

THE EFFECT OF A COMBINATION ROLLING MASSAGE OF BACK AND BREAST TREATMENT ON PRODUCTION OF BREAST MILK IN THE INDEPENDENT PRACTICE ROSITA OF PEKANBARU

Delvia Rehulina¹, Lailiyana², Hamidah³
Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau
Delviarehulinaaa@gmail.com

Article Info

Article history

Received date:
Revised date:
Accepted date:

Abstract

Production of breast milk (ASI) is not smooth on the first day of childbirth is a factor causing the low coverage of exclusive breastfeeding. The purpose of this study was to determine the effect of combination of back rolling massage and breastcare on production of breast milk. Type of quantitative research with quasy experimental. Population is 78 people. Samples taken to 20 postpartum mothers with purposive sampling technique. Data analysis using the Mann Withney test with a 95% confidence level. The results of the study showed the average milk production in the group that carried out a combination of rolling massage and breastcare was 155.00 ml (SD: 47.765) and the group performed rolling massage was 85.50 ml (SD: 10.916). There is combination of rolling massage and breastcare effects on breast milk production ($p = 0,000$), which is combination of rolling massage and breast care more effective to increase milk production.

Keywords:

Rolling Massage, Breast care, ASI Production

Abstrak

Produksi Air Susu Ibu (ASI) yang tidak lancar pada hari pertama masa nifas menjadi faktor penyebab rendahnya cakupan ASI eksklusif. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kombinasi *rolling massage* punggung dan perawatan payudara terhadap produksi ASI. Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *quasy eksperimen*. Populasi berjumlah 78 orang. Sampel diambil berjumlah 20 ibu nifas dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Mann Withney* dengan derajat kepercayaan 95%. Hasil penelitian rata-rata produksi ASI pada kelompok yang dilakukan kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara adalah 155,00 ml (SD: 47,765) dan kelompok yang dilakukan *rolling massage* adalah 85,50 ml (SD: 10,916). Ada pengaruh kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara terhadap produksi ASI ($p=0,000$) yaitu kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara lebih efektif untuk meningkatkan produksi ASI.

Kata Kunci

Rolling Massage, Perawatan Payudara, Produksi ASI.

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama 6 bulan pertama kehidupan bayi. Seorang ibu sering mengalami masalah dalam pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya produksi ASI yang tidak lancar. (Wulandari dan Handayani, 2011).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2016, cakupan ASI eksklusif diseluruh dunia hanya sekitar 36% selama periode 2007-2014. Berdasarkan hasil Riskesdas (2012), cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia sebesar 54,3%, dimana persentase tertinggi Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) sebesar 79,7% dan terendah di Provinsi Maluku sebesar 25,2%. Angka ini dirasakan masih sangat rendah bila dibandingkan target pencapaian ASI eksklusif tahun 2015 sebesar 60% dan target tahun 2016 dan 2017 sebesar 80%.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan Provinsi Riau pada tahun 2017 menunjukkan cakupan pemberian ASI eksklusif hanya sekitar 28,57% terjadi sedikit peningkatan bila dibandingkan dengan tahun 2016 sebesar 25,0%. Provinsi Riau terdapat beberapa Kabupaten/Kota salah satunya di Kota Pekanbaru cakupan ASI eksklusif pada tahun 2015 sebesar 71,26% dan terjadi penurunan pada tahun 2016 sebesar 20,67%. Cakupan ASI eksklusif yang terendah di Kota Pekanbaru tahun 2016 yaitu di kecamatan Tampan wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo sebesar 30,56% (Dinas Kota Pekanbaru, 2016). Angka ini masih sangat rendah dan menunjukkan bahwa

pencapaian pemberian ASI eksklusif di Provinsi Riau belum mencapai target nasional yaitu sebesar 80% (Dinas Kota Pekanbaru, 2016).

Produksi ASI yang rendah sangat mempengaruhi kesehatan bayi dan psikologis ibu. Upaya yang dapat dilakukan berupa pijatan, rangsangan, tekanan pada daerah payudara atau titik tertentu sehingga lebih optimal dalam memproduksi ASI. Rangkaian dari tekanan dan sentuhan tangan pada bagian tubuh melakukan manipulasi diatas kulit dan memberikan rangsangan syaraf untuk mengeluarkan hormon prolaktin yang berguna untuk memproduksi ASI sehingga mengeluarkan ASI dengan cepat. Metode ini aman dan sangat efektif tetapi membutuhkan kedisiplinan dan ketelatenan (Astutik, 2014).

Upaya lainnya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI menurut Fithrah Nurhanifah, 2013 dan Enok Nurliawati, 2016 dapat dilakukan dengan berbagai macam cara atau metode diantaranya adalah kecukupan nutrisi ibu, hindari pemberian susu formula, hindari penggunaan DOT / empeng, hindari stres, metode pijat Oksitosin, Teknik Marmet, Kompres hangat, *Rolling Massage* punggung, *Breast Care*, dan Metode SPEOS (Yuliati, 2017).

Berdasarkan survei yang dilakukan peneliti di wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo terdapat 2 Praktik Mandiri Bidan (PMB) dengan jumlah persalinan dan nifas terbanyak dengan cakupan ASI rendah yaitu Praktik Mandiri Bidan Hasna Dewi dan Praktik Mandiri Bidan Rosita. Setelah dilakukan wawancara pada Praktik Mandiri Bidan Rosita jumlah persalinan pada 3 bulan terakhir adalah 97 orang dan Praktik Mandiri Bidan Rosita

tidak melakukan upaya untuk meningkatkan ASI seperti massage dan perawatan payudara. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kombinasi Rolling Massage Punggung dan Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Di Praktik Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *quasy eksperimen* pada variabel dependen dan independen dengan cara membandingkan antara 2 kelompok yaitu kelompok yang diberikan perlakuan *rolling massage* dan perawatan payudara dan kelompok yang diberikan perlakuan *rolling massage* saja. Populasi berjumlah 78 orang. Sampel diambil berjumlah 20 ibu nifas dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Mann Withney*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Pengaruh Kombinasi Rolling Massage Dan Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Di Praktik Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru Pada Bulan Januari-Maret 2020.

Kelompok	N	Mean	SD	Mean Rank	Min-Max	Mann-Whitney-U	Nilai-P
Kombinasi rollingmassage dan perawatan payudara	10	155.00	45.765	15.50	115-255	0.000	0.000
Rolling massage	10	85.50	10.916	5.50	70-100		

Dari tabel 5.1 dapat dilihat bahwa rata-rata produksi ASI pada kelompok yang dilakukan kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara adalah 155,00 ml (SD: 47,765) dan kelompok yang dilakukan *rolling massage* adalah 85,50 ml (SD: 10,916). Hasil uji statistik *Man Whitney* dengan derajat kepercayaan 95% menunjukkan ada pengaruh kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara terhadap produksi ASI (*p value*: 0,000) dengan *Mean Rank* untuk kelompok kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara lebih tinggi yaitu 15,50 ml dibandingkan kelompok *rolling massage* saja yaitu 5,50 ml yang artinya bahwa produksi ASI lebih banyak pada kelompok yang dilakukan kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara dibandingkan kelompok yang dilakukan *rolling massage* saja.

Rolling massage telah diteliti dapat meningkatkan produksi ASI dari berbagai penelitian terdahulu diantaranya penelitian yang dilakukan Elvika Fit Ari Shanti, (2018) di PMB Sri Sukeni Sleman yang berjudul “Efektifitas produksi ASI pada ibu postpartum dengan *rolling massage* (punggung)” dimana didapatkan hasil bahwa kelompok yang diberikan intervensi *rolling massage* punggung dapat mempengaruhi produksi ASI menjadi lebih besar dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan *rolling massage* PMB Sri Sukeni Sleman yang dinilai dengan mengukur perbandingannya pada berat badan bayi. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian uji t sampel menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna ($p=0.023 < \alpha$) produksi ASI (berat badan bayi) antara kelompok kontrol ($2687,07 \pm 160,155$) dengan

kelompok perlakuan (2846,13±198,968).

Begitu juga dengan perawatan payudara, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Siti Nur Soleha pada tahun 2019 yang berjudul “Pengaruh perawatan payudara terhadap produksi ASI ibu nifas” didapatkan hasil bahwa responden yang melakukan perawatan payudara rata-rata memiliki produksi ASI yang cukup sedangkan yang tidak melakukan perawatan payudara rata-rata produksinya kurang, dibuktikan dengan analisis menggunakan uji korelasi dan didapatkan $p\ value = 0,002$ yang artinya bahwa perawatan payudara pada ibu nifas berhubungan positif terhadap peningkatan produksi ASI. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa gerakan pada perawatan payudara bermanfaat untuk melancarkan reflek pengeluaran ASI. Perawatan payudara merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan jumlah ASI pada payudara, selain itu juga dapat mencegah terjadinya bendungan ASI maupun masalah menyusui lainnya.

Berdasarkan hasil pengumpulan data di Praktik Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru menunjukkan hasil bahwa kelompok intervensi yang dilakukan kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara memiliki rata-rata produksi ASI lebih banyak yaitu 155,00 ml (SD: 47,765) dibandingkan dengan kelompok yang dilakukan *rolling massage* saja yaitu 85,50 ml (SD: 10,916). Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh kombinasi *rolling massage* punggung dan perawatan payudara terhadap produksi ASI ($p\ value: 0,000$) dengan *Mean Rank* untuk kelompok

kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara lebih tinggi yaitu 15,50 ml dibandingkan kelompok *rolling massage* saja yaitu 5,50 ml yang artinya bahwa produksi ASI lebih banyak pada kelompok yang dilakukan kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara dibandingkan kelompok yang dilakukan *rolling massage* saja.

Pada penelitian ini penulis melakukan intervensi *rolling massage* diikuti dengan perawatan payudara pada ibu menyusui.

Rolling massage adalah tindakan yang memberikan sensasi rileks pada ibu serta melancarkan aliran syaraf serta saluran ASI sehingga dapat memberikan kenyamanan dan membuat rileks ibu dengan merangsang pengeluaran hormon endorfin serta dapat menstimulasi reflek oksitosin sehingga dapat merangsang produksi ASI. Selain itu pada saat dilakukan *rolling massage* dengan melakukan pemijatan pada titik tertentu juga dapat menghilangkan sumbatan dalam darah dan energi di dalam tubuh akan kembali lancar (Mulyati, 2009).

Rolling massage yang dilakukan dengan perawatan payudara akan lebih meningkatkan kelancaran sirkulasi darah pada payudara dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI dikarenakan pada saat perawatan payudara dilakukan langsung pada kedua payudara, sehingga kombinasi dari kedua intervensi ini akan lebih maksimal dalam meningkatkan produksi maupun kelancaran ASI.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada bulan Agustus sampai dengan Maret 2020 tentang pengaruh

kombinasi *rolling massage* punggung dan perawatan payudara terhadap produksi ASI di Praktik Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa :

- Rata-rata Produksi ASI pada kelompok kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara yaitu 15,50 ml.
- Rata-rata produksi ASI pada kelompok *rolling massage* yaitu 5,50 ml.
- Terdapat pengaruh kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara terhadap produksi ASI ($p=0,000$) yaitu kombinasi *rolling massage* dan perawatan payudara lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas.

UCAPAN TERIMA KASIH

- Husnan, S. Kp, MKM selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
- Pimpinan Praktik Mandiri Bidan Rosita Kota Pekanbaru yang menyediakan tempat untuk melakukan penelitian.
- Hj. Juraida Roito Hrp, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau.
- Seluruh dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan bimbingan, masukan, pengarahan, petunjuk, motivasi, kritik dan saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alhadar Farida, dkk. 2017. "Pengaruh Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Produksi Asi" Jurnal Riset Kesehatan, 6 (1),

<http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrk>

- Astutik, 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*, Jakarta : Salemba Medika
- Ekawati Henny, 2017. "Pengaruh *Rolling Massage Punggung Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas*". *Medical Technology and Public Health Journal (MTPH Journal)*
- Enok Nurliawati. 2016. *Pengeluaran Asi*. Jakarta : Kencana Predia Media Group
- Ernawati Evy, Ninik Rosidah. 2019. "Motivasi Ibu Nifas Dalam Perawatan Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Tegalrejo Kabupaten Magelang" *Joh Volume 4 Nomor 1*
- Fithrah Nurhanifah. 2013. *Perbedaan Efektifitas Massage Punggung Dan Kompres Hangat Payudara* . *Jurnal Keperawatan*, Issn 2086-3071 , 100-108.
- Maryunani, Anik. 2009. *Asuhan Pada Ibu Dalam Masa Nifas (Postpartum)*. Jakarta : Trans Info Media.
- Monika. 2014. *Buku Pintar Asi Dan Menyusui*. Jakarta : Pt Mizan Publika.
- Nugroho. T. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas, Anak, Bedah Dan Penyakit Dalam*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Prasetyono, 2012. *Buku Pintar Asi Eksklusif*. Yogya: Diva Press
- Saleha Sitti, 2013. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta :Salemba Medika.
- Shanti Elvika. 2018. "Efektifitas Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dengan Massage Rolling (Punggung)" *Midwifery Journal*. Vol. 3 No. 1

- Sulistiyawati. A. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta : Cv Anai Offset.
- Soleha Nur sitti,dkk. 2019. “Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas” *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, Vol. 6, No. 2
- Tyfani Maria Beatrix Tyfani.2017. “Hubungan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post-Partum Di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang” *Nursing News Volume 2, Nomor 1*.
- Usman Arifa, 2017. “Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Produksi Asi Di Rsu Sawerigading Kota Palopo”
- Usman Hastuti. 2019. “Kombinasi Metode Pijat Woolwich dan Massage Rolling (punggung) Mempengaruhi Kecukupan ASI Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Mapane Kabupaten Poso” Penerbit: Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palu.
- Utami Nurdella Artalia. 2018. “Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Kecamatan Pontianak Selatan”
- Wulandari, S.R Handayani, S, 2011. *Asuhan Kebidanan Ibu Pada Masa*

