

## Pengaruh Kompres Air Hangat dan Masase Oksitosin terhadap Kelancaran ASI Post Partum di Puskesmas Perawatan Bulu tahun 2020



Evi Wulandari  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene  
[evi\\_wulandari@stikesbbm.ac.id](mailto:evi_wulandari@stikesbbm.ac.id)

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Inisiasi Dni Menyusui (IMD) adalah suatu upaya mengembalikan hak bayi yang selama ini terenggut oleh para praktisi kelahiran yang membantu proses persalinan yang langsung memisahkan bayi dari ibu sesaat setelah dilahirkan tubuh bayi hingga 25% dan dengan penurunan poin kecerdasan intelektual sebesar 15%. **Tujuan :** Untuk mengetahui Pengaruh Kompres Air Hangat dan Masase Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Post Partum di Puskesmas Perawatan Bulu Tahun 2020. **Metode :** metode penelitian adalah *quasi eksperiment* dengan rancangan yang di gunakan adalah *Pretest Post Test one group*. Populasi semua ibu post partum di Puskesmas perawatan bulu periode tahun 2020. Sampel dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan *purposive sampling*. Pengumpulan data melalui data primer dan data sekunder. Data diolah menggunakan *Mann whitnet test*. **Hasil :** terdapat pengaruh kompres air hangat dan masase oksitosin terhadap kelancaran ASI post partum dengan hasil  $P Value = 0,002 < \alpha = 0,05$ . **Kesimpulan :** Adanya pengaruh kompres air hangat dan masase oksitosin terhadap kelancaran ASI di puskesmas perawatan bulu. Penelitian diharapkan mampu memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pelayanan kepada setiap ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI.

**Kata Kunci :** Kompres air hangat, masase oksitosin Kelancaran, ASI, post partum.

### Pendahuluan

Masa nifas (*Puerperium*) yaitu masa yang dimulai dari setelah kelahiran *plasenta* dan berakhir saat alat-alat kandungan kembali seperti sebelum terjadi kehamilan. Masa nifas atau *puerperium* dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya *plasenta* sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah itu. Dalam Bahasa latin, yaitu waktu tertentu setelah melahirkan anak ini disebut *Puerperium* yaitu berasal dari kata *Puer* yang berarti bayi dan *Parous* melahirkan. Jadi, *Puerperium* adalah masa pulihnya kembali, mulai dari setelah persalinan selesai sampai alat-alat kandungan seperti prahamil. (Dewi, 2011).

Target *Sustainable Development Goals* (SDG's) 2015-2019 dalam pemberian ASI eksklusif kepada bayi kurang dari enam bulan sebesar 50%. Berdasarkan data dari profil kesehatan RI selama tiga tahun berturut-turut yaitu pada tahun 2014 berada pada angka 52,3%, kemudian pada tahun 2015 mengalami peningkatan menjadi 55,7%, sedangkan pada tahun

2016 capaian ASI di Indonesia mengalami penurunan menjadi 54%, sementara target Indonesia dalam pemberian ASI eksklusif yaitu sebesar 80% artinya Indonesia masih berada di bawah target pemberian ASI eksklusif sebesar 26%. Sama Halnya dengan yang terjadi di kabupaten Polewali Mandar tahun 2017 adalah 67,33%.

Mengacu pada target renstra Kementerian Kesehatan pada tahun 2017 yang sebesar 44%, maka cakupan pemberian ASI eksklusif di Sulawesi Barat pada bayi usia kurang dari enam bulan sebesar 48,36% telah mencapai target yang ditetapkan Kementerian kesehatan. Menurut Kabupaten, kisaran cakupan ASI eksklusif pada bayi umur 0-6 bulan antara 29,55% (Mamuju) sampai 83,59% (Majene). Dari 6 Kabupaten di provinsi Sulawesi Barat, sebanyak 3 kabupaten (50%) telah berhasil mencapai target Renstra Kementerian Kesehatan tahun 2017.

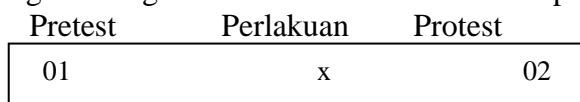
Cakupan pemberian ASI yang masih berada dibawah target juga dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti tidak lancarnya pengeluaran ASI, serta ASI yang jarang dikeluarkan sehingga para ibu memilih untuk memberikan susu formula kepada bayinya, tidak hanya itu faktor lain yang menyebabkan kurang lancarnya ASI ibu adalah faktor dari ibu sendiri seperti pola istirahat ibu yang kurang, faktor psikologi, pola makan ibu serta perawatan payudara ibu, selama hamil serta perlu adanya reflex alami yang terjadi pada saat ibu menyusui yang disebut dengan *reflex let down*.

Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh *reflex let down* dengan adanya *reflex let down* ASI akan keluar lebih lancar. Salah satu upaya untuk menstimulasi *reflex let down* yaitu dengan kompres hangat pada payudara. Kompres Hangat selama pemberian ASI akan meningkatkan aliran ASI dari kelenjar *Pitutari* yang berfungsi untuk menghasilkan ASI, kompres hangat dapat menyebabkan terjadinya *vasodilatasi* yang berfungsi untuk membuka jaringan dan saluran yang ada pada payudara (Maharani,2014).

Data di Puskesmas Perawatan Bulu pada tahun 2018 sebanyak 176 orang bersalin, tahun 2019 sebanyak 159 orang bersalin, dan pada periode tahun 2020 sebanyak 156 orang bersalin. Sedangkan data ASI Eksklusif pada tahun 2018 sebanyak 16 orang bayi, tahun 2019 sebanyak 15 orang bayi, dan pada periode tahun 2020 sebanyak 32 orang bayi, rendahnya jumlah bayi eksklusif karna banyak disebabkan oleh tidak lancarnya produksi ASI. Berdasarkan data di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti pengaruh kompres air hangat dan masase oksitosin terhadap kelancaran ASI *post partum* Di Puskesmas Perawatan Bulu Tahun 2020.

## Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *quasi eksperimen* dengan rancangan yang di gunakan adalah *Pretest Post Test one group*. Desain ini memiliki *pretest*, sebelum diberi perlakuan. maka dari itu hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena bisa membandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan (sugiyono,2016).



Skema.3.1

Sumber : (sugiyono,2016).

Keterangan :

01 = Nilai *pretest* sebelum dilakukan kompres hangat

X = Perlakuan

02 = Nilai *posttes* sesudah dilakukan kompres hangat

Populasi pada penelitian ini yaitu semua ibu *post partum* di Puskesmas perawatan bulu periode tahun 2020. Teknik yang di gunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini

yaitu *non probability sampling* dengan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Ibu *Postpartum* hari ke dua
- 2) Ibu *Postpartum* yang bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Ibu *postpartum* yang memiliki kelainan pada puting susu
- 2) Ibu *postpartum* dengan BBLR
- 3) Ibu *postpartum* dengan riwayat tidak menyusui/ tidak ASI eksklusif
- 4) Ibu *postpartum* dengan komplikasi seperti hipertensi dan perdarahan.

Berdasarkan Kriteria inklusi dan eksklusi maka sampel yang di gunakan yaitu sebanyak 27 orang ibu post partum di puskesmas Perawatan Bulu.

Dalam penelitian ini instrument yang di gunakan yaitu lembar observasi karna dapat menilai dan melihat kelancaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan kompres air hangat dan masase oksitosin.

Dalam penelitian ini data dikumpulkan dengan menggunakan lembaran observasi yang telah di buat. Dimana hasil pengamatan secara langsung dapat dilihat oleh peneliti saat sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terhadap responden.

1. Data Primer

Yaitu suatu data yang di dapat dengan cara melakukan eksperimen terhadap objek yang diteliti. Dalam hal ini didapatkan informasi tentang pengaruh kompres air hangat dan masase oksitosin terhadap kelancaran ASI post partum di puskesmas perawatan Bulu.

Pada Penelitian ini alur penelitian sebagai berikut :

Menentukan Masalah→Menentukan Lokasi Penelitian→Izin Lokasi Penelitian→Subjek penelitian memenuhi standar/criteria→Penjelasan mengenai kompres Air Hangat dan Masase Oksitosin informed consent→ Pembagian Lembar Observasi→Menilai Kelancaran ASI Awal → Evaluasi Intervensi Kompres Air Hangat dan Masase Oksitosin →Menilai Kelancaran ASI Akhir→Evaluasi →Pengumpulan hasil penilaian→Melakukan Analisis Data.

2. Data Sekunder

Yaitu suatu data yang di dapat dari institusi terkait yaitu data dari Puskesmas Perawatan Bulu pada tahun 2018 sampai periode tahun 2020, buku literature, jurnal dan artikel penelitian, laporan penelitian.

Teknik Analisa Data dan Pengolahan Data

1. Analisa Data

a. Analisa *Univariat*

Penganalisaan data yaitu dengan menggunakan analisa *univariat* agar mendapatkan gambaran distribusi frekuensi dan populasi dari variabel yang diteliti baik variabel dependen dan variabel indeviden data disajikan secara deskriptif adalah bagan penjelasan data dan pengelolaan kuisisionernya.

b. Analisis *Bivariat*

Analisis ini di gunakan untuk melihat adanya pengaruh kompres hangat terhadap pengaruh kelancaran ASI pada ibu *postpartum* dengan menggunakan uji t apabila data terdistribusi normal dan menggunakan *wilcoxon* apabila terdistribusi tidak normal.

2. Teknik Pengolahan Data

a. *Editing*

Editing merupakan pengecekan isian formulir dan kelengkapan lembar observasi, kejelasan dalam penulisan, relevansi dan konsisten dengan pertanyaan. Setelah peneliti telah selesai melakukan pengeditan atau pengecekan isi lembar observasi maka apabila ada yang tidak lengkap, tidak konsisten atau tidak jelas dengan pertanyaan maka akan di klarifikasi kepada responden. Tujuannya yaitu untuk mempermudah penelitian saat menganalisa data.

b. *Coding*

Coding merupakan suatu kegiatan merubah data yang berbentuk kata ataupun huruf menjadi data bilangan atau angka.

c. *Prosesing*

Prosesing merupakan jawaban dari responden yang telah berbentuk kode dan di masukkan dalam program komputer atau *software*. Program yang di gunakan adalah program SPSS.

d. *Cleaning*

Cleaning merupakan suatu cara untuk mengecek agar dapat melihat adanya kesalahan dalam pengkodean, agar dapat dilakukan koreksi jika terdapat kesalahan.

## Hasil

### **Kelancaran ASI Post Partum Sebelum dilakukan Kompres Air Hangat dan Masase Oksitosin**

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa ASI pada ibu postpartum yang dalam kategori lancar sebelum intervensi adalah sebanyak 12 orang (44,4%) dan kategori tidak lancar sebanyak 15 orang (55,6%).

### **Kelancaran ASI Post Partum Sesudah dilakukan Kompres Air Hangat dan Masase Oksitosin**

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa ASI sesudah intervensi pada ibu postpartum yang dalam kategori lancar adalah sebanyak 22 orang (81,5%) dan kategori tidak lancar sebanyak 5 orang (18,5%).

### **Pengaruh Kompres Air Hangat Dan Masase Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Post Partum Di Puskesmas Perawatan Bulu Tahun 2020**

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan  $p\text{-Value} = 0.002$  ( $p 0.002 < 0.05$ ). Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Kompres Air Hangat Dan Masase Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Post Partum Di Puskesmas Perawatan Bulu Tahun 2020 maka dapat dikatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  Diterima.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan  $p\text{-Value} = 0.002$  ( $p 0.002 < 0.05$ ). Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Kompres Air Hangat Dan Masase Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Post Partum Di Puskesmas Perawatan Bulu Tahun 2020 maka dapat dikatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  Diterima.

Air Susu Ibu (ASI) adalah susu yang di produksi oleh manusia untuk dikonsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. Air susu ibu di produksi karena pengaruh *hormone prolaktin* dan *oksitosin* setelah kelahiran bayi. Air susu ibu pertama yang keluar disebut kolostrum atau jolong yang mengandung banyak immunoglobulin IgA yang baik untuk pertahanan tubuh bayi melawan penyakit (Megasari,2015).

Dengan menyusui lebih dini terjadi perangsangan puting susu, terbentuklah *prolaktin* oleh *hipofisis*, sehingga *sekresi* ASI lebih lancar. Dua *refleks* pada ibu yang sangat penting dalam proses *laktasi* yaitu *reflex prolaktin* dan *reflex* aliran timbul akibat perangsangan puting susu akibat perangsangan hisapan puting susu oleh hisapan bayi.

Kompres Hangat Menurut Price dan Wilson kompres hangat merupakan salah satu metode non farmakologi yang dianggap sangat efektif dalam menurunkan nyeri atau spasme otot. Panas dapat dialirkan melalui konduksi, konveksi, dan konversi (dalam penelitian Oktasari, 2014).

Manfaat lain dari kompres air hangat *mammae* yaitu stimulasi *refleks let down* mencegah terjadinya bendungan pada *mammae* yang berakibat *mammae* menjadi bengkak, memperlancar peredaran darah *mammae*. (Dalam penelitian Fitrah Nurhanifah, 2013).

Masase oksitosin adalah relaksasi untuk merangsang hormone oksitosin, masase ini dilakukam di sepanjang tulang vertebre sampai tulang *costae* ke lima ataupun ke enam. Masase oksitosin merupakan salah satu cara dalam mengatasi ASI yang tidak lancar, selain membatu memlancarkan pengeluaran ASI masase oksitosin juga bermanfaat untuk memberikan rasa rileksasi dan mengurangi rasa lelah ibu post partum.

Perpaduan dua cara pijat oksitosin dan kompres hangat memberikan kontribusi positif kepada ibu nifas tatkala ibu-ibu nifas melakukan hal ini karena telah terbukti secara empiris terjawab dalam penelitian ini.

## Kesimpulan

Maka dari hasil pengolahan data penelitian yang sudah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pengaruh kompres air hangat dan masase oksitosin terhadap kelancaran ASI di puskesmas perawatan bulo. Berdasarkan hasil dari uji *McNemar Test* Berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  di tolak. Disarankan Dengan adanya penelitian ini di harapkan dapat menjadi sumber informasi dan sebagai bahan masukan bagi mahasiswa kebidanan khususnya tentang pengaruh kompres air hangat dan masase oksitosin terhadap kelancaran ASI post partum sehingga dapat menjadi bahan acuan dalam penelitian selanjutnya.

## Referensi

- Astuti, Sri, dkk. 2015. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta : Erlangga.
- Departemen Kesehatan (Depkes). 2013. *Profil Kesehatan Indonesia 2013*.  
<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdationpeta>.
- Dewi, Vivian Nanny Lia & Sunarsih, Tri. 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hasmi. 2012. *Metodologi Penelitian Epidemiologi*. Jakarta : Trans Info Media
- Heryani, Reni. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan-Ibu Nifas dan Menyusui*. Jakarta: CV.Trans Info Media.
- Jannah, Nurul. 2014. *ASKEB II Persalinan Berbasis Kompetensi*. Jakarta : EGC.
- Malang. Jurnal Keperawatan , ISSN 2086-3071.  
<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2359>.
- Megasari, Kiki, dkk. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Yogyakarta : Deepublish.
- Notoatmodjo, Soekijdo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- ..... 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.

- Nurbaity. 2018. *Perbedaan Efektifitas Pemijatan Punggung Dan Kompres Hangat Payudara Terhadap Peningkatan Kelancaran Produksi Asi Di Bpm Ch. Mala Palembang. Jurnal Kesehatan dan Pembangunan.* <file:///D:/Data2ku/DIV%20Emil/31-Article%20Text-156-1-10-20190807.pdf>.
- Nurhanifah, Fitrah. 2013. *Perbedaan Efektifitas Massage Punggung Dan Kompres Hangat Payudara Terhadap Peningkatan Kelancaran Produksi Asi Di Desa Majang Tengah Wilayah Kerja Puskesmas Pamotan Dampit Profil Kesehatan Kabupaten Tahun 2017.* Dinkes.sulbarprov.go.id
- Rini, Susilo. 2017. *Panduan Asuhan Nifas Dan Evidence Based Practice.* Yogyakarta : Deepublish
- Riyanto, Agus. 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan.* Yogyakarta : Nuha Medika.
- Sari, I. R. 2017. *Penerapan Pijat Oksitosin Pada Pasien Post Partum Normal DI wilayah Puskesmas Sambrioto Kedung Mundu Semarang.* <http://respository.unimus.ac.id>.
- Saryono. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta : Mitra Cendikia.
- Setowati, W. 2017. *Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Fisiologis Hari ke 2-3.* <http://Jurnal-kesehatan.id>
- Sugiyono. 2016. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung : Alfabeta.
- Sursilah. Ilah. 2010. *Asuhan Persalinan Normal Dengan Inisiasi Menyusu Dini (IMD).* Yogyakarta : Deepublis
- Trijayati, T. 2017. *Penerapan Pijat Oksitosin Menggunakan Baby Oil Terhadap Produksi dan Pengeluaran Air Susu IBu ( ASI) Pada Ibu Nifas di Puskesmas Rowokele.* <http://stikesmuhgombong.ac.id>
- Ummah, F. 2014. *Pijat Oksitosin Untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada Ibu PASca Salin Normal DI Dusun Sono Desa Kentanen Kecamatan Panceng Gresik.* <http://stikesmuhla.ac.id>
- Vaikoh, E. 2017. *Pijat Oksitosi dengan Relaksasi MUrotall Al-Qur'an untuk Memperlancar Produksi ASI Ibu Nifas Ny.S Umur 29 Tahun diBPM Ida Ayu ASiti.* <http://elib.stikesmuhgombong.ac.id>.