



HUSBAND PARTICIPATION AND BACK MASSAGE HELP THE SMOOTH EXPENDITURE OF BREAST MILK IN POST PARTUM MOTHERS

Oleh

Sevuia Azima¹, Asmawati Gasma^{2*}, Maria Sonda³, Syaniah Umar⁴, Indriani⁵,
Ros Rahmawati⁶

^{1,2,3,4,5,6}Jurusan Kebidanan Poltekkes Makassar

E-mail: ¹seviaazima@gmail.com, ^{2*}asmawatigasma@poltekkes-mks.ac.id,
³mariasonda@gmail.com, ⁴syaniahumar@poltekkes-mks.ac.id,
⁵indrianiamin@gmail.com, ⁶rosrahmawati@poltekkes-mks.ac.id

Abstrak

Proses menyusui dapat berlangsung tanpa kesulitan, salah satu faktor penting yang harus dipenuhi ialah kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Partisipasi suami dapat membantu kelancaran pengeluaran ASI. Partisipasi suami sangat membantu secara praktis, fisik serta emosional. Pijat punggung dapat mempengaruhi faktor psikologis, sehingga dapat meningkatkan relaksasi dan tingkat kenyamanan pada Ibu sehingga memicu produksi hormon oksitosin yang mempengaruhi pengeluaran ASI. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh partisipasi suami dan pijat punggung dapat membantu kelancaran pengeluaran ASI pada Ibu post partum di puskesmas Mamajang kota Makassar. Subyek penelitian ini adalah Ibu Post Partum di Puskesmas Mamajang Kota Makassar. Desain penelitian menggunakan teknik Pretest Posttest One Group Design. Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistic uji T, dengan tingkat kepercayaan $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi suami yang baik mendukung kelancaran pengeluaran ASI. Pijat punggung yang dilakukan dalam waktu tiga hari terbukti dapat membantu kelancaran pengeluaran ASI. Oleh karena itu, diharapkan kepada petugas kesehatan khususnya bidan untuk memberikan edukasi kepada Ibu post partum tentang manfaat pijat punggung untuk mempercepat pengeluaran ASI.

Kata Kunci: Partisipasi Suami, Pijat Punggung, ASI

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) sebagai makanan yang berkualitas yaitu makanan terbaik yang harus diberikan oleh seorang Ibu pada bayinya. Proses menyusui dapat berlangsung tanpa kesulitan, salah satu faktor penting yang harus dipenuhi ialah kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Penyebab masih adanya Ibu tidak menyusui bayinya karena berbagai alasan misalnya takut gemuk, payudara kendur dan sibuk. Disisi lain ada juga Ibu yang ingin menyusui bayinya, tetapi mengalami kendala salah satunya produksi dan pengeluaran ASI kurang lancar (Runjati, 2017:479).

Partisipasi suami merupakan pemberian dukungan suami secara praktis, fisik serta emosional akan meningkatkan hubungan pasangan menjadi lebih harmonis, membuat perasaan Ibu menjadi bahagia, dan memberi

kenyamanan pada Ibu sehingga dapat meningkatkan kelancaran produksi dan pengeluaran ASI.

Partisipasi suami bisa diwujudkan dengan melakukan pijat punggung pada Ibu. Pijat punggung dapat mempengaruhi faktor psikologis, sehingga dapat meningkatkan relaksasi dan tingkat kenyamanan pada Ibu sehingga memicu produksi hormon oksitosin dan mempengaruhi pengeluaran ASI. Efek dari pijat punggung yaitu produksi ASI lebih banyak dan ASI keluar lancar lebih awal yaitu pada hari kedua.

Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia tahun 2016, Ibu yang mengalami produksi dan pengeluaran ASI tidak lancar yaitu sekitar 70,5% dan pada tahun 2017 sekitar 64,73%. Di Sulawesi Selatan pada tahun 2016 Ibu yang mengalami produksi dan pengeluaran



ASI tidak lancar yaitu sekitar 61,5% dan pada tahun 2017 sekitar 57,87%. Data dari profil kesehatan kota Makassar tahun 2016, Ibu yang mengalami produksi dan pengeluaran ASI tidak lancar yaitu sekitar 56,8% dan pada tahun 2017 sekitar 54,8%.

Berdasarkan data dari Rekam medik di Puskesmas Mamajang tahun 2016 sebanyak 224 Ibu nifas dan yang mengalami produksi dan pengeluaran ASI tidak lancar yaitu sekitar 23,5% dan pada tahun 2017 sebanyak 207 Ibu nifas dan yang mengalami produksi dan pengeluaran ASI tidak lancar yaitu sekitar 22,9%.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Erna Erawati, Wiwin Reni dan Lulut Handayani (2014) di Kelurahan Wates Kota Magelang menyatakan bahwa Partisipasi suami memiliki efek yang sangat besar untuk mendorong wanita menyusui, karena ada atau tidak adanya partisipasi suami sangat penting dalam kondisi mental istri.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Nur Safitri, Susilaningih, dan Ardi Panggayuh (2015) menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat punggung terhadap percepatan pengeluaran ASI. Pengaruh tersebut adalah ibu postpartum yang mendapat perlakuan pijat punggung mengeluarkan ASI lebih cepat dibanding yang tidak mendapatkan pijatan

Oleh sebab itu berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Partisipasi Suami dan Pijat Punggung membantu Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum di Kota Makassar”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian Quasy Eksperimen, dengan rancangan Pre-test – Post-test One Group Design. Populasi adalah ibu nifas dan sampel sejumlah 7 orang dengan teknik random sampling. Instrumen penelitian adalah peneliti sendiri menggunakan kuesioner serta daftar checklist. Kuesioner sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

Pengolahan data dilakukan menggunakan SPSS versi 20 dan disajikan dalam bentuk tabel serta grafik. Analisis data dilakukan Univariat

yaitu partisipasi suami dengan persentasi dan Bivariat dengan Uji Paried T Test, $\alpha = 0.05$
Rumus Pairet T Tast;

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2} - 2r \left(\frac{S_1}{\sqrt{n_1}}\right) \left(\frac{S_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Keterangan:

\bar{X}_1 = rata-rata sampel sebelum perlakuan

\bar{X}_2 = rata-rata sampel setelah perlakuan

S_1 = simpangan baku sebelum perlakuan

S_2 = simpangan baku setelah perlakuan

n_1 = jumlah sampel sebelum perlakuan

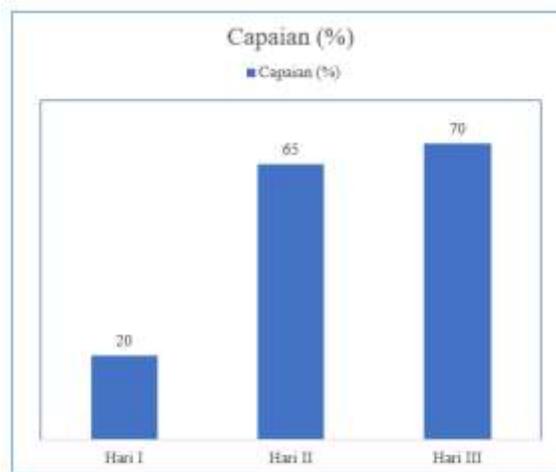
2 = jumlah sampel setelah perlakuan

HASI DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pelaksanaan; Pijat punggung dilakukan sebanyak 3 kali selama tiga hari. Sebelum melakukan pijat punggung, maka dilakukan observasi kelancaran pengeluaran ASI menggunakan Checklist, agar dapat mengetahui progres kelancaran ASI setelah dilakukan pemijatan pada hari pertama, kedua dan ketiga.

Adapun hasil Pijat punggung dapat dilihat pada grafik 1 di bawah ini.



Grafik 1. Partisipasi Suami dan kelancaran pengeluaran ASI

Grafik 1 menunjukkan perkembangan partisipasi suami dari hari pertama, hanya mencapai 20%, hari kedua 65% dan hari ketiga mencapai 70%.

Selanjutnya hasil pijat punggung hari pertama, kedua dan ketiga dapat dilihat pada grafik berikut;



Grafik 2. Pijat Punggung dengan kelancaran pengeluaran ASI Hari I, II, III

Pembahasan

a. Partisipasi suami dengan kelancaran pengeluaran ASI

Grafik satu menunjukkan perkembangan hasil pengukuran partisipasi suami pada hari pertama, terlihat sudah ada namun belum sesuai yang diharapkan, hal tersebut mungkin dipengaruhi oleh rasa segan dan malu karena berada di lingkungan rawat inap dimana ada orang lain sehingga tidak secara bebas melakukan bantuan atau partisipasi kepada istrinya. Pada hari kedua setelah mulai menyesuaikan diri, maka suami mulai lebih berani mendekati istri terbukti dengan partisipasi semakin meningkat menjadi 65%. Pada hari ketiga sudah mencapai 70% partisipasi suami.

Dukungan atau partisipasi suami sangat berpengaruh terhadap psikologis ibu, karena merasa bahwa tanggungjawab sebagai seorang ibu tidak sendiri tetapi ada dukungan yang besar yang diberikan oleh suami menjadi tanggung jawab bersama dalam merawat bayinya. Hal tersebut memberikan rasa tenang dan bahagia kepada ibu sehingga tidak ada beban karena tanggungjawab tersebut dilakukan secara bersama-sama.

Hasil penelitian tersebut di atas sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Erna E,

Wiwin R serta Lulut H (2014) dinkota Magelang yaitu partisipasi suami memiliki efek yang sangat besar untuk mendorong wanita menyusui.

b. Pijat Punggung dengan kelancaran pengeluaran ASI.

Pada kegiatan pijat punggung dilakukan hari pertama, maka belum ada ASI keluar. Sedangkan hari kedua dilakukan pijat punggung maka terlihat pada grafik ada tiga ibu yang telah terjadi pengeluaran ASI dan hari ketiga menunjukkan bahwa semua subjek telah mengeluarkan ASI dengan lancar.

Pijat punggung merupakan pemijatan pada daerah tulang belakang leher, punggung atau sepanjang tulang belakang (vertebra) sampai tulang kosta kelima dan keenam terdapat saraf servikalis, saraf tersebut akan meneruskan rangsangan ke sistem saraf pusat yaitu hipotalamus selanjutnya akan meneruskan pesan ke kelenjar hipofise posterior untuk produksi hormon oksitosin. Oksitosin akan dikeluarkan dan dikirim ke payudara sehingga akan merangsang kontraksi otot yang mengelilingi alveoli dan terjadilah milk ejection atau pengeluaran ASI. Hasil penelitian ini sesuai dengan apa yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu oleh Safitri W., dkk (2015) yaitu pijat punggung dan percepatan pengeluaran ASI pada ibu post Partum di Malang, dengan hasil bahwa ibu yang dilakukan pijat punggung mengeluarkan ASI lebih cepat dibandingkan dengan ibu yang tidak dilakukan pijat punggung.

Kelancaran pengeluaran ASI hari pertama belum terlihat, ditunjang dengan hasil partisipasi suami juga masih sangat rendah, pada hari kedua partisipasi suami meningkat dan pengeluaran ASI sudah terlihat pada tiga ibu post partum, hari ketiga dengan partisipasi suami mencapai 70% maka pengeluaran ASI sudah 100%.

Suami yang memberikan dukungan secara fisik, psikologis serta komunikasi yang baik kepada ibu terlihat pada grafik bahwa dukungan tersebut memberikan kontribusi yang sangat besar dengan kelancaran pengeluaran ASI, demikian juga dengan pijat punggung yang dilakukan oleh peneliti memberikan



kontribusi secara signifikan pada kelancaran pengeluaran ASI.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Partisipasi suami yang baik dapat memberi kontribusi terhadap kelancaran pengeluaran ASI
2. Pijat punggung tiga hari terbukti dapat membantu kelancaran pengeluaran ASI

Saran

1. Penelitian ini direkomendasikan kepada para suami agar dapat berpartisipasi berupa dukungan terhadap istri untuk membantu kelancaran pengeluaran ASI
2. Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan agar dapat memberikan edukasi kepada ibu post partum manfaat pijat punggung untuk kelancaran pengeluaran ASI

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Astuti, S., dkk. 2015, Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui, Erlangga. Jakarta
- [2] Astutik, Yuli R., 2017. Payudara dan Laktasi. Salemba Medika. Jakarta
- [3] Bahiyatun, 2013. Buku Ajar Asuhan kebidanan masa nifas dan Menyusui. EGC. Jakarta
- [4] Erawati E., Wiwin R., & Lulut H., 2014. Partisipasi suami Dalam Pemberian ASI. Polkesmar (online) diakses 18 Oktober 2018.
- [5] Haryono, Rudy. 2014. Manfaat ASI Eksklusif untuk Buah Hati Anda. Gosyen Publishing. Yogyakarta.
- [6] Maryuni, Anik. 2015. Inisiasi Menyusu Dini dan Manajemen Laktasi. Jakarta
- [7] Safitri W., dkk. 2015. Pijat Punggung dan percepatan Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Malang. Polkesma. <https://adoc.pub/pijat-punggung-dan-percepatan-pengeluaran-asi-pada-ibu-post-.html> diakses tgl 18 Oktober 2018.