

Studi Kasus Terapi Kombinasi *Hypnobreastfeeding* dan Pijat Oksitosin untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di RW 03 Desa Banteran

Siti Juwayriyah¹, Ridlwan Kamaluddin² ✉, Arif Imam Hidayat³

^{1 2 3} Jurusan Keperawatan FIKES Universitas Jenderal Soedirman

² Correspondence Author: ridlwan.kamaluddin@unsoed.ac.id

ABSTRACT

Background: The problem of the mother not producing breast milk will interfere with the fulfillment of the baby's needs. Babies can only consume breast milk for the first six months. The increasing number of mothers who cannot provide exclusive breastfeeding will have a health impact on the baby. Giving a combination of hypnobreastfeeding and oxytocin massage can increase breast milk production so mothers can overcome the problem of breast milk not coming out and meet the nutritional needs of babies.

Method: The method used for this research is qualitative research on the application of Evidence-Based Practice in community and maternity nursing.

Results: The combined intervention of hypnobreastfeeding and oxytocin massage proved to be able to increase breast milk production within 3 consecutive days. The average increase in breast milk production was 71 -83 ml.

Conclusion: There was an increase in breast milk production after the combined therapy of hypnobreastfeeding and oxytocin massage. The client felt calmer, more comfortable, peaceful, and relaxed while breastfeeding.

KEYWORDS

Hypnobreastfeeding, oxytocin massage, exclusive breastfeeding

PENDAHULUAN

Permasalahan Air Susu Ibu (ASI) yang tidak keluar saat menyusui dapat mengganggu pemenuhan kebutuhan gizi bayi. Air susu ibu merupakan makanan terbaik yang diberikan oleh ibu untuk bayi sejak baru lahir hingga usia enam bulan pertama, karena ketika lahir bayi hanya mampu memproduksi sedikit saliva atau pankreas, dengan demikian bayi belum mampu mengkonsumsi makanan padat atau mengkonsumsi makanan selain ASI. Selain itu, menyusui memiliki manfaat dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi, imunologi dan psikologis. Namun, karena terdapat hambatan ibu dalam menyusui berupa ASI yang tidak keluar, maka hal ini membuat ibu tidak dapat memberikan ASI secara eksklusif kepada bayi (Widiastuti & Jati 2020).

Ibu yang memberikan ASI secara eksklusif selama usia bayi enam bulan pertama di Jawa Tengah pada

tahun 2018 tercatat sebanyak 65,0%. Sedangkan prevalensi pemberian ASI Eksklusif selama usia bayi enam bulan pertama meningkat pada tahun 2019 sebanyak 66,0 % (Kemenkes, 2019). Sementara itu, menurut penelitian Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) tercatat hingga tahun 2022 angka ibu yang pernah menyusui anak di Indonesia mencapai 90 %, namun yang memberikan secara eksklusif selama enam bulan terbilang rendah yaitu sebesar 20 % (Kemenkes, 2023)

Meningkatnya jumlah ibu yang tidak dapat memberikan ASI secara eksklusif akan menimbulkan dampak bahaya kesehatan bagi bayi. Bayi yang tidak mendapatkan ASI akan menyebabkan peningkatan insiden morbiditas infeksi, kekurangan gizi atau stunting, otitis media, gangguan gastrointestinal, pneumonia, risiko obesitas pada masa kanak-kanak, dan leukimia (Stuebe,

2009). Bahaya lainnya ketika ibu tidak mampu memberikan ASI secara eksklusif, ibu cenderung akan memberikan susu formula kepada bayi. Pemberian susu formula pada bayi dapat meningkatkan risiko infeksi saluran kemih, saluran napas dan telinga. Bayi juga rentan mengalami diare, alergi makanan, dan penyakit saluran pencernaan kronis (Salamah & Prasetya 2019).

Penyebab ASI tidak keluar dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor fisik dan psikologis (Brown et al. 2014). Faktor fisik yang menyebabkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin tidak bekerja dengan maksimal di antaranya, hisapan bayi yang tidak benar, payudara mastitis atau bengkak, kondisi medis yang membuat ibu tidak menyusui. Faktor psikologis meliputi, rasa ketidaknyamanan ibu saat menyusui, rasa lelah, peran adaptasi ibu terhadap menyusui, dan faktor psikologis lainnya yang dapat menghambat pengeluaran produksi ASI. Dengan demikian, perlunya dilakukan sebuah intervensi berupa terapi komplementer untuk mengatasi permasalahan ASI yang tidak keluar pada ibu menyusui (Nie et al. 2023)

Pemberian terapi komplementer yang dapat diberikan untuk mengatasi ASI yang tidak keluar yaitu kombinasi relaksasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin. *Hypnobreastfeeding* merupakan relaksasi untuk menggunakan alam bawah sadar ibu agar proses menyusui berjalan dengan lancar (Zaen, 2022). Sedangkan, pijat oksitosin merupakan terapi komplementer berupa teknik pemijatan pada tulang belakang (vertebrae) hingga tulang costae kelima atau keenam yang ditujukan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui (Naziroh, 2017). Menurut penelitian (Ningsih & Lestari 2019) menunjukkan bahwa terapi

kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

METODE PENELITIAN

Populasi dan Sampel

Penelitian ini ditujukan pada populasi ibu menyusui di Desa Banteran RW 03, Kecamatan Sumbang, karena permasalahan yang paling banyak ditemukan saat survei pada ibu menyusui yaitu permasalahan ASI yang tidak keluar. Sampel penelitian ditentukan dengan kriteria inklusi: Ibu menyusui bayi berusia 0-6 bulan, ibu sehat secara jasmani dan rohani serta kooperatif.

Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar observasi peningkatan atau perubahan produksi air susu ibu (ASI) yang dipantau sebelum dan sesudah pemberian tindakan.

Analisis Data

Proses analisis data dimulai dari pengkajian yang dilakukan kepada responden, kemudian menganalisis permasalahan keperawatan yang muncul, dan membuat rencana asuhan keperawatan serta mengevaluasi tindakan yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1 Rerata Skor Peningkatan Produksi ASI Setelah diberikan Terapi Kombinasi *Hypnobreastfeeding* dan Pijat Oksitosin

Responden	Waktu	Pre	Post	Peningkatan ASI
Responden 1	Hari ke-1	3 ml	50 ml	47 ml
	Hari ke-2	10 ml	65 ml	55 ml
	Hari ke-3	15 ml	125 ml	110 ml
Total Rata-Rata				71 ml
Responden 2	Hari ke-1	15 ml	30 ml	15 ml
	Hari ke-2	15 ml	125 ml	110 ml
	Hari ke-3	25 ml	150 ml	125 ml
Total Rata-Rata				83 ml

Tabel tersebut menunjukkan rata-rata peningkatan produksi ASI *pre* dan *post* pemberian intervensi. Rata-rata peningkatan produksi ASI dalam 3 hari pada responden 1 yaitu 71 ml dan dan responden 2 sebanyak 83 ml. Pada penelitian ini pemberian kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin mampu meningkatkan produksi ASI.

Penelitian ini dilakukan dalam waktu 3 hari berturut-turut dengan menerapkan terapi kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin kepada Ny T dan Ny M di Desa Banteran RW 03. Terapi *hypnobreastfeeding* dilakukan secara langsung kepada pasien, sedangkan pijat oksitosin dilakukan di malam hari secara mandiri oleh responden dan dibantu oleh keluarga. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dalam waktu 3 hari kombinasi pemberian *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI.

Pada hari pertama pemberian terapi kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin, dilakukan pretest dan posttest dengan mengukur jumlah pengeluaran ASI dengan gelas ukur ASI. Jumlah ASI yang dikeluarkan sebelum dilakukan tindakan pada responden 1 sebanyak 3 ml, sedangkan responden 2 sejumlah 15 ml. Sebelum dilakukan tindakan kedua responden mengeluh kelelahan saat ingin menyusui, dan responden 1 mengatakan sulit tidur sebab bayi menangis di malam hari. Setelah dilakukan tindakan *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin dilakukan evaluasi kembali menggunakan gelas ukur ASI. Pada Ny T didapatkan peningkatan ASI sebanyak 50 ml dan Ny M meningkat sebanyak 30 ml.

Pada hari kedua pemberian terapi kombinasi, responden mengatakan bahwa setelah diberikan tindakan *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin menjadi semakin tenang, nyaman, dan rileks saat menyusui. Jumlah produksi ASI Ny T sebelum diberikan tindakan sebanyak 10 ml dan Ny M sebanyak 5 ml. Kemudian jumlah produksi ASI setelah dilakukan tindakan Ny T sebanyak 65 ml dan Ny M 125 ml. Jumlah pengeluaran ASI sebelum tindakan pada hari kedua meningkat dari hari pertama. Namun, pengeluaran ASI Ny T dari sebelum dan sesudah diberikan tindakan tidak mencapai 100 ml, hal ini dikarenakan Ny T mengatakan kurang fokus saat diberikan tindakan *hypnobreastfeeding* dan merasa kurang tenang. Pemberian tindakan *hypnobreastfeeding* memerlukan persiapan untuk menenangkan diri dan pikiran. Oleh karena itu, persiapan ibu untuk menyusui juga memerlukan beberapa aspek yaitu: aspek fisik, pikiran, dan jiwa. Jika ibu dalam keadaan yang lelah, pesimis, dan merasa tidak mampu

memberikan ASI kepada bayinya, maka jumlah pengeluaran ASI akan berpengaruh (Adnyanawati et al. 2023).

Pada hari ketiga pemberian terapi kombinasi, responden mengatakan semakin rileks dan tenang saat ingin menyusui bayi. Penerapan *hypnobreastfeeding* yang dilakukan di pagi hari sebelum menyusui bayi menghadirkan rasa nyaman dan tenang. Responden juga mengatakan penerapan pijat oksitosin di malam hari secara mandiri yang dibantu oleh keluarga berjalan lancar sehingga responden selalu merasa rileks di pagi hari. Hal ini dibuktikan dengan hasil peningkatan produksi ASI setelah diberikan tindakan terapi kombinasi. Pengeluaran produksi ASI Ny T sebanyak 125 ml dan Ny M sebanyak 150 ml. Pada hari ketiga pemberian terapi produksi ASI semakin meningkat dari hari pertama setelah diberikan terapi kombinasi. Selain itu, ibu mengatakan semakin mencintai buah hatinya dan selalu bersungguh-sungguh untuk memenuhi kebutuhan ASI untuk bayi. Terapi kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin mampu menumbuhkan rasa percaya diri ibu untuk menyusui serta menjalin cinta dan kasih ibu terhadap bayi (Ningsih & Lestari 2019).

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin memiliki pengaruh pada peningkatan produksi ASI. Jumlah rata-rata pengeluaran ASI dalam pemberian terapi kombinasi selama tiga hari berturut-turut meningkatkan sebanyak 71-83 ml. Terapi kombinasi ini mampu memberikan rasa nyaman, damai, tenang, dan rileks bagi ibu saat menyusui dengan waktu pelaksanaan tindakan masing-masing 15 menit. Penelitian ini didukung oleh (Adnyanawati et al. 2023) yang menunjukkan bahwa

penerapan terapi kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin dalam tiga hari berturut-turut selama 30 menit mampu meningkatkan produksi ASI menjadi 100 ml. Berdasarkan penelitian lain menunjukkan bahwa terapi kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin yang dilakukan selama empat hari dengan waktu masing-masing tindakan selama 15 menit menunjukkan peningkatan produksi ASI sebesar 77,4 ml. Hal ini dikarenakan rasa tenang dan nyaman ibu saat menyusui mampu meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin sehingga memicu peningkatan produksi ASI (Dini, 2017).

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyanawati, N.N.S., Rosmiyati & Iqmy, L.O. 2023, 'The Effect Of Hypno-Breastfeeding And Oxytocin Massage On Breast Milk Production In Postpartum Mothers', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, Vol. 2, No. 1, Pp. 30–8. DOI: 10.33024.
- Brown, C.R.L., Dodds, L., Legge, A., Bryanton, J. & Semenic, S. 2014, 'Factors influencing the reasons why mothers stop breastfeeding', *Canadian Journal of Public Health*, vol. 105, no. 3, pp. 179–85. DOI: 10.17269/cjph.105.4244.
- Dini, P.R. 2017, 'Pengaruh Kombinasi Hypnobreastfeeding Dengan Stimulasi Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Normal', Politeknik Kesehatan Semarang.

- Kemenkes 2019. *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia Cakupan Bayi dengan ASI Eksklusif*. Jakarta: www.depkes.go.id.
- Kemenkes 2023. *ASI Eksklusif*. Jakarta: <https://yankes.kemkes.go.id>.
- Naziroh, U. 2017, 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Primipara', *Jurnal Keperawatan*, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika.
- Nie, J., Ye, J., Wu, S., Wang, N., Li, Y., Liu, Y., Reheman, Z., Wu, J., Yang, J. & Shi, Y. 2023, 'Beyond mothers: the crucial role of family caregivers' knowledge on exclusive breastfeeding in rural western China', *International Breastfeeding Journal*, vol. 18, no. 1, pp. 1–10. DOI: 10.1186/s13006-023-00596-8.
- Ningsih, F. & Lestari, R.M. 2019, 'Efektifitas Kombinasi Pijat Oksitosin dan Hypno Breastfeeding terhadap Optimalisasi Produksi ASI pada Ibu Nifas', *Jurnal Surya Medika*, vol. 5, no. 1, pp. 174–87. DOI: 10.33084/jsm.v5i1.958.
- Salamah, U. & Prasetya, P.H. 2019, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, vol. 5, no. 3, pp. 199–204. DOI: 10.33024/jkm.v5i3.1418
- Stuebe, A. 2009, *The Risks of Not Breastfeeding for Mothers and Infants*, PubMed Central.
- Widiastuti, Y.P. & Jati, R.P. 2020, 'Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dengan Operasi Sesar', *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, vol. 9, no. 3, p. 282. DOI: 10.31596/jcu.v9i3.633.
- Zaen, N.L. 2022, 'The Effect of Hypnobreastfeeding on the Fluency of Mother's Milk (ASI) in Postpartum Mothers at the Leni Langsa Independent Maternity Home in 2022', *Science Midwifery*, vol. 10, no. 5, pp. 3584–93. DOI: 10.35335/midwifery.v10i5.900.