

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Pembahasan

5.1.1 Mengidentifikasi Kelancaran ASI pada ibu post partum sebelum dilakukan Pijat Oksitosin

Berdasarkan hasil penelitian kelancaran ASI pada ibu post partum primipara di PMB Afita Delianah, dijelaskan pada tabel 4.7 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang pengeluaran ASI kurang lancar berjumlah 13 ibu (81,3%) dan cukup lancar berjumlah 3 ibu (18,8%).

Sesuai dengan teori Roesli (2015) bahwa semakin banyak anak yang dilahirkan akan mempengaruhi produktivitas ASI karena berkaitan dengan status kesehatan ibu dan kelelahan. Menurut Soetjiningsih (2015) ibu yang melahirkan anak kedua dan seterusnya produksi ASI lebih banyak dibandingkan dengan kelahiran anak yang pertama.

Pendapat peneliti ibu yang sudah pernah melahirkan lebih dari satu kali produksi ASInya akan lebih banyak dan lancar daripada ibu yang baru melahirkan pertama kali. Pada penelitian ini banyak ibu nifas yang primipara masih belajar atau beradaptasi untuk menyusui anaknya sehingga kecukupan ASInya kurang.

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar dari ibu nifas bekerja sebagai IRT yaitu berjumlah 8 responden (50%), PNS sejumlah 2 reponden (12,5%) dan wiraswasta berjumlah 6 reponden (37,5%). Menurut Soetjiningsih, (2015) kecemasan dapat menyebabkan pikiran ibu terganggu dan ibu merasa tertekan (stress). Sesuai dengan penelitian Wulandari (2014) yang berjudul Pengaruh Pijat

Oksitosin terhadap pengeluaran Kolostrum pada ibu post partum yang mengatakan bahwa kecemasan dapat me-nyebabkan pikiran ibu terganggu dan ibu merasa tertekan (stress), bila ibu mengalami stress maka akan terjadi hambatan dari *let-down reflex* sehingga air susu tidak mengalir. Kecemasan dan kelelahan ibu akan mempengaruhi reflek *let down* dan menurunkan produksi ASI

Pendapat peneliti ibu yang bekerja memiliki kelancaran ASI yang kurang lancar dikarenakan ibu yang bekerja jauh dari anak dan jarang untuk menyusui sehingga produksi ASI menurun dan apabila seorang ibu kurang beristirahat, stress atau merasa cemas maka akan mempengaruhi jumlah ASI yang diproduksi dan akan menyakibatkan kurang nutrisi terhadap bayi.

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa hampir seluruh dari ibu nifas berpendidikan Menengah (SMA/SMK) yaitu 9 responden (56,3%), D3 sejumlah 4 responden (25%), SMP sejumlah 2 responden (12,5%) dan S1 sejumlah 1 reponden (6,2%). Menurut (Notoadmodjo, 2013) Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin baik pula pengetahuannya dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang rendah Pendidikan yang rendah mengakibatkan kurangnya pengetahuan dalam menghadapi dan memecahkan suatu masalah. Oleh karena itu, semakin tinggi pendidikan seseorang maka tuntutananya terhadap kualitas kesehatan akan semakin tinggi (Maritalia, 2015), dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya akan mempunyai pengetahuan tentang gizi yang lebih baik dan mempunyai perhatian lebih besar terhadap kebutuhan gizi anak (Atabik, 2013).

Pendapat peneliti jika pendidikan seseorang masih rendah maka maka pengetahuan juga akan berkurang. Berkurangnya pengetahuan yang dimiliki seseorang maka besar kemungkinan status kesehatan individu akan menurun atau bahkan memburuk, dengan demikian kita dapat memberikan tambahan informasi

kepada ibu tentang pentingnya pijat oksitosin dan manfaat yang didapatkan setelah melakukan pijat oksitosin agar para ibu memiliki kelancaran ASI yang lancar.

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa hampir seluruh ibu nifas tidur dengan durasi 6-7 jam yaitu 14 ibu (87,5%) dan responden tidur dengan durasi 8 jam yaitu 2 ibu (12,5%). Menurut (Riksani,2012) pada bulan pertama, ibu menyusui tentu akan merasa sangat kurang istirahat karena pola tidur buah hati yang masih belum teratur. Kegunaan tidur adalah tubuh menyimpan energi selama tidur. Istirahat dan tidur yang sesuai adalah sama pentingnya bagi kesehatan yang baik dengan nutrisi yang baik dan olahraga yang cukup. Pengeluaran hormon prolaktin yang berperan pada produksi ASI pada malam hari lebih tinggi daripada siang hari. Sedangkan pola tidur bayi yang belum teratur mengakibatkan ibu memperoleh waktu singkat untuk istirahat (Arief, 2012).

Pendapat peneliti kurangnya jam tidur ibu diakibatkan karena selain ibu mengurus bayinya, ibu juga harus mengurus pekerjaan rumah yang lain yang mana akan menyita waktu ibu untuk istirahat, sehingga ibu tidak memikirkan bagaimana istirahat yang cukup.

5.1.2 Mengidentifikasi Kelancaran ASI pada ibu post partum setelah dilakukan Pijat Oksitosin

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar dari ibu nifas berusia 21-30 tahun yaitu berjumlah 15 responden. Hal tersebut sesuai dengan teori Biancuzzo (2013) bahwa ibu-ibu yang lebih muda atau umurnya kurang dari 35 tahun lebih banyak memproduksi ASI daripada ibu-ibu yang lebih tua. Ibu yang umurnya lebih muda akan lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan ibu-ibu yang sudah tua. Hal tersebut juga sesuai dengan teori Soetjningsih (2017) bahwa ibu yang umurnya muda akan lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan ibu yang sudah tua.

Pendapat peneliti umur ibu berpengaruh terhadap produksi ASI. Ibu yang berumur 20-35 tahun merupakan umur yang sistem reproduksinya masih sehat sehingga banyak memproduksi ASI dibanding dengan ibu yang lebih tua. Ibu yang lebih muda dapat menghasilkan cukup ASI dibandingkan dengan umur ibu diatas 35 Tahun.

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas yang tidak tarak makan sejumlah 16 responden (100%). Menurut (Bahiyatun, 2017 ibu nifas memerlukan diet untuk mempertahankan tubuh terhadap infeksi, mencegah konstipasi, dan untuk memulai proses pemberian ASI eksklusif. Asupan kalori per hari ditingkatkan sampai 2700 kalori. Asupan cairan per hari ditingkatkan sampai 3000 ml (susu 1000 ml). Suplemen zat besi dapat diberikan kepada ibu nifas selama 4 minggu pertama setelah kelahiran

Gizi ibu menyusui dibutuhkan untuk produksi ASI dan pemulihan kesehatan ibu. Kebutuhan gizi yang perlu diperhatikan yaitu: makanan dianjurkan seimbang antara jumlah dan mutunya, banyak minum, setiap hari harus minum lebih dari 6 gelas, makan makanan yang tidak merangsang, termis, mekanis, atau kimia untuk menjaga kelancaran pencernaan, batasi makanan yang berbau keras, gunakan bahan makanan yang dapat merangsang produksi ASI, misalnya sayuran hijau (Bahiyatun, 2017).

Pendapat peneliti nutrisi ibu selama menyusui perlu diperhatikan karena apabila nutrisinya tidak seimbang maka dapat menyebabkan berkurangnya produksi ASI. Makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan mengandung cukup gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan lancar.

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas melakukan perawatan payudara sejumlah 13 responden (81,3%). Sesuai dengan teori Riksani tahun 2012 yang menyatakan selama proses menyusui, sudah seharusnya ibu melakukan perawatan payudara agar tetap bersih dan terawat. Perawatan yang tepat tentunya bisa merangsang payudara untuk memproduksi ASI lebih banyak. Dengan perawatan payudara, hipofisis dipengaruhi untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Kedua hormon inilah yang berperan besar dalam produksi ASI. Selain itu, dengan perawatan payudara yang benar dan dilakukan secara teratur, ibu akan terhindar dari berbagai masalah selama menyusui yang dapat mengganggu kenyamanan. Misalnya, pembengkakan payudara, puting susu yang lecet, dan sebagainya.

Pendapat peneliti sebagian besar ibu nifas pada penelitian ini melakukan perawatan payudara, sehingga mempengaruhi kelancaran ASI ibu. Yang berarti ibu melakukan perawatan payudara sesuai dengan prosedur dan berdampak pada kelancaran ASI pada ibu.

Wulandari (2014) menyatakan, bahwa dengan melakukan pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam akan merangsang hormon prolaktin yang di-produksi oleh *hipofise anterior* dan oksitosin yang diproduksi oleh *hipofise posterior*, sehingga ASI pun otomatis dapat lebih lancar. Selain memperlancar ASI pijat oksitosin memberikan kenyamanan pada ibu nifas, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. Adanya rasa nyaman yang dirasakan ibu selama pemijatan merupakan syarat keberhasilan pijat oksitosin.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Mukhodim Faridah Hanum (2012) yang menyatakan bahwa efek terhadap produksi ASI produksi ASI lebih banyak dan ASI keluar lancar lebih awal yaitu pada hari ke 2. Sedangkan responden yang tanpa dilakukan pijat oksitosin memiliki produksi ASI yang sedikit, meskipun ASI keluar namun ASI keluar lebih lama yaitu pada hari ke 3-4. Pijatan oksitosin berfungsi untuk meningkatkan hormone oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga ASI pun lancar.

Pendapat peneliti kelancaran ASI yang dialami ibu *post partum* setelah dilakukan pijat oksitosin karena disebabkan oleh pengaruh dari hormon prolaktin dan hormone oksitosin yang keluar karena adanya rangsangan dari pijatan yang dilakukan dipunggung tulang belakang yang mengakibatkan ASI keluar melalui puting susu yang dilakukan dengan isapan mulut bayi dengan dilakukan pijatan ditulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks sehingga hormone oksitosin keluar dan ASI cepat lancar

5.1.3 Menganalisa Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah responden setelah dilakukan *Pijat Oksitosin* seluruh responden pengeluaran ASI lancar berjumlah 9 ibu (56,3%). Hasil penelitian tersebut diperkuat oleh hasil perbedaan melalui uji coba *Wilcoxon* didapatkan *p value* sebesar 0,001. Nilai *p value* penelitian ini menunjukkan nilai *p value* < (0,05) yang berarti adanya pengaruh *Pijat Oksitosin* terhadap kelancaran ASI. Berdasarkan kelancaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan *Pijat Oksitosin* diketahui bahwa sebelum dilakukan *Pijat Oksitosin* sebagian besar responden pengeluaran ASI kurang lancar sedangkan sesudah *Pijat Oksitosin* sebagian besar responden pengeluaran ASI lancar sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh *Pijat Oksitosin*

terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum di PMB Afita Delianah Kec.Turen Kab.Malang.

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada kedua sisi tulang belakang (*vertebrae*) membentuk gerakan melingkar dari leher ke arah tulang belikat dan merupakan usaha untuk merangsang hormon oksitosin yang berfungsi untuk merangsang kontraksi uterus dan sekresi ASI (Nahdiah, 2015).

Menurut (Roesli, 2013) kecukupan ASI dapat dipengaruhi oleh 2 refleks, yaitu refleks pembentukan/produksi ASI atau refleks prolaktin dan refleks pengaliran/pelepasan ASI (*let down reflex*). Refleks tersebut dapat dipengaruhi oleh rangsangan sentuhan pada payudara dan pemijatan oksitosin sehingga merangsang produksi oksitosin yang menyebabkan kontraksi sel-sel miopitel sehingga produksi ASI tersedia bagi bayi (Bahiyatun 2017). Oksitosin dapat memengaruhi sel-sel alveoli untuk berkontraksi, mengeluarkan air susu melalui sistem duktus ke dalam mulut bayi, yang disebut reflex let-down (reflex ejeksi susu) (Lailatif 2015). Dampaknya apabila reflex let-down tidak bekerja secara maksimal maka produksi ASI akan berkurang (Roesli, 2013).

Pendapat peneliti Pendidikan ibu juga mempengaruhi dalam kelancaran ASI sehingga ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi mudah mencerna, menganalisa informasi yang didapatkan, oleh karena itu ibu tidak kesulitan mengaplikasikan informasi yang didapatkan. Nutrisi ibu selama menyusui perlu diperhatikan karena apabila nutrisinya tidak seimbang maka dapat menyebabkan berkurangnya produksi ASI. Apabila asupan nutrisi kurang menyebabkan kebutuhan gizi yang diperlukan untuk memproduksi ASI diambil dari tubuh ibu sehingga menyebabkan kondisi tubuh ibu akan terganggu dan produksi ASI pun berkurang.

Pendapat peneliti pijat oksitosin untuk ibu nifas sangat bermanfaat untuk merangsang keluarnya hormon oksitosin yang berperan dalam memperlancar keluarnya ASI, karena hormon oksitosin dapat menyebabkan sel-sel alveoli berkontraksi sehingga ASI dapat keluar dengan lancar. Rasa nyaman yang ibu rasakan akan membantu dalam pengeluaran ASI sehingga ibu tidak akan merasakan nyeri baik dari hisapan bayi pada payudara maupun kontraksi uterus karena pada pemijatan tengkuk dan punggung mampu mengeluarkan endorphen merupakan senyawa yang menenangkan. Dalam keadaan tenang seperti inilah ibu nifas yang sedang menyusui mampu mempertahankan produksi ASI yang mencukupi bagi bayinya.

5.2 Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini ada beberapa keterbatasan yang dialami antara lain konsumsi makanan ibu, ketenangan jiwa ibu, isapan bayi yang mana merupakan faktor yang dapat mempengaruhi terhadap kelancaran ASI tetapi tidak diteliti oleh peneliti