

Efektifitas Pijat Postpartum dengan Korset Pijat terhadap Kecepatan Pengeluaran ASI Ibu Postpartum

Kasmianti^{1*} Andi Ria Metasari² Ermawati³

^{1,2,3} Bagian Kebidanan, Akademi Kebidanan Lapatau Bone, Sulawesi Selatan, Indonesia

*email: kasmiatilpt@gmail.com

Received: 3-2-2022

Revised: 10-3-2022

Accepted: 11-3-2022

Abstract

Fulfillment of nutrition in newborns is very important. However, there are many things that become obstacles for postpartum mothers in terms of breastfeeding at the beginning of the birth period, such as fatigue in postpartum mothers, inability to breastfeed, lack of knowledge that thinks the existing milk is not enough to meet the needs of their babies. This study aims to see the effectiveness of the massage corset on the speed of milk production. This research was conducted using a cross sectional experimental study method with the application of postpartum massage using a massage corset. This research was conducted in 2 places, namely the Independent Practice of Midwife HJ.Harfiani and Independent Practice of Midwife Jumiani for 4 months. This study shows that the application of postpartum massage using a massage corset has a good effectiveness in accelerating the expulsion of breast milk from 20 samples, 17 people (85%) experienced rapid milk expulsion, 3 people (15%), while those who were not massaged from 20 samples with fast discharge were 5 people (25%) and 15 people were slow spending (75%). The results of the T-test showed that the massage corset was effective in accelerating the expulsion of breast milk in postpartum mothers. So that the results of this study can be an additional alternative for postpartum mothers in providing a sense of comfort and accelerating breastfeeding for postpartum mothers.

Keywords: Postpartum Massage, Massage Corset, breast milk (ASI)

Abstrak

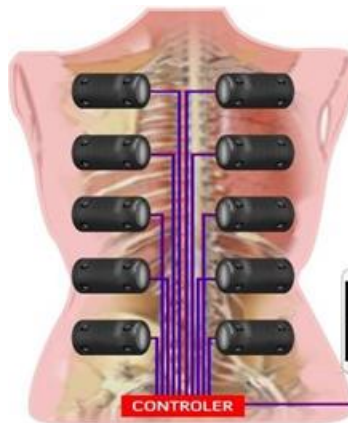
Pemenuhan nutrisi pada bayi baru lahir sangatlah penting terutama di masa-masa awal kelahiran bayi. Namun banyak hal yang menjadi kendala bagi ibu postpartum dalam hal pemberian ASI di awal masa kelahiran seperti kelelahan pada ibu postpartum, ketidak mampuan untuk menyusui, pengetahuan kurang yang beranggapan ASI yang ada tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektifitas korset pijat terhadap kecepatan pengeluaran ASI. Penelitian ini dilakukan dengan metode cross sectional study eksperimen dengan penerapan pijat postpartum dengan menggunakan alat korset pijat. Penelitian ini dilaksanakan di 2 tempat yaitu di Praktik Mandiri Bidan HJ.Harfiani dan Praktik Mandiri Bidan Jumiani selama 4 bulan. Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan pijat postpartum menggunakan korset pijat memiliki efektifitas yang baik terhadap percepatan pengeluaran ASI dari 20 sampel di dapatkan pengeluaran ASI cepat 17 orang (85%) yang mengalami pengeluaran ASI lambat ada 3 orang (15%) sedangkan yang tidak di pijat dari 20 sampel dengan pengeluaran cepat 5 orang (25%) dan pengeluaran lambat 15 orang (75%). Hasil uji T-test menunjukkan bahwa korset pijat efektif mempercepat pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Sehingga hasil penelitian ini dapat menjadi alternative tambahan bagi ibu postpartum dalam memberikan rasa nyaman dan mempercepat pengeluaran ASI pada ibu postpartum.

Kata kunci: Pijat Postpartum, Korset Pijat, ASI

Pendahuluan

Masa postpartum merupakan masa kembalinya organ reproduksi seperti semula pada masa ini ibu sering mengalami kendala terutama dalam pemberian ASI pada bayinya ini disebabkan oleh bayak factor seperti ibu postpartum merasa kelelahan, nyeri pada luka jahitan, pegal-pegal pada tubuh, stress, perasaan yang tidak stabil, ketidaknyamanan dan ketidak mampuan untuk merawat bayinya masalah yang sering dihadapi oleh ibu postpartum ini dapat mempengaruhi pengeluaran hormone oksitosin dan prolactin [1]; [2]; [3].

Banyak cara yang yang bisa dilakukan untuk mengatasi masalah diatas seperti pijat payudara, pijat oksitosin, pijat punggung, perawatan payudara. Pijat adalah merupakan salah satu tindakan yang dilakukan untuk mengatasi rasa nyeri dan memberikan kenyamanan karena merileksasikan otot-otot yang tegang, ada banyak teknik atau cara dalam pemijatan tadisional. Tindakan tersebut mampu mempercepat pengeluran ASI dan meningkatkan produksi ASI, namun tindakan ini belum menjadi tindakan rutin yang dilakukan pada ibu postpartum disebabkan tindakannya memerlukan bantuan orang lain seperti suami, keluarga dan petugas kesehatan yang terampil dalam tindakan tersebut. Kendala yang sering di hadapi oleh ibu postpartum adalah suami yang sudah di ajarkan tetapi sibuk bekerja jadi tidak sempat memberikan pijatan pada istrinya. Pasien yang 1 hari postpartum sudah di pulang jadi tidak mendapat perawatan untuk tahap selanjutnya, petugas kesehatan yang tidak sepadan dengan jumlah pasien sehingga pemberian perawatan payudara atau pijat punggungnya tidak optimal [4];[5].



Gambar 1. Korset pijat tampak belakang (Asri IT)

Sehingga dengan korset pijat ini untuk menilai efektifitas dari pijatan terhadap pengeluaran produksi ASI yang mampu melakukan pijatan secara otomatis yang tidak memerlukan bantuan tenaga kesehatan yang terampil, bisa di gunakan oleh ibu postpartum secara mandiri [6];[7]. Berdasarkan data tersebut, maka peneliti tertarik melaksanakan penelitian tentang efektifitas pijat postpartum dengan korset pijat terhadap kecepatan pengeluaran ASI.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan terlebih dahulu dengan merancang bangun korset pijat. pijatan yang dihasilkan oleh korset pijat dengan menggunakan mikrokontroler Dimana menghasilkan getaran yang telah di atur dengan penerapan pijat punggung dan pijat oksitosin. Getaran yang dihasilkan dari getaran fibrator dengan lama getaran yang dihasilkan selama 1 menit disetiap fibrator dimana lama pengaturan pijatan 15 menit. Penelitian ini dilakukan di dua Praktik Mandiri Bidan yang ada di Kabupaten Bone yaitu Praktik Mandiri Bidan HJ.harfiani dan Praktik Mandiri Bidan Jumiani. dengan penerapan Quasi Eksperimental rancangan *post-test control group*. Instrument yang dibagikan adalah kuesioner terbuka untuk mengetahui kecepatan pengeluaran ASI selama penggunaan pijat korset tersebut selama 5 hari berturut-turut dengan penggunaan korset pijat 2 kali dalam sehari yaitu pagi jam 07.00 dan 04.00 penggunaanya selama 15 menit pemijatan. Untuk melihat efektifitas pijat pijat postpartum menggunakan korset pijat dilakukan *uji T-test* [8].

Hasil penelitian

Tabel 1 menunjukan bahwa dari 20 ibu postpartum yang menggunakan korset pijat di dapatkan hasil terkait dengan kecepatan pengeluaran ASI cepat jika < 24 Jam ada 17 orang (85%) dan Lambat jika ≥ 24 Jam ada 3 orang (15%) Sedangkan yang tidak di pijat cepat jika < 24 Jam ada 5 orang (25%) dan Lambat jika ≥ 24 Jam ada 15 orang (75 %).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Efektifitas Pijat Postpartum dengan Korset Pijat Terhadap Kecepatan Pengeluaran ASI

| Kelompok | Kecepatan Pengeluaran ASI | | | |
|----------------|---------------------------|----|-------------------------|-----|
| | Cepat (<24 Jam) | | Lambat (≥ 24 Jam) | |
| | F | % | F | % |
| Korset pijat | 17 | 85 | 3 | 15 |
| Tidak di pijat | 5 | 25 | 15 | 75 |
| Total | 22 | | 18 | 100 |

Tabel 2 menunjukkan bahwa *Uji Chi-square* nilai *p Value* =0,00 (<0.05) pijat postpartum ekefektif mempercepat pengeluaran ASI lebih cepat 9.57 jam dibanding yang tidak di pijat 45.30 jam.



Tabel 2. Efektifitas pijat postpartum dengan Korset Pijat Terhadap Kecepatan Pengeluaran ASI

| Kelompok | Pengeluaran Produksi | | | P (value) |
|---------------|----------------------|--------|------|-----------|
| | ASI (Jam) | | | |
| | N | Mean | ±SD | |
| Tidak dipijat | 20 | ±45,30 | 9.60 | 0,00 |
| Korset pijat | 20 | ±9,57 | 1.34 | |

Pembahasan

Korset pijat dirancang untuk memberikan kemudahan bagi ibu postpartum agar mendapatkan pemijatan melalui korset yang digunakan. Korset pijat ini dapat di gunakan secara mandiri oleh ibu postpartum. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 sampel ibu postpartum yang menggunakan pijat postpartum hasil terkait dengan kecepatan pengeluaran ASI cepat ada 17 orang (85%) dan Lambat 3 orang (15%). Dengan uji chie-squer diperoleh hasil p value 0,00 yang menunjukkan pijat postpartum menggunakan korset memberikan efek terhadap kecepatan pengeluaran ASI. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayatun Nufus 2019 tentang efektifitas pijat oksitosin terhadap pengeluaran produksi ASI di dapatkan produksi ASI yang dipijat cukup 22 orang (88%) dan tidak cukup 3 orang (12%) [9]. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Kasmianti 2020 menunjukkan bahwa kecepatan pengeluaran ASI pada kelompok yang di pijat postpartum pengeluaran ASInya rata-rata 11,68 jam untuk yang tidak di pijat 29,33 jam [10], sedangkan pada penelitian ini menunjukan hasil rata-rata pengeluaran ASI yang di pijat menggunakan korset pijat 9.57 jam yang tidak dipijat 45.30 jam walaupun pada penelitian ini ada perbedaan dalam segi tidakan karena ada yang dipijat manual ada yang menggunakan alat yakni korset pijat dengan mikrokontroler yang dimana pijatan dihasilkan dari getaran fibrator namun getaran yang dihasilkan telah di program dengan penerapan pijat punggung dan pijat oksitosin [11].

Pijatan yang dihasilkan dari getaran fibrator ini telah di program sesuai dengan penerapan pijat punggung dan pijat oksitosin. Dimana getaran yang dihasilkan mampu memberikan sensasi pijatan pada bagian punggung ibu dimana getaran yang di hasilkan merangsang otot-otot pada punggung ibu [12]; [13].

Korset pijat adalah kutang yang ketat dan panjang dari dada sampai pinggul yang memberikan efek pijatan pada daerah tulang belakang. Yang berfungsi untuk merangsang hormone oksitosin dan prolaktian. Dengan adanya korset pijat ini membantu ibu postpartum dalam melakukan pijatan pada tulang belakang sehingga membuat ibu merasa nyaman dan santai sehingga dapat membantu mempercepat pengeluaran ASI. Menyusui dengan pemijatan yang tidak benar dapat berakibat berkurangnya produksi ASI dan ASI tidak keluar secara optimal [14]; [15].

Getaran yang dihasilkan oleh fibrator korset pijat yang berada pada sekitar ruas tulang belakang menyebabkan sensasi kenyamanan pijatan di terapkan selama 15 menit dapat menyebabkan sirkulasi darah lancar, sensasi yang dihasilkan dari getaran seperti rasa hangat dan sensasi olfaktori

sehingga memberikan rasanyaman pada ibu postpartum sehingga dapat menstimulasi pelepasan hormone oksitosin dan prolactin yang dapat memperlancar pengeluaran ASI secara cepat.

Pembuatan korset pijat ini dapat meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental serta kemandirian ibu postpartum sehingga dapat memberikan yang terbaik pada dirinya dan bayinya. Diharapkan jika promotor kesehatan bisa memberikan pijat oksitosin yang baik pada masa menyusui, namun masih banyak petugas kesehatan yang belum terampil, pasien yang banyak dan suami yang tidak peduli dan mengetahui akan kebutuhan ibu postpartum sehingga menjadi alasan mengapa terapi pijat ini jarang di lakukan sehingga korset pijat ini dapat di jadikan alternative untuk membantu ibu postpartum dalam hal kenyamanan, mempercepat pengeluaran ASI bagi petugas kesehatan dapat terbantu, program pemberian ASI eksklusif dapat tercapai [16].

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukan hasil bahwa pijat postpartum ekefektif mempercepat pengeluaran ASI lebih cepat 9.57 jam dibanding yang tidak di pijat 45.30 jam. korset pijat memberikan efek atau pengaruh terhadap kecepatan pengeluaran ASI ibu postpartum sehingga dapat di jadikan alternative terbaru bagi ibu postpartum dalam mempercepat pengeluaran ASI.

Ucapan Terima Kasih

Penyampaian ucapan terima kasih kepada seluaruh intansi yang terkait dalam penyelesaian penelitian ini yaitu tepat pengambilan sampel di 2 lokasi yakni BPM HJ.Harfiani dan BPM Jumiani. Selanjutnya ucapan terima kasih yang sedalam - dalamnya kepada KEMENDIKBUDRISTEK, LLDIKTI Wilayah IX SULTANBATARA yang telah memberikan kesempatan kami untuk dapat mengembangkan ilmu dalam hal penelitian dan membiayayi penelitian kami.

Daftar Pustaka

- [1] Cunningham F. G. et al, *Obstetri Williams*, Edisi 23. Jakarta, Indonesia: EGC, 2014.
- [2] Kütmeç Yılmaz, C., Duru Aş ıret, G., & Çetinkaya, F. “The effect of back massage on physiological parameters, dyspnoea, and anxiety in patients with chronic obstructive pulmonary disease in the intensive care unit: A randomised clinical trial,” *Intensive Crit. Care Nurs.*, vol. 63, 2021.
- [3] Abadian, L., Pouraboli, B., Ranjbar, H., Shariat, M., Otadi, K., & Nia, N. A. “Comparison of the Effect of Massage and Music on Fatigue in Mothers With Premature Newborns Admitted to the Neonatal Intensive Care Unit: A Randomized Clinical Trial,” *J. Chiropr. Med.*, vol. 19, no. 4, pp. 241–248, 2020.
- [4] Visser, F. “Haptic Feedback in a Posture Correcting Wearable,” *Electrical Engineering*, 2018. [Online]. Available: <http://purl.utwente.nl/essays/75537>.
- [5] Laosee, O., Sritoomma, N., Wamontree, P., Rattanapan, C., & Sitthi-Amorn, C. “The effectiveness of traditional Thai massage versus massage with herbal compress among elderly



- patients with low back pain: A randomised controlled trial,” in *Complementary Therapies in Medicine*, vol. 48, 2020, p. 102253.
- [6] Resident doctor Department of Paediatrics, & Kushwah, D. A. “Effect of Back Massage on Lactation among Postnatal Mothers in Tertiary Level Hospital,” *J. Med. Sci. Clin. Res.*, vol. 9, no. 1, 2021.
- [7] Hwang A.J, Bae Hyun S, Kim Do G, K. Y. “The Effects of Sensorimotor Training on Anticipatory Postural Adjustment of the Trunk in Chronic Low Back Pain Patients,” *J. Phys. Ther. Sci.*, vol. 25, no. 9, 2013.
- [8] Landau, S. and Everitt, B. *A handbook of statistical analyses using SPSS*, Statistics. 2004.
- [9] Nufus Hidayatun, “Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI,” *J. Borneo Cendekia*, vol. 3, no. 2, 2019.
- [10] Kasmianti, S. “Pijat Postpartum Terhadap Kecepatan Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI),” *Hasanuddin J. Midwifery*, vol. 2, no. 2, pp. 42–48, 2020.
- [11] Ekawati, H. “Pengaruh Rolling Massage Punggung Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas,” *Med. Technol. Public Heal. J.*, vol. 1, no. 2, pp. 69–78, 2018.
- [12] Lee, H.J., & Ko, Y.L. “Back massage intervention for relieving lower back pain in puerperal women: A randomized control trial study: Back massage relieving back pain,” *Int. J. Nurs. Pract.*, vol. 21, pp. 32–37, 2015.
- [13] Yuniar Angelia Puspawati & Jiarti Kusbandiyah, “Differences in The Effectiveness of Oxytocin Massage and Major Pectoral Massage Towards Acceleration of Breast Milk Expenditure in Postpartum Mothers in PMB Ngadila Sobirin Malang District,” *EMBRIO*, vol. 13, no. 1, pp. 56–63, 2021.
- [14] Yahya, F. D., Ahmad, M., Usman, A. N., Sinrang, A. W., Alasiry, E., & Bahar, B. “Potential combination of back massage therapy and acupressure as complementary therapy in postpartum women for the increase in the hormone oxytocin,” *Enfermería Clínica*, vol. 30, pp. 570–572, 2020.
- [15] Puapornpong, P. “Comparison of Breastfeeding Outcomes Between Using the Laid-Back and Side-Lying Breastfeeding Positions in Mothers Delivering by Cesarean Section: A Randomized Controlled Trial,” in *Breastfeeding Medicine*, 2017.
- [16] Yukun, L., Ke, G. and Jiaming, S. “Application of Nipple Retractor for Correction of Nipple Inversion: A 10-Year Experience,” in *Aesthetic Plastic Surgery*, 2016, doi: 10.1007/s00266-016-0675-0.