

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 3 No. 2	Edition: November 2020 – April 2021
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R	
Received: 24 Maret 2021	Revised: 26 April 2021	Accepted: 30 April 2021

PENGARUH OKETANI MASSAGE TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU POSTPARTUM DI PRAKTIK BIDAN MANDIRI (PBM) KASIH IBU KABUPATEN DELI SERDANG

Diah Evawanna Anuhgera, Riris Sitorus, Nikmah Jalilah Ritonga, Wilda Wahyuni Siregar

Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam
e-mail : diah.evawanna@gmail.com

Abstract

Breastfeeding to babies is important in supporting the growth process. This is of course influenced by the production of breast milk so as to produce a good sufficiency of breast milk. Oketani massage can stimulate the oxytocin reflex release, and patient comfort

This study used a quasi experimental study with a time series design. The sample in this study were normal postpartum mothers on the first day in Primary Health Care Kasih Ibu as many as 16 respondents in the intervention group and 16 respondents in the control group. Data were collected through primary and secondary data. The research instruments were baby scales, observation sheets and standard procedures for massage oketani. Analysis of data used repeated measured Anova

The results showed no significant difference between the two groups in terms of neonatal weight gain on day 1 before the intervention ($P = 0.17$). However, there was a statistically significant difference between the two groups after intervention at day 5 and 10 of the intervention ($P < 0.001$).

This study shows that Oketani massage compared to routine care increases the adequacy of breast milk through neonatal weight gain in nursing mothers. This study suggests that oketani massage in postpartum mothers can increase the adequacy of breast milk and this treatment can be used as an alternative nurse for normal post partum mothers.

Keywords: *oketani massage, adequacy of breast milk, postpartum*

1. PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan paling alami dan penting yang dapat dengan mudah dan siap tersedia untuk bayi baru lahir. Komposisi ASI telah disesuaikan untuk kebutuhan neonatal dan mengarah pada pertumbuhan dan perkembangan neonatal dengan cara terbaik (Boskabadi H, 2014).

Di Indonesia, cakupan pemberian ASI meningkat selama tiga tahun sebesar 49.51%, pada tahun 2016 sebesar 55.96% pada tahun 2017, dan 65.16% pada tahun 2018, namun belum mencapai target nasional sebesar 80% (Kemenkes, 2019). Secara nasional, pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia belum mencapai target yang diharapkan. Artinya intervensi

yang dilakukan untuk meningkatkan pencapaian ASI eksklusif seperti perawatan payudara, pengetahuan dan motivasi menyusui.

Bayi baru lahir mengalami penurunan berat badan pada hari-hari pertama kehidupan mereka. Penurunan berat badan ini bisa mencapai 10% dari berat lahir neonatal. Namun, jika bayi yang baru lahir menyusui secara terus menerus maka penurunan berat badan tidak melebihi 10 persen dari berat badan lahir (Ahn, 2011).

Faktor terpenting yang mempengaruhi penambahan berat badan setelah lahir adalah jenis dan cara pemberian makan neonatal. Produksi ASI yang adekuat sangat berhubungan dengan komunikasi yang baik dengan payudara. Niat ibu untuk menyusui bayi merupakan salah satu faktor utama kesuksesan menyusui tetapi banyak faktor yang menghambat proses menyusui seperti penghentian menyusui sementara atau permanen (Anuhgera, DE, 2017).

Kesulitan menyusui yang sering dialami oleh ibu postpartum yaitu payudara tersumbat, mastitis, abses payudara, dan puting pecah-pecah (trauma puting). Komplikasi ini dapat muncul segera setelah persalinan atau kapan saja selama menyusui, yang mengakibatkan pengeluaran ASI tidak mencukupi mereka (Boskabadi H, 2014).

Masalah paling umum pada payudara sering terjadi 40% pada ibu setelah melahirkan. Hal ini merupakan faktor ketiga yang menyebabkan ibu berhenti menyusui (Mirahmadizadeh A,

2012). Pembengkakan payudara pada ibu dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk peningkatan volume ASI secara tiba-tiba pada periode postpartum dan kepadatan limfa dan pembuluh darah, serta peningkatan yang cepat pada jaringan ikat payudara (9-11). Tidak adanya perawatan yang tepat waktu dapat mengakibatkan timbulnya abses payudara yang dapat menyebabkan penghentian menyusui dan penggunaan terapi antibiotik (Kamali Moradzade M, 2013).

Neonatus memiliki resiko tinggi di awal kehidupan. Pertumbuhan dan perkembangan neonatus memerlukan energi, protein, dan suplai nutrisi yang adekuat. Boskabadi dkk. (2014) menemukan bahwa kadar natrium dalam darah pada bayi baru lahir dari ibu yang mengalami masalah payudara (misalnya, pembengkakan payudara, celah pada puting, dan puting yang turun) lebih tinggi (Dehghani M, 2017).

Saat ini, terdapat berbagai metode farmakologi dan non farmakologi untuk menstabilkan kecukupan ASI. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan yaitu dengan pijat oketani. Pijat Oketani merupakan jenis pijat tanpa rasa sakit untuk mengurangi nyeri payudara, mengurangi sumbatan, dan memperbaiki puting rata, dan pecah-pecah. Pijat payudara Oketani juga dapat membantu memulihkan fungsi payudara yang normal. Selama pijatan ini, ruang antara jaringan ikat payudara dan otot pektoralis mayor dipisahkan

yang dapat meningkatkan kedalaman payudara dan meningkatkan peregangan dasarnya, menghasilkan kelembutan dan elastisitas organ ini (Roy, S. K et al (2019). Cho et al (2012) melakukan uji klinis di Jepang yang menunjukkan adanya hubungan antara pijat payudara Oketani dengan penurunan nyeri payudara, yang mengakibatkan peningkatan kadar pH ASI dan kecepatan menghisap pada neonatus (Cho J et al 2012).

Studi oleh Shahri 2020 di Jepang menyatakan bahwa bahwa pijat oketani dapat meningkatkan kualitas ASI secara total dan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan neonatal (Shahri, M. M et al, (2020). Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh Oketani *massage* terhadap kecukupan ASI pada ibu post partum di Klinik Kasih Ibu Galang Kabupaten Deli Serdang.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen dengan design penelitian Time Series Design. Variabel independen pada penelitian ini adalah pemberian pijat oketani sedangkan variable dependen yaitu kecukupan ASI pada ibu Post Partum. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh ibu postpartum hari kedua yang melahirkan di Praktik Bidan Mandiri (PBM) Kasih Ibu pada bulan September sampai November 2020. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah 32 orang.

dan jenis kelamin bayi ($p=0.2$). Hal ini dapat disimpulkan

Pengumpulan data terdiri dari data sekunder berupa data yang diambil oleh bidan meliputi jumlah ibu nifas di Praktek Bidan Mandiri Kasih Ibu. Data primer yang dinilai yaitu kecukupan ASI (yang diukur melalui pengukuran berat badan bayi) Penelitian ini terdiri dari 2 kelompok yaitu kelompok intervensi melalui pemberian pijat Oketani dan kelompok kontrol dengan pemberian standar prosedur asuhan kebidanan masa nifas. Pijat oketani diberikan pada hari ke-1-4 sebanyak 2 kali per hari kemudian diukur kecukupan ASI nya pada hari ke-5 dan 10. Lama pijat oketani dilakukan selama 15 menit untuk setiap responden. Analisa data menggunakan tingkat signifikansi 0.05. Untuk menguji asumsi normalitas variable kuantitatif seperti usia ibu, berat badan lahir dan jenis persalinan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Uji chi-square dan uji t-independen digunakan untuk variable nominal dan perbandingan antar kelompok. Anova digunakan untuk mengukur berat badan neonatus pada waktu yang berbeda.

3. HASIL

Berdasarkan hasil penelitian ini menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam hal demografi ibu. Pada tabel 1 menyatakan tidak ada perbedaan yang signifikan antar kedua kelompok dalam hal tinggi badan ($p=0.34$), berat badan lahir ($p=0.12$), lingkar kepala (0.42) bahwa kedua kelompok memiliki data keadaan awal yang sama.

Rerata berat badan bayi antara kedua kelompok intervensi dan control pada hari pertama post partum menunjukkan tidak terdapat perbedaan bermakna dengan nilai $p=0.17$. Dalam penelitian ini, bayi baru lahir perempuan dan laki-laki memiliki jumlah yang sama (50%). Berdasarkan nilai statistik menunjukkan, tidak ada perbedaan signifikan antara kedua kelompok.

Hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok intervensi yang diberikan oketani massage dan kelompok control terhadap kecukupan ASI yang diukur melalui rerata berat badan neonatal pada hari ke-5 (3250 ± 4

dan 3126 ± 2) dan hari ke-10 (3560 ± 4 dan 3246 ± 2) dengan nilai $p < 0.001$. Hasil pengukuran berulang menggunakan ANOVA menunjukkan efek utama ($p < 0.001$), efek kelompok ($p < 0.001$) dan efek waktu ($p < 0.001$) serta efek interaksi kelompok dan waktu dengan nilai $p < 0.001$ pada rerata berat badan bayi baru lahir. Dan rerata peningkatan berat badan bayi paling efektif terjadi pada hari kesepuluh intervensi pada kelompok yang diberikan oketani massage dengan rerata perbedaan berat badan sebesar 314 gram dan peningkatan berat badan sebanyak 310 gram.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Umur Ibu, Pendidikan, Pekerjaan dan Suku pada Kelompok Kontrol dan Intervensi Pijat Oketani terhadap Kecukupan ASI di PBM Kasih Ibu Galang

Variabel	Kelompok		P
	Intervensi n=36 Me±SD	Kontrol n=36 Me±SD	
Berat badan lahir	3250±4	3050±2	0.12
Tinggi Badan	41.40±2.2	40.65±1.6	0.34
Lingkar Kepala	34.50±1.5	34.20±1.02	0.42
Umur Ibu			
< 20 tahun	4 (25)	3 (18.75)	0.52
20-35 tahun	7 (43.75)	9 (56.25)	
>35 tahun	5 (31.25)	4 (25)	
Jenis kelamin bayi			
Perempuan	10 (62.5)	7 (43.75)	0.2
Laki-Laki	6 (37.5)	9 (56.25)	

*Independent t-test, ** Chi-square test

Tabel 2. Rerata Berat Badan Bayi Baru Lahir pada Kelompok Intervensi dan Kontrol di PBM Kasih Ibu Kabupaten Deli Serdang

Variabel	Kelompok		p
	Intervensi n=36 Me±SD	Kontrol n=36 Me±SD	
Berat Badan bayi Hari pertama postpartum	3130±4	3045±2	$P < 0.17$
Hari kelima setelah intervensi	3250±4	3126±2	$P < 0.001$
Hari kesepuluh setelah	3560±4	3246±2	$P < 0.001$

intervensi

Main effect $p < 0.001$, $F = 74,12$

Interaction $p < 0.001$, $F = 65,24$

Group $p < 0.001$, $F = 33,24$

Time $p < 0.001$, $F = 46,45$

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan rerata berat badan neonatus pada kelompok intervensi dan kontrol pada hari ke-5 dan hari ke-10 hari setelah lahir. Kedua kelompok berbeda secara signifikan dalam hal kenaikan berat badan rata-rata antara kedua kelompok studi. Dalam hal ini, pertambahan berat badan neonatal pada kelompok dengan pijat payudara Oketani secara signifikan lebih meningkat dibandingkan pada kelompok kontrol.

Terapi pijat payudara Oketani melepaskan ruang antara jaringan ikat payudara dan otot utama pektoralisnya yang dapat meningkatkan kedalaman payudara dan meningkatkan peregangan dasarnya. Teknik ini menyebabkan kelembutan dan elastisitas payudara dan puting yang dapat meningkatkan latching, sehingga meningkatkan laktasi dan mengurangi kemacetan pada pengeluaran ASI. Selain itu, tekanan pada areola dapat mengurangi resistensi, yang meningkat selama penyumbatan, dan juga melembutkannya dengan memoderasi cairan antar jaringan. Hal ini meningkatkan perlekatan puting ibu di mulut neonatal yang dapat mempermudah isapan pada bayi (Ramezandadeh M, 2011)

Pada hasil penelitian Shahri et al (2020) menunjukkan bahwa pijat oketani berpengaruh positif terhadap tingkat keberhasilan menyusui dan meningkatkan durasi menyusui. Pemberian intervensi oketani massage juga meningkatkan volume ASI dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan intervensi oketani massage. Pijat dapat dijadikan sebagai intervensi untuk meningkatkan aliran ASI dengan melakukan pemijatan pada seluruh otot payudara, pangkal dan areola sehingga merangsang reflex pengeluaran oksitosin (Shahri, M.M et al, (2020).

Dalam sebuah studi yang dilakukan oleh Anderson (2016) di tentang sampel ASI yang diperoleh pada periode awal menyusui (1-90 hari pasca persalinan) dan menyusui terlambat (91-320 hari setelah lahir), disimpulkan bahwa pijat payudara dapat meningkatkan kualitas ASI, dan bahwa pijat payudara Oketani cenderung meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan neonatal. Cho dkk (2012) dalam penelitian yang berjudul "Investigating the effect of Oketani breast massage on milk pH level, baby's suck speed, and breast pain in Japan" juga menunjukkan bahwa Pijat payudara oketani sangat efektif dalam meredakan nyeri payudara dan meningkatkan pH ASI serta kecepatan mengisap

neonatus. Intervensi ini juga dapat digunakan pada asuhan kebidanan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi terutama di awal kelahirannya (Cho J, 2012).

Selain itu Ahn et al (2011) menunjukkan bahwa pijat payudara mengurangi nyeri payudara dan bendungan ASI, sehingga meningkatkan daya isap pada bayi baru lahir (Ahn S, 2011). Penelitian oleh Dehghani (2017) yang mengukur pengaruh pijat payudara pada protein ASI dan memeriksa 39 sampel susu yang diperoleh dari ibu menyusui yang sehat menunjukkan peningkatan kandungan protein susu setelah terapi pijat payudara (Dehghani M,(2017).

Peningkatan berat badan bayi yang diberikan oketani massage efektif pada hari ke 5 dan 10 dikarenakan pijat oketani dapat mengurangi kongesti pada payudara sehingga bayi baru lahir lebih mudah untuk menghisap dan meningkatkan PH ASI sehingga membuat ASI menjadi lebih banyak. Ketika bayi menyusui maka bayi akan merasakan volume ASI yang banyak, aliran ASI yang baik dan rasa ASI yang lebih manis.

Penelitian Dehghani (2017) menyatakan bahwa pijat oketani meningkatkan sekresi oksitosin dan prolactin, meningkatkan sirkulasi darah di payudara, memperlancar keluarnya ASI dan meningkatkan volume ASI. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecukupan ASI pada ibu yang diberikan oketani massage secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan

kelompok kontrol. Kecukupan ASI yang dinilai melalui peningkatan berat badan merupakan salah satu predictor dan variabel yang efektif. Oketani massage memiliki efek positif pada frekuensi dan durasi menyusui dengan meningkatkan self-efficacy menyusui sehingga ibu akan terus menyusui anaknya dan produksi ASI akan mencukupi kebutuhan bayi (Dehghani M,(2017).

Salah satu keterbatasan pada penelitian ini yakni banyaknya factor-faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI yang akan mempengaruhi kecukupan ASI diantaranya karakteristik ibu, status mental dan dukungan dari suami dan keluarga.

5. KESIMPULAN

Massage oketani efektif dalam meningkatkan kecukupan ASI melalui peningkatan berat badan. Massage oketani dapat digunakan sebagai alternative intervensi kebidanan pada masa nifas yang sehubungan dengan produksi ASI.

Peneliti menyarankan agar ada studi eksperimental lanjutan mengenai keefektifan massage oketani yang dibuktikan melalui pemeriksaan laboratorium untuk mengukur kecukupan ASI.

DAFTAR PUSTAKA

Ahn S, Kim J, Cho J. (2011).Effects of Breast Massage on Breast Pain, Breast-Milk Sodium, and Newborn Suckling In Early Postpartum Mothers. J Korean Acad Nurs;41(4):451-9.

- Anderson, L., Kynoch, K., dan Kildea, S. (2016). Effectiveness of breast massage in the treatment of women with breastfeeding problems: a systematic review protocol. *JBI Evidence Synthesis*, 14(8), 19-25.
- Anita, N et al.(2020). Potency of back message and acupressure on increasing of prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care. *Enfermeria clinica*,30, 577-580.
- Anuhgera, D. E et al (2017). Effect of combination of hypnobreastfeeding and acupressure on anxiety and wound pain in post-caesarean mothers. *Belitung Nursing Journal*, 3(5), 525-532
- Boskabadi H, Ramazanzadeh M, Zakerihamidi M, Omran FR.(2014).Risk factors of breast problems in mothers and its effects on newborns. *Iran Red Crescent Med J*;16(6):e8582.
- Cho J et al.(2012). Effects of oketani breast massage on breast pain, the breast milk pH of mothers, and the sucking speed of neonates. *Korean J Women Health Nurs*;18(2):149-58.
- Dehghani M,(2017).Effect of breast oketani-massage on the severity of breast engorgement. *Iran J Obstet Gyneco lInfertil*;20(5):30-8. (Persian).
- Jamzuri M, Khayati N, Widodo S, Hapsari ED, Haryanti F.(2019).increasing oxytocin hormone levels in postpartum mothers receiving oketani massage and pressure in the gb-21 acupressure point. *International Journal of Advancement in Life Sciences Research*:22-7.
- Kementrian Kesehatan RI.(2019). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Ramezandadeh M.(2011).The Effect of Softening The Areola Reverse Massage With Cold Compresses on The Severity Of Breast Congestion In The Postpartum Period. Iran. Mashhad: Nursing and Midwifery School of Mashhad University of Medical Sciences.
- Roy, S. K et al (2019). Difficulties in breastfeeding: Easy solution by Oketani breast massage. *Bangladesh Medical Research Council Bulletin*, 45(3), 149-154.
- Shahri,M.M et al, (2020). The Effect Of Oketani Breast Massage On Successful Breastfeeding, Mothers' Breastfeeding Support Need, And Breastfeeding Self-Efficacy: A Clinical Trial Study.Shahid Beheshti University of Medicine Science,1-22.