

PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI RUMAH SAKIT KOTA TOMOHON

Tinneke Tandipajung¹, Rooije Rumende², Manuella Mait³

¹Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

²Dosen Fakultas MIPA Universitas Sam Ratulangi Manado

³Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

martinneke1903@unsrittomohon.ac.id

Abstract. *Breast Milk (ASI) is the best food for babies because it contains all the nutrients with function to protect babies from various germs. This study aims to determine the effect of breast care and oxytocin massage on the smooth production of breast milk in postpartum mothers at GMIM Bethesda Tomohon Hospital, which was conducted in February-March 2022. The research method was a quasi-experiment pre-post test control group design with purposive sampling, as many as 30 respondents were postpartum patients in Maria room at GMIM Bethesda Tomohon Hospital. The release of the hormone oxytocin can calm the mother so that the milk comes out automatically. The results showed that there was a significant effect of breast care and oxytocin massage on the smoothness of breast milk production with the Wilcoxon test, the results were $Z = -3.317$ with a significant $0.001 < \alpha = 0.05$. Then, to compare the experimental group and the control group, continued with the Mann Whitney test, the Z results were obtained. $Z = -3.121$ with a significant $0.002 < \alpha = 0.05$. Therefore, H_1 is accepted H_0 is rejected. Thus, this research is expected to be recommended to health workers to provide knowledge about how to increase milk production in breastfeeding mothers through oxytocin massage.*

Key word: *Breast milk, breast milk production, breast care and oxytocin massage*

Abstrak. Air susu ibu (ASI) merupakan makanan yang terbaik untuk bayi, karena ASI mengandung semua zat gizi yang berfungsi melindungi bayi dari berbagai kuman penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran Produksi ASI pada ibu nifas di RSUD GMIM Bethesda Tomohon yang dilakukan pada bulan Februari-Maret 2022. Metode penelitian adalah *quasy experiment pre-post test control group design* dengan *purposive sampling*, sebanyak 30 responden pasien nifas di ruang Maria RSUD GMIM Bethesda Tomohon. Pengeluaran hormon oksitosin dapat menenangkan ibu sehingga ASI keluar secara otomatis. Hasil penelitian ada pengaruh yang signifikan pengaruh Perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran Produksi ASI dengan uji *Wilcoxon* didapatkan hasil $Z = -3,317$ dengan signifikan $0,001 < \alpha = 0,05$, Kemudian untuk membandingkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di lanjutkan dengan uji *Mann Whitney* didapatkan hasil $Z = -3,121$ dengan signifikan $0,002 < \alpha = 0,05$. Kesimpulan H_1 diterima H_0 ditolak. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat direkomendasikan kepada petugas kesehatan untuk memberikan pengetahuan tentang cara meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui melalui pijat oksitosin.

Kata kunci: *ASI, Produksi ASI, Perawatan payudara dan pijat oksitosin*

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) menjadi makanan pertama dan terbaik yang harus diberikan untuk bayi karena mengandung zat gizi yang sangat di dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Bayi yang baru dilahirkan belum membutuhkan asupan lain selain ASI dari ibunya. Pada kenyataannya, pemberian ASI eksklusif tidak semudah yang

dibayangkan. Berbagai kendala bisa timbul dalam upaya memberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi (Saputri *et al.*, 2019). *World Health Organization* (WHO, 2015) dan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF, 2016) merekomendasikan sebaiknya anak hanya diberi air susu ibu (ASI) selama paling

sedikit 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berumur 2 tahun.

Masalah yang sering terjadi pada ibu nifas yaitu ketidaklancaran produksi ASI yang menyebabkan ASI tidak keluar dan sering terjadi pada saat pertama setelah kelahiran (Herna, 2019). Hal yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi dan pengeluaran ASI yaitu perawatan payudara, frekuensi menyusui, stress, riwayat penyakit, faktor psikologis, dukungan suami dan keluarga, faktor makanan ibu, faktor isapan bayi, konsumsi rokok atau alkohol. Kurangnya rangsangan hormon oksitosin menyebabkan terjadinya perubahan fisik dan psikologis yang juga dapat mempengaruhi proses laktasi (Mardjun *et al.*, 2019). Ibu yang tidak memberikan ASI kepada bayinya dapat mengalami nyeri, pembengkakan payudara, dan terjadi bendungan pada ASI sehingga dapat berakibat sampai mastitis dan jika tidak ditangani bisa terjadi abses payudara (Herna, 2019). Pada Bayi yang tidak diberikan ASI mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan karena bayi tidak memperoleh zat untuk kekebalan tubuh serta tidak mendapatkn makanan yang bergizi dari ASI (Awaliyah, 2015).

World Health Organization (WHO, 2016) menyatakan, cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 36% selama periode 2007-2014. *World Health Organization* (WHO) mengkaji lebih dari 3.000 penelitian menunjukkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan adalah jangka waktu yang paling optimal untuk pemberian ASI eksklusif. *United Nations International Childern's Emergency Fund* (UNICEF, 2016) menyatakan, cakupan rata-rata ASI Eksklusif di Dunia yaitu sekitar 38 %. Hal ini didasarkan pada bukti ilmiah bahwa ASI eksklusif mencakupi kebutuhan gizi bayi dan pertumbuhan bayi lebih baik. Walaupun ASI merupakan makanan yang paling utama bagi bayi dan sangat penting untuk kesehatan bayi, namun tidak semua bayi mendapatkan ASI dari ibunya. Pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia

sebesar 54,0% telah mencapai target (Kementrian Kesehatan RI, 2016). Di Sulawesi Utara cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2016 adalah 39,42 % dibanding tahun 2015 yang mempunyai cakupan 33,58 % (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara, 2016). Survey awal di RSUD GMIM Bethesda Tomohon jumlah pasien nifas pada tiga bulan terakhir berjumlah 198 pasien.

Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Tidak semua ibu post partum langsung mengeluarkan ASI karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin (Rofika dan Sulistyaningsih, 2020). Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras ASI, dapat juga dilakukan dengan inisiasi menyusui dini (IMD), menyusui secara *on demand*, serta perawatan payudara dan pijat oksitosin (Knowledge *et al.*, 2017). Perawatan payudara (*Breast care*) merupakan tindakan memelihara kesehatan dan kebersihan payudara ibu, melenturkan dan menguatkan puting guna merangsang hipofisis melepaskan hormon laktogen dan prolaktin, melancarkan sirkulasi darah dan mencegah penyumbatan pengeluaran air susu serta memperbanyak produksi ASI (Hadi *et al.*, 2019). Pijat Oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat Oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima - keenam dan merupakan usaha untuk merangsang *hormon prolaktin* dan *oksitosin* setelah melahirkan. Pijat ini berfungsi untuk meningkatkan *hormon oksitosin* yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar (Albertina, 2015).

Berdasarkan survey awal di RSUD GMIM Bethesda Tomohon, ada beberapa ibu nifas yang di observasi mengeluh bahwa produksi ASI kurang lancar. Ada ibu yang mengatakan bahwa mereka tidak mengetahui cara agar dapat memperlancar produksi ASI maka alasan peneliti hanya memfokuskan pada teknik non farmakologi yaitu perawatan payudara dan pijat oksitosin karena tindakan ini merupakan cara untuk memperlancar produksi dan pengeluaran ASI. Perawatan payudara dan pijat oksitosin ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar (Roesli, 2017)

Dari uraian latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Nifas di RS GMIM Bethesda Tomohon”

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas di RSUD GMIM Bethesda Tomohon.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan *Quasy Eksperimen* dengan pendekatan *pre-post tes control design*. Populasi berjumlah 198 orang. Teknik sampling yaitu purposive sampling dengan sampel 30 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner dan SAP. Analisa yang digunakan analisa univariate (umur, pendidikan dan jenis pekerjaan dan analisa bivariate menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney.

HASIL PENELITIAN

Analisa univariat

A. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

1. Kelompok Eksperimen

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di RSUD GMIM Bethesda Tomohon tahun 2022

Umur	Frekuensi	%
18-23 tahun	5	33.3
24-29 tahun	6	40.0
30-35 tahun	4	26.7
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 1 pada kelompok eksperimen untuk umur yang persentasenya tertinggi yaitu 24-29 tahun dengan persentase 40.0%

2. Kelompok Kontrol

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di RSUD Gmim Bethesda Tomohon tahun 2022

Umur	Frekuensi	%
18-23	6	40.0
24-29	5	33.3
30-35	4	26.7
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 2 pada kelompok kontrol untuk umur yang persentasenya tertinggi yaitu 18-23 tahun dengan persentase 40.0%

B. Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan

1. Kelompok Eksperimen

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di RSUD GMIM Bethesda Tomohon tahun 2022

Pendidikan	Frekuensi	%
SLTP	2	13.3
SLTA	9	60.0
DIPLOMA /SARJANA	4	26.7
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 3 Pendidikan yang persentasenya tertinggi yaitu SLTA dengan persentase 60.0%

2. Kelompok Kontrol

Tabel 4. Distribusi Responden Pendidikan di RSU GMIM Bethesda Tomohon tahun 2022

Pendidikan	Frekuensi	%
SLTA	8	53.3
DIPLOMA/ SARJANA	7	46.7
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 4 Pendidikan yang persentasenya tertinggi yaitu SLTA dengan persentase 53.3%

C. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

1. Kelompok Eksperimen

Tabel 5. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan di RSU GMIM Bethesda Tomohon tahun 2022

Pekerjaan	Frekuensi	%
IRT	10	66.7
SWASTA	1	6.7
DLL	4	26,7
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 5 Pekerjaan yang persentasenya tertinggi yaitu IRT dengan persentase 66.7 %

2. Kelompok Kontrol

Tabel 6. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan di RSU GMIM Bethesda Tomohon tahun 2022

Pekerjaan	Frekuensi	%
IRT	7	46.7
SWASTA	6	40.0
PNS	2	13.3
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 6 Pekerjaan yang persentasenya tertinggi yaitu IRT dengan persentase 46.7%

D. Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Nifas Kelompok Eksperimen

1. Pre Test

Tabel 7. Distribusi Responden Kelancaran Produksi ASI pada ibu nifas kelompok eksperimen pre test

Kelancaran ASI	Frekuensi	%
Kurang Lancar	12	80.0
Lancar	3	20.0
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 7 di dapatkan bahwa kelancaran produksi ASI pada responden sebelum dilakukan Tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin terdapat 12 orang yang produksi ASI kurang lancar (80.0%) dan 3 orang dengan produksi ASI lancar (20.0%)

2. Post Test

Tabel 8. Distribusi Responden Kelancaran Produksi ASI pada ibu nifas kelompok eksperimen post test di RSU GMIM Bethesda Tomohon tahun 2022

Kelancaran ASI	Frekuensi	%
Kurang Lancar	0	00.0
Lancar	15	100.0
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 8 di dapatkan bahwa kelancaran produksi ASI pada responden sesudah dilakukan Tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada 15 orang responden lancar semua dengan persentase 100.0%

E. Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Nifas kelompok kontrol

1. Pre test

Tabel 9. Distribusi Responden Kelancaran Produksi ASI pada ibu nifas kelompok kontrol pre test di RSU GMIM Bethesda Tomohon tahun 2022

Kelancaran ASI	Frekuensi	%
Kurang Lancar	12	80.0
Lancar	3	20.0
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 9 di dapatkan bahwa kelancaran produksi ASI pada ibu nifas kelompok kontrol yang tidak dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada pre test terdapat 12 orang yang produksi ASI kurang lancar (80.0%) sedangkan produksi ASI yang lancar yaitu 3 orang (20.0%)

2. Post Test

Tabel 10 Distribusi Karakteristik Responden Kelancaran Produksi ASI pada ibu nifas kelompok kontrol post test di RSU GMIM Bethesda Tomohon tahun 2022

Kelancaran ASI	Frekuensi	%
Kurang Lancar	4	26.7
Lancar	11	73.3
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 10 di dapatkan bahwa kelancaran produksi ASI pada nifas kelompok kontrol yang tidak dilakukan Tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin post test terdapat 4 orang yang kurang lancar (26.7%) dan yang lancar 11 orang (73.3%)

Analisa Bivariat

Tabel 11. Hasil Uji Kelancaran Produksi ASI Sebelum dan Sesudah dilakukan Tindakan Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin pada Ibu Nifas di RSU GMIM Bethesda Tomohon Tahun 2022

NO	Kelancaran ASI	Eksperimen				Kontrol			
		Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Kurang Lancar	12	80.0	0	00.0	12	80.0	4	26.7
2	Lancar	3	20.0	15	100.0	3	20.0	11	73.3
<i>Negative Ranks</i>		0.00				0.00			
<i>Positive Ranks</i>		6.00				4.50			
Wilcoxon Test		(P 0,001 < α 0,05)				(P 0,005 < α 0,05)			
Zhitung		-3,317				-2,828			
<i>Mean</i>		20,43				10,57			
Mann-Whitney Test (P 0,002 < α 0,05)									

Berdasarkan tabel 11 diatas pengaruh perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada nifas kelompok intervensi sebelum dilakukan Tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin, menunjukkan kurang lancar 12 orang dan lancar 3 orang. Setelah dilakukan Tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin menunjukkan, semua responden yang berjumlah 15 orang menunjukkan bahwa produksi ASI lancar. Sehingga hasil Wilcoxon test (Z) = -3.317

Hasil dari uji Wilcoxon di dapatkan nilai signifikan $0.001 < \alpha = 0.05$ ($0.001 < 0.05$ dan Z hitung -3.317 artinya terdapat pengaruh Tindakan Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin pada Ibu Nifas di Rs Gmim Bethesda Tomohon. Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat disimpulkan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak.

Berdasarkan tabel 11 di atas pada ibu nifas yang tidak dilakukan Tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada pre test terdapat 12 orang yang produksi ASI kurang lancar dan 3 orang yang lancar. Sedangkan pada post test didapatkan 3 orang dengan produksi ASI kurang lancar dan 12 orang lancar. Hasil uji Wilcoxon di dapatkan nilai signifikan $0.005 < \alpha = 0.05$ ($0.005 < 0,05$) dan Z hitung -2.828 artinya terdapat perbedaan kelancaran produksi ASI walaupun tanpa tindakan.

Hasil uji statistic menunjukkan perbedaan nilai mean antara kelompok eksperimen dengan kelompok control, nilai *mean* kelompok eksperimen meunjukkan angka 20,43 sedangkan nilai *mean* kelompok control menunjukkan angka 10,57. Pada *Asymp.sig (2 Tailed)* menunjukkan angka $0,002 < \alpha 0,05$ sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh yang signifikan perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas di RS Gmim Bethesda Tomohon, dengan demikian H0 ditolak dan H1 diterima.

PEMBAHASAN

1. Adanya Pengeluaran hormon oksitosin

Dalam penelitian ini peneliti berasumsi bahwa kelancaran produksi ASI saat dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga ASI keluar secara otomatis.

Hasil penelitian menunjukkan distribusi karakteristik responden sebelum dilakukan tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu nifas didapatkan bahwa produksi ASI kurang lancar. Setelah dilakukan tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin di dapatkan bahwa produksi ASI menjadi lancar

Wulandari (2014) mengemukakan, bahwa dengan melakukan pemijatan pada sepanjang tulang belakan (*vertebrae*) sampai *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 (*engrorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormone oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI (Sari, 2019). Melalui pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hypofisis posterior untuk menegluarkan oksitosin sehingga menyebabkan payudara mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan payudara mengeluarkan air susunya (Saragih, 2015)

Faktor yang menyebabkan hormon oksitosin dikeluarkan adalah rasa tenang, nyaman, ibu tidak stres, ibu senang dengan bayi dan keadaannya. Untuk itu hormon oksitosin juga disebut sebagai hormon cinta (UNICEF, 2011).

Pijat Oksitosin dan Breast Care (perawatan payudara) merupakan intervensi yang sama-sama berguna dalam proses laktasi terutama pada hari-hari pertama pasca kelahiran karena kedua intervensi ini membantu memaksimalkan pengeluaran hormone laktasi seperti prolactin dan oksitosin (Raharrdjo, 2015)

Hal ini sependapat dengan penelitian dari Herna Dkk (2019) yang menunjukkan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI. Hal ini dikarenakan pijat oksitosin merupakan tindakan yang dilakukan pada ibu menyusui yang berupa pemijatan atau *massage* pada punggung ibu untuk meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin. Pijat oksitosin yang dilakukan akan memberikan kenyamanan pada ibu sehingga akan memberikan kenyamanan pada bayi yang disusui. Secara fisiologis hal tersebut meningkatkan hormone oksitosin yang dikirimkan ke otak sehingga hormone oksitosin dikeluarkan dan mengalir ke dalam darah, kemudian masuk ke payudara ibu menyebabkan otot-otot di sekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir di saluran ASI. Hormon oksitosin juga membuat saluran ASI lebih lebar, membuat ASI mengalir lebih mudah.

Berdasarkan Teori dari Guyton dan Hall (2016) mengatakan bahwa pijat yang dilakukan dibagian punggung dapat merangsang pengeluaran hormon endorphin, hormon ini berfungsi untuk memberikan rasa santai dan menimbulkan ketenangan sehingga pemijatan dapat menurunkan ketegangan otot. Pada bagian punggung sering sekali terjadi ketegangan otot, tetapi dengan dilakukannya pijat oksitosin maka akan memberikan kenyamanan pada daerah punggung dan meningkatkan produksi ASI.

2. Produksi ASI lancar pada Ibu nifas kelompok kontrol

Hasil yang di dapat pada ibu nifas kelompok kontrol setelah di observasi pada hari pertama produksi ASI kurang lancar kemudian pada hari ketiga di observasi kembali terjadi kenaikan

kelancaran ASI pada yaitu 12 orang dengan ASI lancar dan 3 orang ASI kurang lancar.

Walaupun tidak dilakukan Tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu nifas kelompok kontrol setelah di observasi pada hari ke 3 pengeluaran ASI dikatakan lancar karena pada ibu nifas biasanya di pengaruhi berbagai faktor, baik faktor yang terdapat pada ibu maupun pada bayi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI pada ibu nifas kelompok kontrol yang tidak dilakukan Tindakan yaitu:

1. Faktor makanan ibu
Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi ibu, jika ibu mengkonsumsi makanan yang bergizi secara teratur dan cukup maka produksi ASI meningkat, karena kelenjar yang memproduksi ASI dapat bekerja dengan sempurna (Dewi, 2011)
2. Faktor Psikologi
Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh factor kejiwaan, ibu yang selalu dalam keadaan tertekan, sedih kurang percaya diri dan berbagai bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan memproduksi ASI. ASI akan dapat di produksi dalam keadaan tenang (Dewi, 2011)
3. Perawatan Payudara
Faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI diantaranya adalah perawatan payudara. Salah satu faktor yang mempengaruhi perawatan payudara adalah pengetahuan ibu. Semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu tentang perawatan payudara maka akan mempengaruhi pola pikir dan sikap ibu sehingga menumbuhkan perilaku positif untuk melakukan perawatan payudara (Mario, 2018)
4. Faktor Isapan Bayi atau frekuensi menyusuan
Semakin sering bayi menyusu pada payudara, maka produksi ASI akan semakin banyak. Oleh karena itu, direkomendasikan paling sedikit 8 kali

per hari pada periode awal kelahiran. Frekuensi menyusuan berkaitan dengan kemampuan stimulasi hormone dalam kelenjar payudara Frekuensi menyusu selama 24 jam pertama setelah bayi lahir yang menunjukkan bahwa frekuensi menyusu pada bayi berhubungan dengan meningkatkan produksi ASI pada hari ke 3 setelah melahirkan. Kondisi seperti ini ditemukan karena berdasarkan hasil observasi selama penelitian diketahui bayi yang menyusu dalam 24 jam pertama setelah lahir mempunyai durasi dan efektifitas menyusu yang beragam (Ambarwati, 2012)

Bayi yang baru lahir akan memperoleh sejumlah kecil kolostrum yang telah diproduksi selama kehamilan pada hari pertama hingga hari kedua. Setelahnya, payudara akan memproduksi ASI dalam jumlah yang lebih tinggi. Tahap produksi ini disebut laktogenesis II, yang berlangsung sejak hari kedua hingga hari kedelapan pasca-persalinan (Pollard, 2015).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Produksi ASI pada ibu nifas di RSUD GMIM Bethesda Tomohon sebelum dilakukan tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada kelompok intervensi berada pada kategori kurang lancar
2. Produksi ASI pada ibu nifas di RSUD GMIM Bethesda Tomohon setelah dilakukan tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada kelompok intervensi berada pada kategori lancar
3. Ada pengaruh tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas di RSUD GMIM Bethesda Tomohon

Saran

1. Bagi Peneliti
Memperluas wawasan tentang Tindakan terapi non farmakologi seperti perawatan payudara dan pijat oksitosin agar dapat

- menjadi intervensi untuk memperlancar produksi ASI pada ibu nifas
2. Bagi Responden
 - Diharapkan dapat meningkatkan rasa nyaman untuk ibu nifas sehingga mencegah terjadinya kesulitan dalam produksi ASI dan angka kematian bayi akibat kegagalan pemberian ASI
 - Diharapkan bagi ibu nifas untuk mengikuti apabila ada penyuluhan tentang perawatan payudara dan pijat oksitosin yang bermanfaat untuk kelancaran ASI.
 3. Bagi Perawat/Tenaga Kesehatan
Dapat digunakan sebagai literatur dalam pemberian Tindakan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu nifas
 4. Bagi Lokasi/ tempat penelitian
Dapat digunakan sebagai bahan literatur dan menjadi bahan referensi bagi tenaga Kesehatan/ Keperawatan di Rs Gmim Bethesda Tomohon.

DAFTAR PUSTAKA

- Albertina, Meity. 2015. Hubungan Pijat Oksitosin dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum Seksio Sesarea Hari ke 2 – 3. Poltekes Kemenkes Kaltim
- Ambarwati. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jogyakarta: Mitra Cndikita Press
- Arikunto, 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta Jakarta
- Astuti S, Judistiani TD, Rahmiati L, Susanti AI. *Asuhan kebidanan Nifas Menyusui*. Astikawati R, editor. Erlangga; 2015.
- Astutik, R. 2014. *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Bobak, Lowdermik, dan Jensen. 2005. *Buku Ajar Keperawatan: Hayati Qualita*.
- Dewi, V. (2011). *Asuhan Neonatus Bayi Dan Anak Balita*. Jakarta: Salemba Medika
- Dinas Kesehatan Daerah Provinsi Sulawesi Utara. (2016). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara*.
- Eksperimental, Q. (2013). *Perbedaan efektifitas*, 100–108.
- Guyton, Hall, *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*, Edisi 11, Penerbit Buku Kedokteran, EG
- Hadi, M., Sembiring, C. M. N., Samura, M. D. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea Di Rsu Sembiring Delitua. *Jurnal Penelitian Kebidanan Kespro*, 2(1), 45–48. <https://doi.org/10.36656/jpk2r.v2i1.205>
- Herna, T. S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Sitinjo Kabupaten Dairi Tahun 2019. *Exccellent Midwifery Journal*, 3(1), 69–78.
- Kemenkes, RI. 2015. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Profil Kesehatan Indonesia*.
- Mansyur, Dahlan, K 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Malang: Selaksa Medika
- Manuaba, I.B.G., Chandra, M.I.A., Fajar, M.I.B.G. (2010) *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta : EGC
- Mardiyaningsih. (2011), *Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI*, FIK Universitas Indonesia, Jakarta:EGC
- Mardjun, Z., Korompis, G., Rompas, S. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22901>
- Notoadmojo, S. 2008. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, T. 2011. *ASI dan Tumor Payudara*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*.
- Pitriyani, Risa, Andriyani, Rika. 2014. *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pollard, M. (2016). *ASI Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Prawiroharjo, S. 2010. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Situasi dan Analisis ASI EKSKLUSIF*
- Putri, Y. D. (2017) *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum Kota Batam*. *Jurnal Kesehatan STIKes Mitra Bunda Persada* Vol. 10 No 1 Januari 2018.
- Roesli, U. (2017). *Mengenal Asi Eksklusif*. Jakarta : Pt. Pustaka Pembangunan

- Swadaya Nusantara
- Rofika, A., Sulistyaningsih, S. H. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Desa Tambakroomo Kec. Tambakromo Kab. Pati. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan BHAMADA*, 11(2), 1–8.
- Saputri, I. N., Ginting, D. Y., Zendato, I. C. (2019). *PADA IBU POSTPARTUM experimental with the One Group Pre and Post Test Design . The population in*. 2(1), 68–73.
- Saragih, Ice, S. 2015. *Dukungan Keluarga dalam Pelaksanaan Pijat Oksitosin untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Nifas di wilayah kerja Puskesmas Medan Johor*. Skripsi: Universitas Sumatera Utara
- Sari, N., Sartika, S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post Partum. *Education and Development*, 7(4), 117–120.
- Suciawati, A. (2018). Efektifitas Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(04), 201–206.
<https://doi.org/10.33221/jikm.v7i04.169>
- Unicef. (2016). *Breastfeeding Is The Cheapest And Most Effective Life-Saver In History. Press Release*. Unicef Press Release. http://www.unicef.org/indonesia/id/media_21270.html.
- Walyani, Elisabeth, S. (2015). *Perawatan Kehamilan dan Menyusui Anak Pertama Agar Bayi Lahir Dan Tumbuh Sehat*. Yogyakarta : Pustaka baru Press.
- Wulandari, S. Handayani, Sri. 2011. *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- World Health Organization (WHO) 2015. *Commission on Ending Childhood Obesity*. Geneva, World Health Organization, Departement of Noncommunicable disease surveillance Diakses pada Tanggal 23 Mei 2016.
- Yusari, A. H. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Jakarta
- Zega, Agnes, A. 2015. *Faktor - faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas di Klinik Bersalin Sumiariani Medan Johor*. Skripsi: Universitas Sumatera Utara.