

PENGARUH PIJAT PUNGGUNG TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU PRIMIPARA DI RSUP DR.SOERADJI TIRTONEGORO KLATEN DAN RSUD PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL

Melania Wahyuningsih

ASI merupakan makanan yang paling baik untuk bayi. ASI eksklusif dapat mencegah bayi dari diare, penyakit saluran pernapasan dan bisa untuk menurunkan angka kematian bayi. Saat ini belum semua ibu memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya, karena pada minggu pertama post partum ASI tidak cukup untuk bayinya. Pijat punggung dapat mendukung program ASI eksklusif, karena dapat menstimulasi keluarnya oksitoksin yang dapat merangsang pengeluaran ASI. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efek pijat punggung terhadap pengeluaran ASI pada ibu primipara.

Metode penelitian ini post test eksperimental design. Peneliti meneliti volume ASI kelompok ASI pada kelompok perlakuan yang mendapatkan perlakuan pijat punggung, dan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan pijat punggung. Jumlah responden 50 ibu primipara, yang dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, masing – masing terdiri dari 25 responden. Pengumpulan data dilakukan di ruang post partum RSUP Dr Soeradji Tirtonegoro dan RSUD Panembahan Senopati oleh peneliti pada bulan Januari 2011. Analisa statistik menggunakan prosentase untuk karakteristik responden, mean untuk Volume ASI dan Mann-Whitney test untuk mengetahui perbedaan volume ASI.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Ibu primipara di RSUP Dr Soeradji Tirtonegoro Klaten dan RSUD Panembahan Senopati Bantul sebagian besar berusia 20 – 30 th, berpendidikan SLTA dan tidak bekerja. Rerata volume ASI pada kelompok perlakuan 2 ml, dan pada kelompok kontrol group 0,04 ml. Man Whitney test dengan p value 0,00 (Pvalue < 0,05). Ada pengaruh pijat punggung terhadap pengeluaran ASI pada ibu primipara.

Kata kunci: pijat punggung, pengeluaran AS

**EFFECT OF BACK MASSAGE IN STIMULATING MILK EJECTION
AMONG PRIMIPARA MOTHERS IN RSUP DR. SOERADJI
TIRTONEGORO KLATEN AND RSUD PANEMBAHAN SENOPATI
BANTUL**

Melania Wahyuningsih

Breast milk is the best food for infant. Exclusive breast feeding can protect infants from diarrhea, respiratory illness and reduce infant mortality rate. Unfortunately, not all post partum mothers can breastfed exclusively. One of the reasons is when mothers feel they do not have enough breast milk for their baby during the first week of post partum. Back massage can support exclusive breast feeding to stimulate oxytocin. The aim of the study was to determine the effect of back massage and the production of breast milk among primipara mothers.

The method of this study was post test experimental design. The researcher investigated the volume of breast milk the experimental group who got treatment of back massage, and controlled group who were not manipulated by back massage. The respondents were 50 primipara mothers, who were divided into two groups, experimental group and controlled group, each group consist of 25 respondents. The data was collected in the post partum wards of Dr. Soeradji Tirtonegoro Hospital and Panembahan Senopati Hospitals in Indonesia by the researcher in Januari 2011. In computing the statistical treatment, percentage for charateristic responden, weighted mean for the volume of the breast milk and Man-Whitney test for the difference of breast milk.

The findings of the research study showed that: The primiparas mothers in RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten and RSUD Panembahan Senopati Bantul majority 20 -30 years old, High School Education level, and un employed. The Grand mean volume of the breast milk treatment group was 2 ml, and the control group 0,04 ml. Analysis of Man-Whitney p value 0,00 (P value < 0,05). There is significant different on the volume of breast milk between the experimental group and controlled group

Key words: back massage, milk ejection

1. PENDAHULUAN

Pijat punggung atau yang lebih dikenal sebagai pijat oxytocin merupakan salah satu cara untuk menstimulasi keluarnya oxytocin dari kelenjar pituitary posterior. Dengan mudahnya pengeluaran oxytocin ini akan mempermudah seorang bayi dapat dengan mudah mendapatkan air susu ibu pada saat menyusu ibunya, sehingga seorang bayi tidak kekurangan air susu ibu pada enam bulan pertama. Dengan pijat punggung ini juga diharapkan seorang ibu tidak akan khawatir bahwa bayinya tidak mendapatkan cukup cairan dan nutrisi, sehingga para ibu tidak akan ragu – ragu lagi untuk memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya yaitu enam bulan bayi hanya diberikan air susu ibu tanpa makanan tambahan meskipun itu hanya air putih.

Angka kematian bayi Indonesia pada tahun 2009 adalah 29,97 dan angka kematian bayi tahun 2010 adalah 28,94. Dari angka tersebut terlihat angka kematian bayi Indonesia mengalami penurunan 3,44%. Harapan bahwa penurunan angka kematian bayi tersebut menurun menjadi dibawah 15%, pada tahun 2015. Pemberian ASI eksklusif kepada bayi merupakan salah satu upaya untuk menurunkan angka kematian bayi di Indonesia yang masih

cukup tinggi diantara Negara – Negara Asean.

Menurut rekomendasi dari Organisasi Kesehatan Sedunia World Health Organisation (WHO), dan United Nation Children's Fund (UNICEF) pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan merupakan salah satu strategis untuk mengatasi masalah kekurangan nutrisi pada bayi. Menurut penelitian Solomon (2010) di Peru menunjukkan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan dengan tanpa mendapatkan makanan tambahan walaupun hanya air putih, mempunyai resiko rendah terhadap penyakit diare dan infeksi pernapasan bagian atas.

Mengingat pentingnya air susu ibu terhadap nutrisi bayi maka penting untuk memberikan penyuluhan kesehatan kepada para ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sejak mereka melakukan pemeriksaan antenatal di poliklinik dan berlanjut hingga post partum di bangsal maternitas. Pijat punggung untuk menstimulasi pengeluaran oxytocin merupakan salah satu cara untuk memudahkan pengeluaran air susu sehingga bayi akan mudah untuk mengisap ASI, dan ibu tidak merasa khawatir bahwa bayinya tidak mendapatkan air susu yang cukup.

Dengan mudahnya bayi menghisap ASI tersebut maka ibu – ibu post partum tidak lagi memutuskan untuk memberkan susu formula kepada bayinya.

Untuk membuktikan adanya efek pijat punggung untuk menstimulasi pengeluaran oxytocin maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul efek pijat punggung untuk menstimulasi pengeluaran oxytocin pada ibu – ibu primipara.

Masalah penelitian

Adakah pengaruh pijat punggung terhadap pengeluaran ASI pada ibu primipara di RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten dan di RSUD Panembahan Senopati Bantul.

Tujuan Umum Penelitian

Untuk mengetahui pengaaruh pijat punggung terhadap pengeluaran ASI pada ibu primipara.

Tujuan khusus penelitian

1. Diketuainya karakteristik dari ibu – ibu primipara yang meliputi, umur, pendidikan, status pekerjaan
2. Diketuainya rerata volume ASI kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

3. Diketuainya perbedaan volume ASI antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

4. Diketuainya rerata volume ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sesuai dengan karakteristik responden.

5. Diketuainya perbedaan volume ASI pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan sesuai dengan karakteristik responde.

B. TINJAUAN PUSTAKA

Pijat adalah suatu metode ilmiah memanipulasi dengan cara yang lembut terhadap otot tubuh sehingga menimbulkan efek yang spesifik, seperti memberikan kenyamanan dan menghilangkan rasa nyeri. Pemijatan memberikan pengaruh tubuh seperti pada sistem muskulo skeletal, pencernaan, perkemihan, pembuluh darah, limfa, endokrin dan syaraf (Sinba, 2006)

Pada kasus ibu post partum, setelah melahirkan mereka biasanya merasa lelah. Mereka mengalami rasa tidak nyaman pada seluruh tubuh. Terapi pemijatan bisa diberikan segera setelah melahirkan untuk mengurangi rasa sakit pada punggung, stress, kelelahan, nyeri kepala dan depresi post partum (Weier & Beal, 2004).

Pemijatan pada ibu post partum dilakukan setelah plasenta lahir untuk

merangsang uterus supaya terus berkontraksi. Pemijatan abdomen setelah plasenta lahir dapat dilakukan untuk merangsang involusi uteri dan pengeluaran lochee (Stilerman 2004).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa efektivitas pemijatan dalam membantu menurunkan stress, meningkatkan sistem imun dan secara umum membuat seseorang menjadi lebih sehat. Pemijatan bisa membantu peningkatan pengeluaran oksitoksin secara alamiah.

Pijat punggung dapat membantu ibu menjadi relaks dan merasa lebih nyaman saat menyusui. Perawatan dan perhatian ibu saat dipijat punggungnya mendorong ibu untuk memberi perhatian kepada bayinya. Ibu bisa minta bantuan pasangannya, keluarga atau teman untuk memijat punggungnya yang dapat menstimulasi pengeluaran oksitoksin dan reflek pengeluaran ASI (Simpson & Greeham, 2008).

Menurut WHO (2009) Pemijatan bisa meningkatkan pengeluaran oksitoksin, rasa nyaman bisa membuat relaks dan menurunkan cemas. Punggung bagian atas adalah titik akupreser yang digunakan untuk meningkatkan proses laktasi dan pengeluaran ASI. Syaraf yang mempersyarafi payudara bagian atas tulang belakang diantara kedua bahu.

Pemijatan bagian atas punggung dapat membuat relaks bagian punggung dan meningkatkan pengeluaran ASI.

Oksitoksin diproduksi pada kelenjar pituitary anterior mengalir melalui serabut syaraf ke kelenjer pituitary posterior sebagai tempat penyimpanannya. Oksitoksin sebagai neurotransmitter. Oksitoksin dari hypothalamus memberi signal ke bagian otak dan tulang belakang yang mengontro seperti tekanan darah, nadi dan bagian sistem syaraf otonom. Hisapan bayi merangsang syaraf dan berakhir di puting susu. Impuls tadi sampai ke hypothalamus ke bagian pituitary posterior yang mengakibatkan pengeluaran signal. Aliran darah membawa oksitoksin ke payudara, yang menyebabkan kontraksi halus (Lauwers, 2005)

Oksitoksin juga menyebabkan myoeppithelial sel sekitar sel setiap sel yang memproduksi ASI. Hal ini disebut sebagai milk ejection refleks. ASI didorong ke bawah ke saluran ASI dan keluar dari payudara (Lowdermilk, 2007)

Tortora dan Dirrikson (2009) menjelaskan bahwa hormon oksitoksin mempengaruhi dua target yaitu uterus dan payudara. Pada saa melahirkan oksitoksin meningkatkan kontraksi terus, setelah melahirkan menstimulasi

pengeluaran ASI dari kelenjar payudara, dimana stimulus tersebut diperpanjang dengan hisapan bayi.

Menurut Cunningham (2010) reflek pengeluaran ASI dipengaruhi juga oleh hisapan bayi, tangisan bayi, juga sensasi ibu seperti sentuhan, senyuman, reflek melihat atau memikirkan bayinya. Refleks pengeluaran ASI bisa dihambat oleh ketakutan dan stress.

Setelah plasenta dipotong setelah bayi lahir maka produksi hormon estrogen turun. Kadar estrogen dalam aliran darah juga turun menstimulai kelenjar pituitary anterior mengeluarkan prolaktin dan kelenjar pituitary posterior mengeluarkan oksitoksin. Prolaktin merangsang produksi ASI, yang merangsang kelenjar alveoli pada payudara untuk mengeluarkan ASI yang dimulai pada hari ke tiga atau ke empat setelah melahirkan (Cunningham, 2010).

Cara melakukan pijat punggung: Ibu duduk di kursi, kedua tangan berada di depan di atas meja dan kepala diletakkan di atas kedua tangan. Orang yang melakukan pemijatan menggunakan ibu jari. Satu jari diletakkan di sekitar tulang belakang diatas punggung ibu. Dengan menggunakan tekanan yang cukup kuat, kecil dan lambat dengan gerakan secara memutar menggunakan ibu jari. Kedua sisi tulang belakang dipijat pada waktu

yang sama dari dasar leher ke bawah sampai dibawah skapula. Pemijatan dilakukan sekitar tiga sampai empat menit atau sesuai keinginan.

Selama pemijatan punggung apabila ASI sudah diproduksi, bisa keluar dengan sendirinya selama pemijatan, menetes sesuai dengan gravitasi. Pada ibu primipara biasanya pengeluaran ASI terjadi pada hari ke dua atau ketiga bisa diketahui dengan menggunakan teknik Marmet.

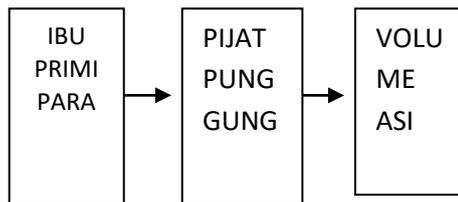
Sebelum ASI dikeluarkan ibu dibantu diajarkan untuk memijat payudara secara perlahan untuk membantu pengeluaran ASI, dengan cara: memijat pada sel yang saluran air susu, yang dimulai dari bagian atas payudara, menekan kearah dinding payudara. Gerakkan jari jari perlahan – lahan dengan posisi melingkar satu gerakan pada kulit, Setelah beberapa detik pindahkan jari – jari kebagian lain payudara. Pijat dengan gerakan seperti spiral kearah areola. Tekanan dan gerakan mirip seperti yang digunakan pada saat pemeriksaan payudara. Kemudian pijat payudara secara perlahan dari dinding payudara ke arah putung susu. Goyangkan payudara secara perlahan sambil kedua tangan memegang bagian payudara.

Untuk mengeluarkan ASI, dengan posisi ibu duduk di kursi dengan

pakaian bagian depan terbuka, supaya pakaian tidak kotor berikan alas handuk pada pangkuan ibu. Posisi ibu jari dengan dua jari pertama sekitar 2,5 cm sampai 3,75 cm di belakang puting susu. etakkan ibu jari diatas puting susu pada posisi jam 12, jari pada posisi jam 6 dan membentuk huruf C. Lakukan gerakan mendorong ke arah dinding payudara dan lepaskan secara berulang ulang. Tampung Asi pada tempat yang dilaksanakan.

Kerangka konsep dari penelitian yang dilakukan :

Kelompok perlakuan



Hypothesa dalam penelitian ini adalah:

Ho: Tidak ada pengaruh pijat punggung terhadap pengeluaran ASI pada ibu primipara.

C. METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini adalah post eksperiment design. Respondent dalam penelitian ini adalah ibu – ibu primipara yang dirawat di bangsal maternitas RS Soeradji Tirtonegoro Klaten dan RS Panembahan

Senopati Bantul. Dari respondent yang terpilih dalam penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yang masing – masing kelompok berjumlah 25 orang. Kelompok perlakuan diberikan perlakuan pijat punggung selama 10 menit untuk menstimulasi pengeluaran oxytocin dari kelenjar pituitary posterior untuk mempermudah pengeluaran air susu ibu. Setelah dilakukan pijat punggung kelompok perlakuan dibantu untuk mengeluarkan air susu secara manual dan volume air susu ibu yang keluar diukur volumenya. Kelompok kontrol tidak mendapat perlakuan pijat punggung tetapi akan dibantu untuk mengeluarkan air susu secara manual dan volume air susu ibu yang keluar diukur. Volume air susu ibu dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dicatat dalam tabel pengumpulan data.

Penelitian pengaruh pijatpunggung terhadap pengeluaran ASI, dilaksanakan pada bulan Januari 2011 di RS RSUP Dr Soeradji Tirtonegoro Klaten dan RSUD Panembahan Senopati Bantul di bangsal post partum.

Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu postpartum yang dirawat di bangsal post partum yang dirawat di RSUP Dr.Soeradji

Tirtonegoro Klaten dan RSUD Panembahan Senopati Bantul. Sampel penelitian adalah ibu primipara yang memiliki kriteria inklusi: Ibu primipara hari pertama, ibu primipara yang dengan persalinan pervaginam, tidak mengalami komplikasi kehamilan dan persalinan dan bersedia menjadi responden.

Teknik sampling dengan menggunakan kuota sampling, semua responden yang sesuai dengan kriteria penelitian dan bersedia menjadi responden diambil sebagai responden, sampai memperoleh 25 ibu primipara kelompok perlakuan dan 25 ibu primipara menjadi kelompok kontrol.

Pengumpulan data

Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti. Peneliti setiap hari datang secara bergantian di kedua rumah sakit di bangsal post partum. Ibu primipara yang menjadi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diobservasi pengeluaran ASI nya dengan cara mempalpasi payudara untuk mengeluarkan ASI, kemudian pada kelompok perlakuan dilakukan pijat punggung selama 10 menit, kemudian pengeluaran ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diobservasi dan diukur volumenya. Volume ASI yang keluar dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol di catat pada tabel pengumpulan data.

Perhitungan statistik

Setelah data terkumpul dianalisa menggunakan perhitungan statistik. Distribusi frekuensi prosentase digunakan untuk menganalisa karakteristik responden yang meliputi: umur, pendidikan dan pekerjaan responden. Untuk volume ASI yang keluar pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dianalisa dengan menggunakan mean (nilai rata-rata). Perbedaan volume cairan ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dihitung dengan statistik Man Whitney U test.

D. HASIL PENELITIAN.

. Dari penelitian yang dilakukan diperoleh data karakteristik responden yang meliputi umur, pendidikan dan pekerjaan responde.

Tabel 1 Karakteristik ibu primipara di RSUP Dr.Soeradji Tirtonegoro Klaten dan RSUD Panembahan Senopati Bantul Januari 2011

Karakteristik		Kel Perlakuan		Kel Kontrol	
		f	%	f	%
Usia	20 – 25 th	19	76	15	60
	26 – 30 th	5	20	9	36
	31 – 34 th	1	4	1	4
Pendidikan	SD	2	8	4	16
	SLTP	14	46	1	4
	SLTA	8	32	18	72
	Universitas	4	16	2	8
Pekerjaan	Bekerja	18	64	20	80
	Tidak bekerja	7	28	5	20

Sumber: data primer 201

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data karakteristik usia ibu primipara sebagian besar berusia 20 – 25 tahun yaitu 76% pada kelompok perlakuan dan 60 % kelompok kontrol. Pendidikan responden kelompok perlakuan paling banyak SLTP 46% dan kelompok kontrol 72%. Pekerjaan responden sebagian besar tidak bekerja pada kelompok kontrol 80% dan kelompok perlakuan 60%.

Tabel 2 Rerata volume ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Kelompok	Volume rerata ml
Kel Perlakuan	2
Kel kontrol	0,04

Tabel 2 menunjukkan bahwa rerata volume ASI pada kelompok perlakuan setelah dilakukan pijat punggung 2 ml dan pada kelompok kontrol 0,04 ml.

Tabel 3 Mann Whitney test perbedaan volume ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Kelompok	Rerata Volume ASI (ml)	Perbedaan Volume (ml)	p Value
Perlakuan	2	1,96	0,00
Kontrol	0,04		

Dari tabel 3 dapat disimpulkan bahwa perbedaan volume ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebanyak 1,96 ml, dari analisa statistik

Mann Whitney test diperoleh p value 0,00 (p Value < 0,05) yang artinya ada pengaruh pijat punggung terhadap pengeluaran ASI.

D. PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Usia responden pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol semuanya diantara 20 tahun – 34 tahun, dan sebagian besar berusia antara 20 – 30 tahun, hal ini dikarenakan semua responden baru pertama melahirkan. Usia 20 – 30 tahun merupakan usia reproduktif, usia yang paling aman untuk seorang hamil dan melahirkan. Meskipun masing – masing ada 4% ibu primipara pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yang berusia antara 31-34 tahun mereka dalam rentang usia reproduksi sehat. Menurut Cunningham (2010) usia reproduksi sehat antara 20 – 35 tahun.

Tingkat pendidikan pada kelompok perlakuan 46% pendidikan SLTP, dan pada kelompok kontrol 72 % berpendidikan SLTA. Pada kelompok perlakuan pada saat peneliti melakukan perlakuan pijat punggung melibatkan keluarga baik suami, ibu pasien untuk memperhatikan pada saat peneliti melakukan pemijatan sehingga suami atau ibu pasien bisa melakuakn tindakan pijat punggung setelah pasien pulang

dari rumah sakit. Pendidikan SLTP merupakan pendidikan dasar tetapi sudah mampu untuk memahami penjelasan yang diberikan oleh peneliti saat melakukan penelitian. Pada kelompok kontrol tidak dilakukan pemijatan punggung, tetapi setelah diobservasi produksi yang keluar kelompok kontrol ini diberikan leaflet tentang pijat punggung. Kelompok kontrol sebagian besar dengan pendidikan SLTA merupakan pendidikan menengah, yang mampu untuk memahami penjelasan dengan menggunakan leaflet.

Pada ibu primipara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebagian besar adalah ibu tidak bekerja yaitu 64% pada kelompok perlakuan dan 80% pada kelompok kontrol. Ibu yang tidak bekerja mempunyai peran sebagai ibu rumah tangga yang dapat memberikan ASI-nya secara eksklusif dan dapat dilanjutkan sampai anak usia 2 tahun. Anak yang mendapatkan ASI eksklusif akan mendapatkan asupan gizi yang baik, sehingga kekebalan tubuhnya baik dan bisa menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi.

Bagi ibu bekerja setelah 3 bulan paska persalinan akan masuk kembali bekerja, supaya bayi tetap mendapatkan ASI Eksklusif ibu perlu menampung ASI sebagai persiapan persediaan ASI saat

bayi ditinggal bekerja ibunya. Pada kelompok perlakuan teknik mengeluarkan ASI yang dilakukan pada saat peneliti mengeluarkan ASI bisa dilakukan dirumah.

Rerata volume ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Rerata volume ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dari tabel 2 dapat diketahui bahwa kelompok perlakuan dengan rata-rata 2 ml, dan kelompok perlakuan 0,04 ml. Dari kelompok perlakuan volume terbanyak yang diperoleh setelah dilakukan pijat punggung sebanyak 5 ml, dan volume terendah adalah 1 ml. Dari kelompok kontrol volume ASI yang terbanyak adalah 1 ml, dan ada beberapa kelompok kontrol yang belum keluar ASI-nya.

Kelompok perlakuan yang mendapat perlakuan pijat punggung selama 10 menit sebagian besar mengatakan bahwa dengan dipijat punggungnya merasa nyaman. Setelah sebelumnya kurang tidur pada saat persalinan pemijatan punggung membuat kelompok perlakuan menjadi relaks. Hal ini juga diungkapkan oleh Weier & Beal (2004) bahwa terapi pemijatan dapat diberikan setelah persalinan untuk mengurangi rasa nyeri punggung, stress, kelelahan, nyeri kepala dan depresi post partum.

Menurut Simpson & Greeham (2009) pijat punggung dapat membantu ibu post partum relax dan menjadi nyaman untuk menyusui bayinya. Pijat punggung juga dianjurkan karena dapat merangsang pengeluaran oksitoksin dan *let down reflek*.

Oksitoksin yang diproduksi di hypothalamus dan mengalir melalui serabut saraf ke kelenjar pituitary posterior. Karena pemijatan pada punggung oksitoksin keluar, melalui aliran darah oksitoksin ke bagian payudara (Lawers, 2005). Oksitoksin juga menyebabkan sel-sel myoepithelial sekitar setiap sel yang memproduksi ASI untuk berkontraksi dan mengeluarkan ASI. Respon dari payudara ASI di dorong keluar dari duktus ASI ke puting susu (Lowdermilk, 2007).

Punggung bagian atas adalah titik akupreser yang berguna dalam proses laktasi dan pengeluaran ASI. Saraf saraf yang berhubungan dengan payudara berada pada tulang belakang bagian atas diantara tulang skapula. Pemijatan punggung bagian atas membuat relax bagian bahu dan memperlancar pengeluaran ASI (WHO,2009), sehingga pada ibu primipara kelompok perlakuan yang mendapatkan pemijatan punggung selama 10 menit ASI yang keluar bisa

mencapai 5 ml, sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan pijat punggung ada yang belum keluar ASI nya.

Perbedaan volume ASI pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Tabel 3 menunjukkan bahwa selisih volume ASI dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebanyak 1,96 ml, dan dari analisa statistik Mann Whitney Test diperoleh p value 0,00 (p Value, 0,05) yang berarti ada pengaruh pijat punggung terhadap pengeluaran ASI pada ibu primipara.

Menurut Cunningham (2010) menjelaskan bahwa kolustrum dapat dikeluarkan dari puting susu pada hari ke dua post partum. Pada penelitian yang telah dilakukan pijat punggung dan pengeluaran ASI dilakukan pada hari pertama post partum, sehingga membuktikan bahwa karena pengaruh hormon oksitoksin yang diproduksi oleh dikeluarkan oleh kelenjar pituitary posterior mampu mempercepat pengeluaran ASI yang sudah diproduksi oleh kelenjar air susu.

World Health Organization (2009) menjelaskan bahwa kolustrum keluar pada hari ke 2 sampai ke 3 post partum. Produksi ASI dalam jumlah

kecil sekitar 40 ml sampai 50 ml. Pijat merupakan salah satu cara terbaik untuk mengeluarkan oksitoksin, yang sangat berguna bagi ibu primipara sehingga pemberian ASI eksklusif bisa dilaksanakan untuk meningkatkan kesehatan bayi.

F. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan:

1. Sebagian besar ibu primipara di RSUP Dr Soeradji Tirtonegoro Klaten dan RSUD Panembahan Senopati Bantul berusia 20-30 tahun, pendidikan SLTA dan tidak bekerja
2. Rerata volume ASI pada kelompok perlakuan 2 ml dan pada kelompok kontrol hanya 0,04 ml.
3. Ada pengaruh pijat punggung terhadap pengeluaran ASI pada ibu primipara, Mann Whitney test p Value 0,00 (p Value < 0,05).

Daftar Pustaka

1. Cunningham (2010), *Williams Obstetrics*, 23rd Edition, USA, Mc Graw Hill Medical Companies, Inc.
2. Loudermilk & Perry (2007), *Maternity Nursing*, 7th edition, Singapore, Mosby Elsevier Pte Ltd.
3. Sinha, Akhoury Gourang (2006), *Principles And Practices of Therapeutic Massage*, Jaype Brothers Medical Publisher (P) Ltd, Rana, Pratap Bagh, Delhi.

4. Stillerman, Elaine LMT (1992), *MotherMassage: A Handbook For Relieving the Discomforts of Pregnancy*, Dell, NY
5. Handa, Parvesh (2006), *All you should know about breast feeding*, New Delhi, PEACOCK BOOK
6. Simpson, Katleen Rice & Greehan, Patricia A (2008), *Perinatal Nursing*, Wolter Kluwer William & Wilkins, Philadelphia, PA
7. World Health Organization (2009), *Infant and young child feeding Model Chapter for textbooks for medical students and allied health professionals*, Frence, WHO Press)