

PENGETAHUAN IBU MENYUSUI TENTANG PIJAT LAKTASI DI BPM SYAFLINA FITRI KABUPATEN ROKAN HULU

**Andria ⁽¹⁾, Sri Wulandari ⁽²⁾, Herma Yesti ⁽³⁾, Evi Kristina ⁽⁴⁾, Darma Afni
Hasibuan ⁽⁵⁾**

^(1,3,4)S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan ,Universitas Pasir Pengaraian,
email: andria@upp.ac.id, yhestie.midwifery@gmail.com, evikristina@gmail.com

⁽²⁾D III Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan ,Universitas Pasir Pengaraian,
email: sriwulandari040285@gmail.com

⁽⁵⁾D III Akademi Kebidanan Matorkis Kota Padang Sidempuan
email: afnihasibuan87@gmail.com

ABSTRAK

ASI adalah yang terbaik sumber nutrisi untuk aterm dan juga preterm selama enam bulan pertama kehidupan. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama direkomendasikan dan dilanjutkan dengan penambahan makanan padat setelah enam usia bulan. Namun sayangnya perjalanan menyusui terdapat beberapa kendala salah satunya ASI keluarnya tidak lancar. Ibu menyusui akan merasa stress ketika bayi ingin menyusui tetapi aliran ASI tersendat. Berdasarkan data UNICEF dan WHO melalui data *Global Breastfeeding Scorecard* tahun 2021,tingkat pemberian Air Susu Ibu (ASI) tetap lebih rendah dari yang dibutuhkan. untuk melindungi kesehatan ibu dan anak. Pada tahun 2013-2018, 48% bayi baru lahir mulai menyusui dalam waktu satu jam setelah lahir. Walaupun program ini sudah berjalan tetapi masih ada beberapa ibu yang mengalami kesulitan memberikan ASI dengan alasan ASI tidak lancar. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui pengetahuan ibu menyusui tentang pijat laktasi. Metode penelitian ini bersifat deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 77 responden. Hasil penelitian menunjukan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 32 Orang (41,6%), ibu dengan pengetahuan cukup sebanyak 16 orang (20,8%) dan ibu dengan pengetahuan baik sebanyak 29 orang (37,7%). Simpulan dari hasil penelitian, masih banyak ibu postpartum yang belum mengerti tentang pijat laktasi baik itu manfaat nya maupun tata cara pijatnya. Maka diharapkan setelah penelitian ini berakhir setiap ibu menyusui seharusnya lebih memahami manfaat pijat laktasi sehingga masalah ASI tidak lancar bisa langsung diatasi.

Kata kunci: Pengetahuan, ibu menyusui, pijat laktasi

ABSTRACT

Breast milk is the best source of nutrition for term and preterm babies during the first six months of life. Exclusive breastfeeding for the first six months is recommended, followed by the addition of solid foods after six months of age. Unfortunately, there are several obstacles to breastfeeding, one of which is that breast milk does not flow smoothly. Breastfeeding mothers will feel stressed when their babies want to breastfeed but the flow of breast milk is blocked. Based on UNICEF and WHO data through the 2021 Global Breastfeeding Scorecard data, the

level of breastfeeding remains lower than needed. to protect the health of mothers and children. In 2013-2018, 48% of newborns started breastfeeding within one hour of birth. Although this program has been running, there are still some mothers who have difficulty breastfeeding on the grounds that breast milk is not flowing smoothly. The purpose of the study was to determine the knowledge of breastfeeding mothers about lactation massage. This research method is descriptive. The population in this study was 77 respondents. The results of the study showed that mothers with less knowledge were 32 people (41.6%), mothers with sufficient knowledge were 16 people (20.8%) and mothers with good knowledge were 29 people (37.7%). The conclusion from the results of the study, there are still many postpartum mothers who do not understand about lactation massage, both its benefits and massage procedures. So it is hoped that after this study ends, every breastfeeding mother should better understand the benefits of lactation massage so that the problem of breast milk not flowing smoothly can be immediately resolved.

Keywords: Knowledge, breastfeeding mothers, lactation massage

PENDAHULUAN

ASI adalah yang terbaik sumber nutrisi untuk aterm dan juga preterm selama enam bulan pertama kehidupan. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama direkomendasikan dan dilanjutkan dengan penambahan makanan padat setelah enam usia bulan. Semua ibu pasti menyadari bahwa nutrisi terbaik yang diberikan kepada bayi sejak pertama kehadirannya di dunia adalah ASI (Ningsih et al. 2021) Berdasarkan data UNICEF dan WHO melalui data *Global Breastfeeding Scorecard* tahun 2021,tingkat pemberian Air Susu Ibu (ASI) tetap lebih rendah dari yang dibutuhkan. untuk melindungi kesehatan ibu dan anak. Pada tahun 2013-2018, 48% bayi baru lahir mulai menyusui dalam waktu satu jam setelah lahir. Hanya 44% bayi di bawah usia enam bulan yang disusui secara eksklusif. Sementara 68% wanita terus menyusui bayinya setidaknya selama satu tahun, pada usia dua tahun tingkat menyusui menurun menjadi 44% (UNICEF and WHO 2018).

Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (87,33%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Papua Barat (33,96%). Sedangkan capaian ASI eksklusif di Provinsi Riau berdasarkan data dari profil kesehatan Indonesia 2021 adalah 79,6% (Kemenkes 2021).

Penyulit yang muncul jika ibu menyusui dengan teknik yang tidak benar adalah lecetnya puting susu dan payudara bengkak yang menyebabkan ibu tidak maksimal dalam menyusui bayi dan bayipun tidak bisa menyusu secara optimal sehingga ASI tidak lancar dan bayi tidak mendapatkan ASI yang melimpah. Metode baru yang diperkenalkan untuk mencegah dan mengatasi permasalahan ini diantaranya adalah pijat Laktasi. Pijat laktasi adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin (Aryani, et, al 2021).

Dari penelitian (Rahmawati 2022) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan baik sebesar 14%, dan 86% ibu menyusui dengan pengetahuan kurang. Pengetahuan ibu tentang pijat laktasi pada kategori kurang disebabkan oleh kurangnya penyuluhan atau edukasi dari tenaga kesehatan. Dari survei pendahuluan yang dilakukan di BPM Syaflina Fitri yaitu dari 5 Ibu post partum, 3 ibu tersebut tidak mengetahui tentang pijat laktasi dan sisanya ibu mengetahui apa itu pijat laktasi tapi

hanya sekedar mendengar tidak memahami. maka dari itu peneliti tertarik untuk mengetahui tentang pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu *postpartum* di BPM Syaflina Fitri hasil dari penelitian ini diharapkan nantinya peneliti dapat mengetahui tentang sejauh mana pengetahuan ibu menyusui tentang pijat laktasi.

Cakupan pemberian ASI eksklusif di pengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor internal dan eksternal. faktor internal antara lain ketersediaan ASI, pekerjaan atau aktivitas kelainan pada payudara, kondisi kesehatan ibu. Faktor eksternalnya yaitu faktor petugas kesehatan dimana perilaku tenaga kesehatan biasanya ditiru oleh masyarakat dalam hal perilaku sehat, kondisi kesehatan bayi, Pengganti ASI (PASI) atau susu formula, Keyakinan (Aryani, et al 2021)

Air susu ibu atau ASI sangat penting untuk perkembangan bayi, terutama bayi yang baru lahir. Kandungan yang ada dalam ASI, mampu memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Para ibu tentu saja ingin memeberikan ASI secara lancar dan eksklusif untuk bayi mereka. Pijat laktasi dapat dilalukan paada keadaan payudaranya bengkak atau tidak lancar, dan pada kasus ibu ingin relaktasi maka di bantu dengan pijat laktasi pemijatan pada bagian-bagian tubuh tertentu akan berdampak positif terhadap kondisi pikiran dan tubuh ibu, memberi efek tenang, menormalkan sirkulasi darah serta meningkatkan pasokan ASI. Pijat laktasi adalah tehnik pemijatan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang memiliki tujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon yang memiliki peran dalam dalam produksi ASI adalah hormon prolaktin dan oksitosin saat terjadi stimulasi sel-sel alveoli pada kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu keluar dan mengalir kedalam saluran kecil payudara sehingga keluar tetesan susu dari putting dan masuk kedalam mulut bayi yang disebut *let down refleks* (Kusumadewi 2018).

METODE

Penelitian ini bersifat deskriptif dan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *Cross Sectional*. Dimana peneliti melakukan pengumpulan data hanya satu kali dan pada jangka waktu tertentu.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu *postpartum* di BPM Syaflina Fitri sebanyak 77 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 77 orang dengan teknik pengambilan sampel yakni sampling jenuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis univariat

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pijat Laktasi Di BPM Syaflina Fitri Desa Pematang Berangan Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu 2024

No	Pengetahuan	F	%	N
1	Kurang	32	41,6	77
2	Cukup	16	20,8	
3	Baik	29	37,7	
Total		77	100	

Dari tabel diatas didapatkan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 32 Orang (41,6%), ibu dengan pengetahuan cukup sebanyak 16 orang (20,8%) dan ibu dengan pengetahuan baik sebanyak 29 orang (37,7%).

Pembahasan

Dari hasil penelitian pengetahuan ibu menyusui tentang pijat laktasi Di BPM Syaflina Fitri Di Desa Pematang Berangan Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu. Menunjukan total keseluruhan ibu menyusui berjumlah 77 orang responden. pengetahuan ibu dengan kategori kurang berjumlah 32 orang. Pengetahuan ibu dengan kategori cukup berjumlah 16 orang. Dan pengetahuan ibu kategori baik berjumlah 29 orang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sampara, Jumrah, and Kusniyanto 2019) salah satu cara untuk mengurangi ketegangan pada ibu postpartum yaitu memberikan perasaan rileks yang dapat berdampak positif pada peningkatan produksi ASI karena adanya refleksi *letdown* pada saat melakukan pijat laktasi. Dengan adanya pijat laktasi akan merangrang peningkatan hormon oksitosin dan prolactin sehingga produksi ASI lebih meningkat. Pengeluaran ASI ini dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke putting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu, dengan dilakukannya pemijatan ini ibu akan merasa tenang, rileks, dan dapat meningkatkan ambang rasa nyeri dan lebih mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar. Hormon oksitosin sangat berperan dalam proses pengeluaran ASI.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan (Dewi, 2022) menunjukan bahwa pengetahuan ibu tentang pijat laktasi dengan nilai tertinggi adalah terdapat pada kelompok cukup, sebesar 68,6% (24 responden) dan yang terendah terdapat pada kelompok kurang sebanyak 14,3% (5 responden).

Dari hasil pembahasan di atas peneliti melihat masih kurangnya pengetahuan ibu menyusui khususnya tentang pijat laktasi, salah satu penyebabnya adalah pendidikan yang rendah, dari 77 responden terdapat 13 orang (16,9%) diantaranya hanya tammat SD, 14 orang (18,2%) memiliki pendidikan SMP, 26 orang (33,8%) berpendidikan SMA, DIII-S1 sebanyak 24 orang (31,2%). Dari hasil data yang diperoleh dapat disimpulkan pendidikan seseorang sangat mempengaruhi pengetahuan, semakin tinggi tingkat pendidikan maka pengetahuan akan semakin baik. Selain Pendidikan, umur responden juga sangat mempengaruhi pengetahuan dimana semakin tua seseorang maka pengetahaunnya juga akan semakin baik dari 77 responden sebanyak 32 orang (41,6%) berada pada rentang usia 20-29 tahun, 38 orang (49,4%) berusia 30-39 tahun, dan 7 orang (9,1%) berusia 40-50 tahun. Maka dapat disimpulkan dari 77 responden mayoritas berada pada rentang usia yang masih muda sehingga belum memiliki pengalaman yang memadai terkait pijat laktasi.

Pengetahuan responden mayoritas berada pada kategori kurang dapat juga dilihat dari hasil jawaban pertanyaan kuesioner yang telah di peroleh, dimana masih banyak ibu - ibu yang salah pada pertanyaan tentang minyak yang diperbolehkan untuk pemijatan. dari 77 responden 50 diantaranya menjawab minyak yang baik untuk pemijatan adalah minyak goreng. Tidak hanya itu dari pertanyaan kusioner yang ada dari 77 responden hanya 22 (28,6%) ibu menyusui yang pernah melakukan pijat laktasi dan 55(71%) ibu lainnya belum pernah melakukan pijat laktasi.

Menurut asumsi penelitian banyaknya responden yang tidak pernah melakukan pijat laktasi dikarenakan kurangnya pendidikan kesehatan diperoleh selama ini. dimana sebaiknya pendikan kesehatan tentang pijat laktasi dapat diberikan pada masa prenatal (sebelum melahirkan) dan postpartum (sesudah melahirkan). pendidikan kesehatan yang diberikan pada ibu dapat dilakukan dengan beberapa cara, yaitu melalui demonstrasi praktek menggunakan boneka dan video, atau dengan cara melihat bagaimana menyusui yang baik dan benar pada bayi baru lahir, melalui pendampingan atau bimbingan dari peugas kesehatan dalam proses menyusui merupakan pendidikan kesehatan lanjutan bagi ibu menyusui (Istiqomah, 2015). Selain itu kurangnya informasi dimana mencari tukang pijat yang professional menjadi alasan responden untuk tidak pernah melakukan pijat laktasi, responden tidak mengetahui dimana melakukan pijat laktasi yang baik dan benar, karena selama ini masyarakat sekitar hanya melakukan pijat bersama tukang pijat tradisional yang keamanan nya masih diragukan. Selain itu masih banyak BPM yang belum membuka pelayanan pijat laktasi dikarenakan ibu – ibu bidan yang memiliki tempat praktik belum memiliki sertifikat sebagai therapis pijat laktasi. Diharapkan kedepannya agar ibu – ibu bidan yang memiliki tempat praktik, segera membuka layanan pijat laktasi, sehingga masalah ASI tidak lancar bisa secepatnya di atasi.

SIMPULAN

Pengetahuan Ibu menyusui Tentang Pijat Laktasi Di BPM Syaflina Fitri Di Desa Pematang Berangan Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi pengetahuan responden dengan kategori kurang di dapatkan sebanyak 32 orang (41,6%)
2. Distribusi frekuensi Pengetahuan responden dengan kategori cukup didapatkan sebanyak 16 orang (20,8%)
3. Distribusi frekuensi pengetahuan responden dengan kategori baik didapat sebanyak 29 orang (37,7%)

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, Yeni, Fatiyani Alyensi, and Fathu Nikmah. 2021. *Proses Lactasi Dan Teknik Pijat Oksitosin*. Cetakan 1. pekan baru: yayasan malay culture studies.
- Dewi Yuanita Viva Avia. (2023). *Gambaran Pengetahun dan Kemauan Ibu Tentang Pijat Laktasi Untuk Melakukan Pijat Laktasi di PMB Ny D*.

[HTTPS://OJS.SBH.AC.ID/INDEX.PHP/STIKESBOGORHUSADA/ARTICLE/VIEW/55](https://ojs.sbh.ac.id/index.php/stikesbogorhusada/article/view/55)

Istiqomah, Murwati Henik.(2015).Pengaruh Lama Dan Frekuensi Massage Teraphi Ibu Nifas Terhadap Depresi Postpartum. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan,Volume 4, No 2,November2015, hlm 82-196

Kemendes. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia 2020. IT - Information Technology*.
<https://doi.org/10.1524/itit.2006.48.1.6>.

Kusumadewi. 2018. *BABY SPA & LAKTASI*. bekasi timur.

Ningsih, Dewi Andariya, Dwi Margareta Andini, Tiara Indriani, and Umi Nur Kholifah. 2021. "Pengaruh Demonstrasi Pijat Laktasi Terhadap Kelancaran Asi." *The 4th Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2021)*, no. Ciastech: 615–20.

Rahmawati, Naili. 2022. "Pemberian Edukasi Tentang Pijat Laktasi Dan Pemijatan Laktasi Pada Ibu Nifas Di Pmb Bidan D Kota Bandung." *Jurnal Abdi Masada* 3 (1): 45–51. <https://doi.org/10.38037/am.v3i1.51>.

Sampara, Nurqalbi, Jumrah, and Rahayu Eryanti Kusniyanto. 2019. "Efektivitas Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di BPM Suriyanti." *Sains, Seminar Nasional Penelitian, Lembaga Pengabdian, D A N Uit, Masyarakat* 4: 4–12.

UNICEF, and WHO. 2018. "Global Breastfeeding Scorecard, 2018. Enabling Women To Breastfeed Through Better Policies And Programmes." *Unicef*, no. 3: 3.