi mengenai praktik perawatan payudara yang aman dan efektif. Hal ini penting untuk mencegah penyumbatan ASI dan pada akhirnya menurunkan angka kematian ibu, orang yang mengalami retensi ASI.

Penulis menyadari pentingnya peran bidan dalam pemberian layanan kesehatan, oleh karena itu penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan dengan penerapan teknik pijat oksitosin kepada Ny. P dengan Bendungan ASI di Puskesmas Tanjungpinang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan metodologi observasi deskriptif untuk mengkaji fenomena dengan pendekatan manajemen kebidanan.

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Kota Tanjungpinang. Subjek penelitian Ny. P usia 22 Tahun. Metode pengumpulan data diperoleh dari pengkajian subjektif dan objektif. Beberapa pengumpulan data, baik data primer maupun sekunder yang dikumpulkan dari Ny. P, dilakukan dalam rangka menyusun temuan penelitian. Data penelitian yang dikumpulkan langsung dari sumber asli atau sumber tangan pertama disebut dengan data primer. Sebaliknya data penelitian yang diperoleh peneliti secara tidak langsung melalui media perantara disebut sebagai data sekunder. Wawancara dan observasi merupakan strategi yang digunakan untuk mengumpulkan data untuk penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penulis melakukan asuhan kebidanan nifas pada Ny. P umur 22 tahun di Puskesmas Tanjungpinang diawali dengan pengkajian data, ditemukan bahwa ibu dalam masa nifas 6 hari. Data subjektif menunjukkan bahwa ibu mengeluh payudaranya bengkak sejak 1 hari yang lalu sehingga anak menjadi rewel karena ASI tidak lancar. dari pola pemenuhan sehari-hari, makan dan minum ibu tidak ada keluhan, bahkan ibu makan sehari bisa 4-5 kali, minum lebih dari 8 gelas. Akan tetapi ibu akhir-akhir ini merasa sedikit lelah karena tiap malam bergadang karena bayi sering rewel.

Data objektif menunjukkan bahwa tanda-tanda vital ibu dalam batas normal. BB menurun 1 kg sejak melahirkan. Dari pemeriksaan payudara terlihat payudara sebelah kiri bengkak dan ada bagian yang keras.

Dari data pengkajian di atas maka disimpulkan bahwa ibu mengalami bendungan ASI. Kemudian dilakukan edukasi kepada ibu terkait bendungan payudara dan cara mengatasinya dengan terapi pijat oksitosin.

Langkah dari penerapan pijat oksitosin yang dilakukan adalah: 1) Ibu duduk rileks bersandar, tangan dilipat,

kepala diatasnya. 2) Payudara tergantung lepas tanpa bra. 3) Pijat disepanjang sisi tulang belakang. 4) Gunakan kepalan tangan, ibu jari menunjuk kedepan. 5) Tekan kuat membentuk gerakan melingkar-lingkar. 6) Pijatkan hingga sebatas tali bra. 7) Lakukan 3-5menit. Langkah ini sesuai dengan Istiqomah and Muliawati (2020)

Asuhan Kebidanan yang telah diberikan kepada Ny. P sudah mengacu pada standar, dimana selama nifas asuhan yang diberikan sebanyak empat kali. Hasil pemeriksaan Ny. P terjadi Bendungan ASI pada nifas 6 hari. Setelah penerapan, ASI mulai lancar dan bengkak sudah mulai melembek. Selain itu juga memberikan edukasi untuk suami bisa melakukan mandiri dirumah kepada ibu supaya aliran asi semakin lancar.

Bendungan ASI disebabkan oleh penyumbatan aliran vena dan limfatik, yang menyebabkan penumpukan ASI di saluran payudara dan memperbesar alveoli sehingga mengganggu pelepasan ASI. Kejadian tersebut dapat dijelaskan dengan adanya penimbunan ASI yang tersangkut dan tidak dapat dikeluarkan (Murniati, dkk 2012).

Karena ASI merupakan sumber nutrisi utama bayi baru lahir, maka ibu pasca melahirkan harus

mengutamakan perawatan payudaranya. Kolostrum, yang ditemukan dalam ASI, memiliki efek antimikroba dan meningkatkan kekebalan tubuh yang kuat. Ia juga memiliki banyak enzim berbeda yang penting untuk kesehatan bayi dan memperkuat kekebalan mereka, sehingga menurunkan risiko penyakit. Oleh karena itu, perkembangan bendungan ASI dapat berhasil dihentikan dengan mengikuti praktik perawatan payudara secara teratur. Bidan atau tenaga medis profesional lainnya dapat membantu ibu nifas dengan memberikan nasihat, edukasi, dan informasi tentang cara merawat payudara yang baik dan benar. Untuk menurunkan risiko kematian ibu terkait dengan retensi ASI, strategi pencegahan ini sangat penting.

KESIMPULAN DAN SARAN

Bendungan ASI adalah terjadinya penyumbatan susu ibu yang dikarenakan terhambatnya proses pengeluaran ASI. Masalah yang terjadi pada Bendungan ASI adalah penyumbatan pada air susu ibu. Bendungan ASI yang terjadi pada Ny. P terjadi pada 6 hari post partum.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa enam hari setelah melahirkan, Ny. P mengalami

bendungan Asi dikarenakan pengeluaran asi yang tidak lancar, maka dilakukan teknik pijat oksitosin dengan tujuan memperlancar aliran asi dengan hasil bahwa bendungan semakin berkurang dan bayi tidak rewel. Tidak ada kesenjangan antara teori dengan praktik.

Saran untuk penelitian ini ialah klien diharapkan untuk menambah pengetahuannya sehingga dapat mendeteksi dini penyulit yang bisa terjadi pada persalinannya dan segera diatasi agar meminimalisirkan risiko dan komplikasi yang mungkin akan terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, Andayani dan Widodo (2012). Hubungan Cara Menyusui Dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tenganan Kecamatan Tenganan Kabupaten Semarang.
- Amilah., Suwondo, A., Wahyuni, S., Suhartono. (2014). 'Efektifitas Kombinasi Pijat Oksitosin Teknik Effleurage Dan Aromaterapi RoseT terhadap Kadar Prolaktin Post Partum Normal Di Wilayah Puskesmas Dawe Kudus Tahun 2013'. Bhamada, 5(1), pp.97–110
- Bahiyatun, (2009). Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Jakarta : EGC
- Isnaini, N., & Rama, D. (2015). Hubungan pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran asi di wilayah kerja puskesmas raja basa indah bandar lampung tahun

2015. Jurnal kebidanan, 1(2): 91-97. Retrieved
- Kemenkes RI. (2020). Panduan manajemen laktasi: Diet gizi masyarakat. Jakarta: Kemenkes RI
- Muliawati D. (2021). Pengetahuan Ibu Hamil tentang Breast care dan Pijat Oksitosin pada Masa Nifas. Jurnal Kesehatan Madani Medika,Vo 112,No 02.
- Murniati, Suprapti & Kusumawati. (2012). Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Bendungan ASI dengan Praktik Pencegahan Bendungan ASI (Breast Care) di Rumah Bersalin Nur Hikmah Kwaron Gubug.
- Mayasari, T. W., Susanti, Y., & Livana, P. H. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui. Jurnal Keperawatan. 9(1): 24-29. Retrieved from: www.stikeskendal.ac.id/journal/index.php/Keperawatan/article/view/48