

## PERBANDINGAN EFEKTIFITAS PIJAT OKETANI DENGAN PIJAT OKSITOSIN UNTUK MENGURANGI KELUHAN BENDUNGAN ASI DI PUSKESMAS TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA

**Tatu Septiani Nurhikmah<sup>1</sup>, Ratni N<sup>2</sup>, Dewi Nurdianti<sup>3</sup>**

Dosen D3 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya<sup>1,2,3</sup>

tatuseptiani.keb11@gmail.com<sup>1</sup>

ratni@gmail.com<sup>2</sup>

dewinurdianti87@gmail.com<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah. Adapun masalah yang menyebabkan ibu gagal dalam menyusui adalah puting susu lecet, payudara bengkak (bendungan air susu ibu), mastitis dan abses payudara. Salah satu metode untuk mengurangi bendungan air susu ibu yaitu dengan cara breast care, ada beberapa macam cara metode breast care salah satunya adalah Pijat oketani. Desain yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Randomized Pretest-Posttest Control Group Design*. Desain ini terdiri dari tiga kelompok ibu nifas yang mengalami bendungan air susu ibu pada 4 sampai dengan 7 hari post partum yang dipilih secara acak (Hidayat, 2007). Dalam penelitian ini kelompok tersebut adalah kelompok A yang diberi pijat oksitosin dan kelompok B di beri pijat oketani dilakukan perawatan selama 2 hari. Kesimpulan Pijat oketani untuk mengurangi bendungan air susu ibu aman digunakan pada ibu menyusui, bidan dapat memfasilitasi dan membimbing ibu dalam melakukan pijat tersebut baik di rumah maupun fasilitas kesehatan, hal ini diharapkan dapat meningkatkan jumlah pemberian ASI eksklusif.

**Kata kunci: bendungan ASI, oketani, oksitosin**

### PENDAHULUAN

Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia masih cukup tinggi yaitu 32 per 1000 kelahiran hidup (SDKI, 2012). Menurut penelitian (Astuti, Judistiani, Rahmiati, & Susanti, 2015) sebagian besar terkait dengan faktor nutrisi yaitu sebesar 53%. Beberapa penyakit yang timbul akibat malnutrisi antara lain pneumonia (20%), diare (15%), kematian perinatal (23%), merupakan penyakit yang dapat dicegah dengan pemberian air susu ibu secara dini. Berdasarkan data cakupan

ASI eksklusif di Indonesia dinilai masih sangat rendah yaitu 33,6 % atau sekitar sepertiga bayi yang mendapatkan ASI eksklusif mulai lahir hingga berusia enam bulan.

Pemberian air susu ibu secara eksklusif dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain air susu ibu tidak segera keluar, ibu merasa nyeri saat menyusui, bayi kesulitan dalam menghisap, keadaan puting susu ibu. Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah. Adapun masalah

yang menyebabkan ibu gagal dalam menyusui adalah puting susu lecet, payudara bengkak (bendungan air susu ibu), mastitis dan abses payudara (walyani,2017).

Bendungan air susu ibu adalah pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan. Bendungan air susu ibu dapat terjadi karena adanya penyempitan *duktus laktiferus* pada payudara ibu dan dapat terjadi bila ibu memiliki kelainan puting susu misalnya puting susu datar, terbenam dan cekung. Kejadian ini biasanya disebabkan karena air susu yang terkumpul tidak segera dikeluarkan sehingga menjadi sumbatan. Payudara yang membengkak biasanya terjadi sesudah melahirkan pada hari ketiga atau keempat.

Kegagalan proses menyusui sering kali disebabkan karena timbulnya beberapa masalah pada ibu post partum salah satunya adalah bendungan air susu ibu. Bendungn air susu ibu merupakan peningkatan aliran vena dari limfe pada payudara yang menyebabkan demam, payudara terasa sakit, berwarna merah, bengkak dan mengeras.

Salah satu metode untuk mengurangi bendungan air susu ibu yaitu dengan cara breast, ada beberapa macam cara metode breast care salah satunya adalah Pijat oketani dan pijat oksitosin dari kedua macam metode ini tidak menimbulkan rasa nyeri. Pijat oketani dapat menstimulus kekuatan otot pectoralis untuk meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara menjadi lebih lembut dan elastis

sehingga meumudahkan bayi untuk mengisap ASI. Pijat oksitosin juga akan memberikan rasa lega dan nyaman secara keseluruhan pada responden, meningkatkan kualitas Air Susu Ibu, mencegah putting lecet dan mastitis serta dapat memperbaiki / mengurangi masalah laktasi yang disebabkan oleh puting yang rata.

## METODE PENELITIAN

Design yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Randomized Pretest-Posttest Control Group Design*. Desain ini terdiri dari tiga kelompok ibu nifas yang mengaami bendungan air susu ibu pada 4 sampai dengan 7 hari post partum yang dipilih secara acak (Santyasa, 2011). Dalam penelitian ini kelompok tersebut adalah kelompok A yang diberi pijat oksitosin dan kelompok B di beri pijat oketani dilakukan perawatan selama 2 hari.

**Tabel 4.1**

**Gambaran Efektifitas Pijat Oketani Untuk Mengurangi Bendungan Air Susu Ibu di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya**

| Kategori                           | N  | Min-<br>Max | Mean   | Std.<br>Deviation |
|------------------------------------|----|-------------|--------|-------------------|
| Bendugan ASI sebelum intervensi    | 15 | 5-6         | 5,5333 | 0,51640           |
| Hari ke satu setelah pijit oketani | 15 | 3-4         | 3,3333 | 0,48795           |
| Hari ke dua setelah pijit oketani  | 15 | 1-2         | 1,5333 | 0,51640           |

Berdasarkan tabel di atas maka diketahui pada Bendungan ASI sebelum intervensi diperoleh skor 0,51640 menggunakan pijat oketani hari ke 1 skor yang diperoleh adalah 0,48795, sedangkan pada pijat oketani hari ke 2 di peroleh skor 0,51640.

**Tabel 4.2**  
**Mengidentifikasi Gambaran**  
**Efektivitas Pijat Oksitosin Untuk**  
**Mengurangi Bendungan Air Susu Ibu**  
**di Puskesmas Tamansari Kota**  
**Tasikmalaya**

| Kategori                             | N  | Min-<br>Max | Mean   | Std.<br>Deviation |
|--------------------------------------|----|-------------|--------|-------------------|
| Bendungan ASI sebelum intervensi     | 15 | 4-6         | 5,3333 | 0,61721           |
| Hari ke satu setelah pijat oksitosin | 15 | 4-5         | 4,2667 | 0,45774           |
| Hari ke dua setelah pijat oksitosin  | 15 | 2-3         | 2,3333 | 0,48795           |

Berdasarkan tabel di atas maka diketahui pada Bendungan ASI sebelum intervensi diperoleh skor 0,61721 menggunakan pijat oksitosin hari ke 1 skor yang diperoleh adalah 0,45774 sedangkan pada pijat oksitosin hari ke 2 di peroleh skor 0,48795.

**Tabel 4.3**  
**Melakukan Analisis Perbandingan**  
**Efektivitas Pijat Oketani Dengan Pijat**  
**Oksitosin Untuk Mengurangi**  
**Bendungan Air Susu Ibu di Puskesmas**  
**Tamansari Kota Tasikmalaya**

| Sum of<br>Squares | df | Mean<br>Square | F | Sig. |
|-------------------|----|----------------|---|------|
|-------------------|----|----------------|---|------|

|               |        |    |       |        |       |
|---------------|--------|----|-------|--------|-------|
| Between Group | 4,800  | 1  | 4,800 | 19.019 | 0,000 |
| Within Group  | 7.067  | 28 | 0,252 |        |       |
| Total         | 11,867 | 29 |       |        |       |

Berdasarkan tabel di atas maka diketahui pada kelompok pijat oksitosin lebih efektif dibandingkan dengan pijat oketani untuk mengurangi bendungan air susu ibu. Pijat oketani dan pijat oksitosin merupakan salah satu metode *breast care* yang tidak menimbulkan rasa nyeri. Dari ke 15 responden dalam penelitian ini masing masing di intervensi selama 15 menit dengan frekuensi dua kali sehari selama dua hari berturut turut. pijat oketani dapat menstimulus kekuatan otot pectoralis untuk meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara menjadi lebih lembut dan elastis sehingga memudahkan bayi untuk mengisap ASI. Pijat oketani juga akan memberikan rasa lega dan nyaman secara keseluruhan pada responden, meningkatkan kualitas ASI, mencegah putting lecet dan mastitis serta dapat memperbaiki/mengurangi masalah laktasi yang disebabkan oleh putting yang rata (*flat nipple*), putting yang masuk kedalam (*inverted*).

Pijat oksitosin juga dapat mempengaruhi produksi ASI. Pijat oksitosin lebih efektif apabila dilakukan dua kali sehari yaitu tiap pagi dan sore hari. Pijat oksitosin dan *breast care* yang dilakukan sehari dua kali dapat mempengaruhi produksi ASI pada ibu postpartum. perawatan payudara yang sering dapat memperlancar keluaran produksi ASI. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa pijat oketani efektif dalam

mengurangi rasa sakit ketika terjadi bendungan payudara.

## **SIMPULAN**

Pijat oketani untuk mengurangi bendungan air susu ibu aman digunakan pada ibu menyusui, bidan dapat memfasilitasi dan membimbing ibu dalam melakukan pijat tersebut baik di rumah maupun fasilitas kesehatan, hal ini diharapkan dapat meningkatkan jumlah pemberian ASI eksklusif.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga penulis bisa menyelesaikan penelitian ini semoga Allah membalas semua kebaikan didunia maupun akhirat kelak amin.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Astuti, S., Judistiani, T. D., Rahmiati, L., & Susanti, A. I. (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. (R. S. Wati, Ed.). Penerbit Airlangga.

Kabir S, Tasnim, S. (2009). Oketani Lactation Mangement: A New Method to Augment Breast Milk. *Journal of Bangladesh College of Physicians and Surgeons*, 27(1), 155–159.

Kementrian Kesehatan, 2012. Survey Demografi Kesehatan Indonesia 2012. Departemen Kesehatan RI

Santyasa W. I. 2011. Metode Penelitian Pengembangan dan Teori Pengembangan Modul. Fakultas Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Pendidikan Ganesha

Qomar, U. L. (2018). Efektifitas Pijat Oketani Terhadap Pencegahan Bendungan ASI Pada Ibu Postpartum, 271–277.

Rahawati, A. (2018). *Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.

Rukiyah, A. Y., & Yulianti, L. (2018). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Ibu Nifas*. Jakarta: CV. Trans Info Media.

Walyani, E. S. (2017a). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. (E. Purwoastuti, Ed.). Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.

Walyani, E. S. (2017b). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. (Endang Purwoastuti, Ed.). Yogyakarta: Pustaka Barupress.

Cho, Ahn, Ahn, Lee, & Hur, 2012) Cho, J., Ahn, H. Y., Ahn, S., Lee, M. S., & Hur, M.-H. (2012). Effects of Oketani Breast Massage on Breast Pain, the Breast Milk pH of Mothers, and the Sucking Speed of Neonates. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 18(2), 149. <https://doi.org/10.4069/kjwhn.2012.18.2.149>

Welcheck, Mastrangelo, & Martinez, 2009) Welcheck, Mastrangelo, &

Martinez. (2009). Qualitative and quantitative assesment of pain. *Anastesionologi Indonesia*.