

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka Kematian Bayi (AKB) dan Angka Kematian Balita (AKABA) di Indonesia masih cukup tinggi. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012, Angka Kematian Bayi (AKB) menjadi 32 per 1000 kelahiran hidup dan Angka Kematian Balita (AKABA) 40 per 1000 kelahiran hidup. Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup angka ini sedikit menurun jika dibandingkan dengan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 1991, yaitu sebesar 390 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini sedikit menurun meskipun tidak terlalu signifikan. Target global MDGs (*Millenium Development Goals*) ke-5 adalah menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) menjadi 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015. Pentingnya Air Susu Ibu (ASI) eksklusif yaitu untuk meningkatkan kecerdasan, meningkatkan jalinan kasih sayang, dan untuk memenuhi kebutuhan bayi. Banyaknya orang tua tidak mengetahui tentang pijat oksitosin (Yohmi, 2009).

Salah satu penyebab kematian bayi dan balita tersebut adalah faktor gizi, dengan penyebab antara lain karena buruknya pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kelancaran

produksi dan pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) yaitu perawatan payudara frekuensi penyusunan, paritas, stres, penyakit atau kesehatan ibu. Konsumsi rokok atau alkohol, pil kontrasepsi, asupan nutrisi (Bobak, 2005).

Di Indonesia dukungan pemerintah terhadap pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif telah dilakukan berbagai upaya seperti Gerakan Nasional Peningkatan penggunaan Air Susu Ibu (GNPP-ASI), Gerakan Masyarakat Peduli Air Susu Ibu (ASI) dan Kebijakan Peningkatan Penggunaan Air Susu Ibu (PP-ASI). Tetapi dalam kenyataannya hanya 4 % bayi yang mendapat Air Susu Ibu (ASI) pada 1 jam pertama kelahirannya dan 8 % bayi yang mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif. Padahal sejak tahun 2000 pemerintah menargetkan pencapaian pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif sebanyak 80 % (Roesli, 2007).

Air Susu Ibu (ASI) bisa mencerdaskan dan meningkatkan kualitas generasi muda bangsa, setiap bayi yang diberi Air Susu Ibu (ASI) akan mempunyai kekebalan alami terhadap penyakit karena Air Susu Ibu (ASI) banyak mengandung antibodi, zat kekebalan aktif yang akan melawan masuknya infeksi kedalam tubuh bayi. Saat ini sekitar 40 % kematian balita terjadi pada satu bulan pertama kehidupan bayi, dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI) akan mengurangi 22 % kematian bayi dibawah 28 hari, dengan demikian kematian bayi dan balita dapat dicegah melalui pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif dari dini sejak bayi dilahirkan (Roesli, 2007).

Air susu ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah bagi bayi dalam kandungan gizi paling sesuai untuk pertumbuhan optimal (Hegar, 2008). Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan agar setiap bayi baru lahir mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan, namun pada sebagian ibu tidak memberikan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif karena alasan Air Susu Ibu (ASI) nya tidak keluar atau hanya keluar sedikit sehingga tidak memenuhi kebutuhan bayinya.

Kenyataannya pengetahuan masyarakat tentang Air Susu Ibu (ASI) eksklusif masih sangat kurang, dan ibu sering kali memberikan makanan kepada bayi yang baru beberapa hari atau beberapa minggu sudah memberikan bayinya nasi atau pisang yang sudah dihaluskan (Astriyani, 2011).

Sebenarnya, Air Susu Ibu (ASI) yang keluar pada hari-hari pertama kelahiran adalah kolostrum yang memiliki manfaat yang sangat baik bagi bayi. Adapun perawatan payudara untuk memperbanyak produksi Air Susu Ibu (ASI) yaitu dengan teknik *breast care*, senam payudara, pemijatan payudara dan pijat *oksitosin* (Biancuzzo, 2003).

Oleh karena itu perlu adanya upaya pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) untuk beberapa ibu post partum normal. Dalam beberapa upaya pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) ada 2 hal yang mempengaruhi yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi Air Susu Ibu (ASI) dipengaruhi oleh hormon *prolaktin* sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon *oksitosin*.

Pengeluaran hormon *oksitosin* selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada *sistem duktus*, bila *duktus* melebar atau menjadi lunak maka secara *reflektoris* dikeluarkan *oksitosin* oleh *hipofise* yang berperan untuk memeras air susu dari *alveoli* (Soetjiningsih, 1997).

Hormon *oksitosin* akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon *oksitosin* keluar dan Air Susu Ibu (ASI) cepat keluar (WBW, 2007).

Petugas kesehatan mengajarkan kepada keluarga agar dapat membantu ibu melakukan pijat *oksitosin* karena teknik pijatan ini cukup mudah dilakukan dan tidak menggunakan alat tertentu. Asupan nutrisi yang seimbang dan memperbanyak konsumsi sayuran hijau serta dukungan suami dan keluarga juga sangat dibutuhkan untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran Air Susu Ibu (ASI).

Pijat *oksitosin* merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi Air Susu Ibu (ASI). Pijat *oksitosin* adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae kelima – keenam* dan merupakan usaha untuk merangsang hormon *prolaktin* dan *oksitosin* setelah melahirkan (Indriyani, 2006). Melalui pijatan atau

rangsangan pada tulang belakang, *neurotransmitter* akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hypofise posterior* untuk mengeluarkan *oksitosin* sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Dengan pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon *oksitosin* keluar dan akan membantu pengeluaran Air Susu Ibu (AKI), dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal (Guyton, 2007).

Pijat *oksitosin* sangat berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga Air Susu Ibu (ASI) secara otomatis keluar. Bahwa kombinasi teknik marmet dan pijat *oksitosin* dapat meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI) (Siswianti, 2009).

Melalui pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, *neurotransmitter* akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hypofise posterior* untuk mengeluarkan *oksitosin* sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Dengan pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon *oksitosin* keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal (Guyton, 2007).

Usaha untuk merangsang hormon *prolaktin* dan *oksitosin* pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras Air Susu Ibu (ASI), dapat dilakukan perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan puting susu, sering-sering menyusui bayi meskipun Air Susu Ibu (ASI) belum keluar, menyusui dini dan teratur serta pijat *oksitosin* (Biancuzzo, 2003). Pada sebagian ibu mungkin saja terjadi kesulitan pengeluaran Air Susu Ibu (ASI), namun lebih banyak ibu post partum normal yang terpengaruh dengan mitos sehingga ibu tidak yakin bisa memberikan Air Susu Ibu (ASI) pada bayinya (Indriyani, 2006).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan pijat *oksitosin* pada pasien post partum di wilayah Puskesmas Sambiroto Kedung Mundu.

B. Rumusan Masalah

Produksi Air Susu Ibu (ASI) ibu yang diberikan pijat *oksitosin* berbeda dengan tanpa pijat *oksitosin*. Karena pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain Air Susu Ibu (ASI) tidak segera keluar setelah melahirkan produksi Air Susu Ibu (ASI) kurang, bayi kesulitan untuk menghisap puting susu ibu, ibu masih merasakan nyeri setelah melahirkan sehingga menyebabkan ibu tidak memberikan Air Susu Ibu (ASI) nya pada hari-hari pertama kelahiran bayi. Faktor hisapan bayi yang tidak aktif (pada masa laktasi, bila ibu tidak menyusukan bayinya sesering mungkin atau jika tidak aktif menghisap, maka akan menimbulkan bendungan Air Susu Ibu (ASI)).

Dan dilakukan teknik untuk memperbanyak produksi Air Susu Ibu (ASI) antara lain perawatan payudara yang dilakukan terhadap payudara atau *breast care*, senam payudara, pemijatan payudara dan pijat *oksitosin*. Karena bayi tidak dapat menghisap puting dan *areola*, bayi tidak mau menyusui dan akibatnya terjadi bendungan Air Susu Ibu (ASI). Puting susu terlalu panjang (puting susu yang panjang menimbulkan kesulitan pada saat bayi menyusui karena bayi tidak dapat menghisap *areola* dan merangsang sinus laktiferus untuk mengeluarkan Air Susu Ibu (ASI).

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu mengetahui Penerapan Pijat *Oksitosin* Pada Pasien Ibu Post Partum Normal Di Wilayah Puskesmas Sambiroto Kedung Mundu Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menjelaskan dengan benar pengertian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif
- b. Menjelaskan manfaat Air Susu Ibu (ASI) Bagi bayi, ibu, keluarga dan negara
- c. Menjelaskan dengan benar proses laktasi

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil laporan kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya dapat dipergunakan sebagai masukan bagi ibu post partum juga bagi penolong persalinan dan memberikan edukasi agar dapat menerapkan beberapa teknik pemijatan

untuk meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI), khususnya pijat oksitosin.



BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Konsep Teori Air Susu

1. ASI Eksklusif

Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI) tanpa tambahan makanan dan minuman lain selama umur 0 – 6 bulan, bayi harus diberi kesempatan menyusui tanpa dibatasi frekuensi dan durasinya. Menyusui secara eksklusif selama 6 bulan dan meneruskan untuk menyusui hingga 2 tahun akan berkontribusi untuk memberikan makanan sehat dengan kualitas energi serta gizi yang baik untuk anak sehingga membantu mengurangi kelaparan dan kurang gizi. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) termasuk kolostrum tanpa tambahan apapun sejak dari lahir, dengan kata lain pemberian susu formula, air matang, air gula dan madu untuk bayi baru lahir tidak dibenarkan.

Sesungguhnya, yang dimaksud dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah bayi hanya diberi Air Susu Ibu (ASI) selama 6 bulan tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan nasi tim, kecuali vitamin, mineral, dan obat. Selain itu, pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif juga berhubungan dengan tindakan memberikan Air Susu Ibu (ASI) kepada bayi hingga berusia 6 bulan tanpa makanan dan minuman lain, kecuali sirop obat.

Setelah 6 bulan, bayi boleh diberi makanan pendamping Air Susu Ibu (ASI) Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI), dan Air Susu Ibu (ASI) masih diberikan hingga bayi berusia 2 tahun atau lebih. Sungguh, tidak ada yang bisa menggantikan komposisi Air Susu Ibu (ASI), karena Air Susu Ibu (ASI) didesain khusus untuk bayi, sedangkan susu formula memiliki komposisi yang jauh berbeda, yang tidak dapat menggantikan fungsi Air Susu Ibu (ASI). Air Susu Ibu (ASI) mengandung semua nutrisi penting yang diperlukan bayi untuk tumbuh kembangnya, serta antibodi yang bisa membantu bayi membangun sistem kekebalan tubuh dalam masa pertumbuhannya

Proses pemberian Air Susu Ibu (ASI) hingga bayi berusia 2 tahun dapat mendatangkan banyak keuntungan secara *psikologis*. Kontak fisik antara ibu dan bayinya melalui aktivitas menyusui ini bisa memberikan rasa tenang dan mengurangi stres. Bila bayi yang baru lahir di pisahkan dengan ibunya, maka hormon stres akan meningkat sampai 50 %. Peningkatan hormon stres akan menyebabkan turunnya sistem kekebalan atau daya tahan tubuh bayi.

2. Proses Laktasi

Laktasi merupakan bagian dari proses reproduksi yang memberikan makanan bayi secara ideal dan alamiah serta merupakan dasar *biologik* dan *psikologik* yang dibutuhkan untuk pertumbuhan. Proses pembentukan air susu merupakan suatu proses yang kompleks melibatkan *hipotalamus*, *pituitari*, dan payudara, yang sudah dimulai

saat fetus sampai pada masa pasca persalinan. Dengan terjadinya kehamilan pada wanita akan berdampak pada pertumbuhan payudara dan proses pembentukan air susu (Laktasi).

Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui, mulai dari Air Susu Ibu (ASI) diproduksi sampai proses bayi mengisap dan menelan Air Susu Ibu (ASI). Manajemen laktasi ialah suatu upaya yang dilakukan oleh ibu, ayah, dan keluarga untuk menunjang keberhasilan menyusui. Manajemen laktasi dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui bayi.

Menyusui tergantung pada gabungan kerja hormon, reflek dan perilaku yang dipelajari ibu dan bayi baru lahir dan terdiri dari faktor-faktor berikut ini. Tidak jarang dijumpai pada ibu post partum normal mengalami masalah laktasi dan menyusui. Masalah laktasi dan menyusui dapat dialami pada ibu post partum normal pada hari pertama hingga hari ketiga post partum normal normal sehingga bayi baru lahir yang seharusnya mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) dini akan tertunda dan sebagai gantinya diberikan susu formula.

3. Manfaat Pemberian Air Susu Ibu (ASI)

Air susu ibu (ASI) mengandung rangkaian asam lemak tak jenuh yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan otak. Air Susu Ibu (ASI) selalu berada dalam suhu yang tepat, tidak menyebabkan alergi, dapat mencegah kerusakan gigi, mengoptimalkan perkembangan bayi, serta meningkatkan jalinan *psikologis* antara ibu dan bayi. Dengan

pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, ibu bisa menghemat pengeluaran untuk membeli susu formula yang sebenarnya tidak lebih baik ketimbang Air Susu Ibu (ASI).

Dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI), kesehatan bayi pun meningkat, sehingga keluarga dapat memiliki cukup waktu untuk mengurus masalah keluarga yang lainnya. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) merupakan metode pemberian makanan bayi yang terbaik, terutama bayi berumur kurang dari 6 bulan. Air Susu Ibu (ASI) mengandung berbagai zat gizi dan cairan yang dibutuhkan untuk mencukupi kebutuhan gizi bayi pada 6 bulan pertama setelah kelahiran. Beberapa manfaat Air Susu Ibu (ASI) bagi bayi, ibu, keluarga, negara adalah sebagai berikut:

a. Manfaat bagi bayi

- 1) Komposisi sesuai kebutuhan
- 2) Kalori dari Air Susu Ibu (ASI) memenuhi kebutuhan bayi sampai usia enam bulan
- 3) Air susu ibu (ASI) mengandung zat pelindung
- 4) Perkembangan psikomotorik lebih cepat
- 5) Menunjang perkembangan kognitif
- 6) Menunjang perkembangan penglihatan
- 7) Memperkuat ikatan batin antara ibu dan anak
- 8) Dasar untuk perkembangan emosi yang hangat
- 9) Dasar untuk perkembangan kepribadian yang percaya diri

b. Manfaat bagi ibu

- 1) Mencegah pendarahan pascapersalinan dan mempercepat kembalinya rahim kebentuk semula
- 2) Mencegah anemia defisiensi zat besi
- 3) Mempercepat ibu kembali ke berat badan sebelum hamil
- 4) Menunda kesuburan
- 5) Menimbulkan perasaan dibutuhkan
- 6) Mengurangi kemungkinan kanker payudara dan ovarium

c. Manfaat bagi keluarga

- 1) Mudah dalam proses pemberiannya
- 2) Mengurangi biaya rumah tangga
- 3) Bayi yang mendapat Air Susu Ibu (ASI) jarang sakit, sehingga dapat menghemat biaya untuk berobat

d. Manfaat bagi negara

- 1) Penghematan untuk subsidi anak sakit dan pemakaian obat-obatan
- 2) Penghematan devisa dalam hal pembelian susu formula dan perlengkapan menyusui
- 3) Mengurangi polusi
- 4) Mendapatkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas

4. Masalah dalam pemberian Air Susu Ibu (ASI)

Kesulitan pemberian Air Susu Ibu (ASI) disebabkan oleh faktor medis yang dapat mempengaruhi selera makan bayi atau proses penyerapan makanan dan nutrisi. Ada beberapa penyebab kesulitan pemberian Air Susu Ibu (ASI) dan gejala yang dapat membantu ibu mengenalinya :

a. Masalah pemberian Air Susu Ibu (ASI) pada bayi

1) Menangis sebelum minum Air Susu Ibu (ASI)

Kebanyakan bayi menangis saat dia lapar. Seiring waktu, ibu akan belajar untuk membedakan tangisan bayi. Segera berikan Air Susu Ibu (ASI) bila tiba saatnya bayi mendapatkan ASI. Karena perut kecilnya butuh diisi Air Susu Ibu (ASI) lebih sering walau dalam porsi sedikit.

2) Menangis setelah minum Air Susu Ibu (ASI)

Merawat bayi memang perlu kesabaran. Saat lapar bayi menangis, setelah disusui bisa saja bayi menangis. Karena itu, bantu bayi bersendawa setelah menyusu. Cara menyendawakan bayi : bayi digendong, menghadap ke belakang dengan dada bayi diletakkan pada bahu ibu. Kepala bayi disanggah / ditopang dengan tangan ibu. Usap punggung bayi perlahan-lahan sampai bayi sendawa.

3) Kurang pertambahan berat badan

Penurunan berat badan setelah lahir wajar bagi bayi, tapi sebaiknya upayakan agar berat badannya berangsur-ansur naik lagi. Pertambahan berat badan tiap bayi berbeda dan akan naik sesuai perkembangan masing-masing.

b. Masalah pemberian Air Susu Ibu (ASI) pada ibu

1) Payudara penuh

Payudara terasa penuh dihari kedua hingga keempat setelah melahirkan. Payudara penuh yang normal bisa terasa lebih berat dan hangat. Payudara penuh tidak dimanajemenkan dengan baik bisa memburuk menjadi payudara bengkak. Oleh karena itu supaya tidak memburuk sebaiknya ibu melakukan :

- a) Inisiasi menyusui bayi secepatnya
- b) Menyusui dengan sering dan tidak dibatasi, biarkan bayi memimpin
- c) Keluarkan Air Susu Ibu (ASI) dari payudara secara efektif
- d) Pastikan posisi dan perlekatan saat menyusui bayi telah baik
- e) Jangan memberikan suplementasi Pengganti Air Susu Ibu (PASI) tanpa indikasi medis

2) Payudara bengkak

Payudara bengkak adalah kondisi yang tidak normal, terasa sangat sakit karena payudara membengkak, tampak udema,

puting serta *areola* kencang, kulit mengkilat dan bisa tampak memerah. Penyebab payudara bengkak ibu tidak mengeluarkan Air Susu Ibu (ASI) secara efektif. Penyebab yang sering menimbulkan payudara bengkak antara lain :

a) Faktor ibu, antara lain:

- 1) Posisi dan perlekatan ketika menyusui bayi tidak baik.
- 2) Memberikan bayinya suplementasi Pengganti Air Susu Ibu (PASI) dan empeng/dot.
- 3) Membatasi penyusuan dan jarang menyusui bayi.
- 4) Terpisah dari bayi dan tidak mengosongkan payudara dengan efektif.
- 5) Payudara tidak normal, misalnya terdapat saluran Air Susu Ibu (ASI) yang tersumbat.
- 6) Ibu stress.

b) Faktor bayi, antara lain:

- 1) Bayi menyusu tidak efektif.
- 2) Bayi sakit, misalnya *jaundice* / bayi kuning
- 3) Menggunakan pacifier (dot / empeng).

B. Konsep Post Partum

Masa nifas adalah masa pulih kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti sebelum hamil. Nifas

(*peurperium*) berasal dari bahasa latin. *Peurperium* berasal dari 2 suku kata yakni *peur* dan *parous*. *Peur* berarti bayi dan *parous* berarti melahirkan. Jadi dapat disimpulkan bahwa *peurperium* merupakan masa setelah melahirkan. *Peurperium* atau nifas juga dapat diartikan sebagai masa post partum normal atau masa sejak bayi dilahirkan dan plasenta keluar lepas dari rahim sampai 6 minggu berikutnya disertai pulihnya kembali organ – organ yang berkaitan dengan kandungan yang mengalami perubahan seperti perlukaan dan lain sebagainya yang berkaitan saat melahirkan.

Menurut Dhyanti & Murki, masa nifas adalah periode 6 minggu pasca persalinan, disebut juga masa *involus* (periode dimana sistem reproduksi wanita post partum / pasca persalinan kembali ke keadaannya seperti sebelum hamil). Wanita yang melalui periode *peurperium* disebut *peurpuro* (*Varney's midwifery*). Masa nifas terbagi menjadi tiga periode (Kemenkes RI, 2015), yaitu:

1. Periode pasca persalinan segera (*immediate post partum*) 0-24 jam

Masa segera setelah plasenta lahir sampai dengan 24 jam. Pada masa ini sering terdapat banyak masalah, misalnya perdarahan karena *atonia uteri*. Oleh sebab itu, tenaga kesehatan harus dengan teratur melakukan pemeriksaan kontraksi uterus, pengeluaran *lochea*, tekanan darah dan suhu.

2. Periode pasca persalinan awal (*esrly post partum*) 24 jam – 1 minggu

Pada periode ini tenaga kesehatan memastikan involusi uteri dalam keadaan normal, tidak ada demam, ibu cukup mendapatkan makanan dan cairan, serta ibu dapat menyusui bayinya dengan baik.

3. Periode pasca salin lanjut (*late post partum*) 1 minggu – 6 minggu

Pada periode ini tenaga kesehatan tetap melakukan perawatan dan pemeriksaan sehari - hari serta konseling KB (Keluarga Berencana) (Saleha, 2009).

C. Pijat Oksitosin

1. Definisi

Oksitosin (*Oxytocin*) adalah salah satu dari dua hormone yang dibentuk oleh sel – sel *neuronal nuclei hipotalamik* dan disimpan dalam *lobus posterior pituitary*, hormone lainnya adalah *vassopress*. Dia memiliki kerja mengontraksi uterus dan menginjeksi Air Susu Ibu (ASI) (Suherni, Hesty, & Anita, 2009). Selain untuk merangsang *let down reflex* manfaat pijat *oksitosin* ialah memberikan rasa nyaman pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan Air Susu Ibu (ASI), merangsang pelepasan hormon *oksitosin*, mempertahankan Air Susu Ibu (ASI) ketika ibu dan bayi sakit (Depres RI, 2007; King, 2005).

Pijat *oksitosin* merupakan tindakan melakukan pijatan di daerah punggung diarea tulang belakang menggunakan kedua ibu jari dengan gerakan melingkar (gerakan *love*), (Sarwinanti, 2014). Pemijatan ini

akan membantu mengatasi masalah pada saat menyusui yaitu Air Susu Ibu (ASI) yang tidak keluar sehingga dapat menyebabkan tertundanya pemberian Air Susu Ibu (ASI) pada bayi dan pijatan ini dapat dilakukan 2 kali sehari. Dalam proses laktasi terdapat 2 refleks yang berperan yaitu *refleks prolaktin* dan *refleks aliran/ let down* yang timbul akibat perangsangan puting susu dikarenakan hisapan bayi.

a. *Refleks prolaktin*

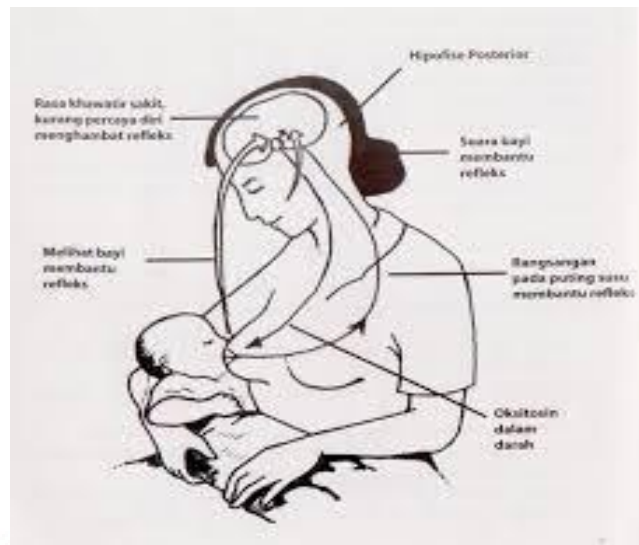
Rangsangan tersebut oleh *serabut efferent* dibawa ke hipotalamus didasar otak, lalu memicu *hipofise anterior* untuk mengeluarkan hormon *prolaktin* kedalam darah. Melalui sirkulasi *prolaktin* memacu sel kelenjar (*alveoli*) untuk memproduksi air susu. Makin sering bayi menghisap makin banyak *prolaktin* dilepas oleh *hipofise*, makin banyak pula Air Susu Ibu (ASI) yang diproduksi oleh sel kelenjar, sehingga makin sering isapan bayi, makin banyak produksi Air Susu Ibu (ASI), sebaliknya berkurang isapan bayi menyebabkan produksi Air Susu Ibu (ASI) kurang.

Efek lain dari *prolaktin* yang juga penting adalah menekan fungsi indung telur (*ovarium*). Efek penekanan ini pada ibu yang menyusui secara eksklusif adalah memperlambat kembalinya fungsi kesuburan dan haid. Dengan kata lain, memberikan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif pada bayi dapat menunda kehamilan.

b. *Refleks oksitosin*

Rangsangan yang ditimbulkan oleh bayi saat menyusui selain mempengaruhi *hipofise anterior* mengeluarkan hormon *prolaktin* juga mempengaruhi *hipofise posterior* mengeluarkan hormon *oksitosin*. Dimana setelah *oksitosin* dilepaskan kedalam darah akan mengacu otot-otot polos yang mengelilingi *alveoli* dan *ductus* berkontraksi sehingga memeras air susu dari *alveoli*, *duktuslus*, dan sinus menuju puting susu. Faktor-faktor yang meningkatkan *let down* adalah stress, seperti keadaan bingung, pikiran kacau, ketakutan tidak bisa menyusui bayi, serta kecemasan (Yuli R, 2014).

Rangsangan isapan bayi melalui serabut syaraf memacu *hipofise posterior* untuk melepas hormon *oksitosin* dalam darah. *Oksitosin* memacu sel-sel myoepithel yang mengelilingi *alveoli* dan *duktus* untuk berkontraksi, sehingga mengalirkan Air Susu Ibu (ASI) dari *alveoli* ke *duktus* menuju sinus dan puting. Dengan demikian sering menyusui penting untuk pengosongan payudara akan tidak terjadi *engorgement* (payudara bengkak), tetapi justru memperlancar pengaliran Air Susu Ibu (ASI).



Gambar 2.1

Cara pemberian ASI yang baik dan benar

Selain itu *oksitosin* berperan juga memacu kontraksi otot rahim, sehingga mempercepat keluarnya plasenta dan mengurangi perdarahan setelah persalinan. Hal penting adalah bahwa bayi tidak akan mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) cukup bila hanya mengandalkan *refleks* pembentukan Air Susu Ibu (ASI) atau *refleks prolaktin* saja. Ia harus dibantu *refleks oksitosin*. Bila *refleks* ini tidak bekerja maka bayi tidak akan mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) yang memadai, walaupun produksi Air Susu Ibu (ASI) cukup.

Pijat *oksitosin* merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi Air Susu Ibu (ASI). Pijat *oksitosin* adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *contae kelima-keenam* dan merupakan usaha untuk

merangsang hormon *prolaktin* dan *oksitosin* setelah melahirkan (Yohmi & Roesli, 2009).



Gambar 2.2

Cara melakukan pemijatan oksitosin

Pijat *oksitosin* ini dilakukan untuk merangsang *refleks oksitosin* atau *let down reflex*. Selain untuk merangsang *let down reflex* manfaat pijat *oksitosin* adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan Air Susu Ibu (ASI) merangsang pelepasan hormon *oksitosin*, mempertahankan produksi Air Susu Ibu (ASI) ketika ibu dan bayi sakit (Depkes RI, 2007, King, 2005). Persiapan ibu sebelum dilakukan pijat *oksitosin* :

- 1) Bangkitkan rasa percaya diri ibu (menjaga privacy)

- 2) Bantu ibu agar mempunyai pikiran dan perasaan baik tentang bayinya

Alat-alat yang digunakan

- 1) 2 buah handuk besar bersih
- 2) Air hangat dan air dingin dalam baskom
- 3) 2 buah waslap atau sapu tangan dari handuk
- 4) Minyak kelapa atau baby oil pada tempatnya
- 3) Melepaskan baju ibu bagian atas
- 4) Ibu miring ke kanan maupun ke kiri, lalu memeluk bantal atau bisa juga dengan posisi duduk
- 5) Memasang handuk
- 6) Melumuri kedua telapak tangan dengan minyak atau beby oil
- 7) Memijat sepanjang kedua sisi tulang belakang ibu dengan menggunakan dua kepalan tangan, dengan ibu jari menunjuk kedepan
- 8) Menekan kuat-kuat kedua sisi tulang belakang membentuk gerakan-gerakan melingkar kecil-kecil dengan kedua ibu jarinya
- 9) Pada saat bersamaan, memijat kedua sisi tulang belakang kearah bawah, dari leher kearah tulang belikat, selama 2-3 menit
- 10) Mengulangi pemijatan hingga 3 kali

- 11) Membersihkan punggung ibu dengan waslap air hangat dan dingin secara bergantian

2. Hal-hal yang meningkatkan hormon *oksitosin*

Menurut Widiyanti (2014) hal-hal yang meningkatkan hormon *oksitosin* adalah :

- a. Ibu berada dalam keadaan tenang
- b. Mencium dan mendengarkan celotchan atau tangisan bayi
- c. Melihat, memikirkan bayinya dengan perasaan kasih dan sayang
- d. Ayah menggendong bayi dan diberikan kepada ibu saat akan menyusui dan menyendawakannya
- e. Ayah bermin, menggendong, mendengarkan nyanyian, dan membantu pekerjaan rumah tangga
- f. Ayah memijat bayi

D. Indikasi Bayi Cukup Air Susu Ibu (ASI)

Bayi usia 0-6 bulan dapat dinilai mendapat kecukupan Air Susu Ibu (ASI) bila menunjukkan sebagai berikut:

- a. Bayi minum Air Susu Ibu (ASI) tiap 2-3 jam atau dalam 24 jam minimal mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) 8-10 kali pada 2-3 minggu pertama.
- b. Kotoran berwarna kuning dengan frekuensi sering, dan warna menjadi lebih muda pada hari kelima setelah lahir.
- c. Bayi akan Buang Air Kecil (BAK) paling tidak 6-8 kali sehari.

- d. Ibu dapat mendengarkan pada saat bayi menelan Air Susu Ibu (ASI).
- e. Payudara terasa lebih lembek, yang menandakan Air Susu Ibu (ASI) telah habis.
- f. Warna bayi merah (tidak kuning) dan kulit terasa kenyal.
- g. Pertumbuhan Berat Badan (BB) bayi dan Tinggi Badan (TB) bayi sesuai dengan grafik pertumbuhan.
- h. Perkembangan motorik baik (bayi aktif dan motoriknya sesuai dengan rentang usianya).
- i. Bayi kelihatan puas, sewaktu-waktu saat lapar bangun dan tidur dengan cukup.

E. Pengkajian Fokus

Adapun pengkajian pada pasien pasca persalin normal menurut (Bobak, 2005).

1. Pengkajian data dasar klien
 - a. Identitas klien
 - 1) Identitas klien meliputi: nama, usia status perkawinan, pekerjaan, agama, pendidikan, suku, bahasa yang digunakan, sumber biaya, tanggal masuk rumah sakit dan jam, tanggal pengkajian, alamat rumah.
 - 2) Identitas suami meliputi : nama suami, usia, pekerjaan, agama, pendidikan dan suku.
 - b. Riwayat Keperawatan

1) Riwayat kesehatan

Data yang perlu dikaji antara lain: keluhan utama saat masuk rumah sakit, faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi, adapun yang berkaitan dengan diagnose yang perlu dikaji adalah peningkatan tekanan darah, eliminasi, muntah, penambahan berat badan, edema, pusing, sakit kepala.

2) Riwayat kehamilan

Informasi yang dibutuhkan adalah pra dan gravid, kehamilan yang direncanakan masalah kehamilan saat hamil atau *Ante Natal Care* (ANC) dan imunisasi yang diberikan selama ibu hamil.

3) Riwayat melahirkan

Data yang harus dikaji adalah tanggal melahirkan, lamanya persalinan, posisi fetus, tipe melahirkan, analgetik, masalah selama melahirkan, jahitan perineum dan perdarahan.

4) Data bayi

Data yang harus dikaji meliputi : jenis kelamin, berat badan bayi, kesulitan dalam melahirkan, apgar score, untuk menyusui atau pemberian susu formula dan kelainan kongenital yang tampak pada saat dilakukan pengkajian.

c. Pemeriksaan fisik

1. Rambut

Kaji kekuatan rambut klien karena sebab diet yang baik selama hamil mempunyai rambut yang kuat dan segar.

2. Muka

Kaji adanya edema pada muka yang dimanifestasikan dengan kelopak mata yang bengkak atau lipatan kelopak mata dibawah menonjol.

3. Mata

Kaji warna konjungtiva bila berwarna merah dan basah berarti normal, sedangkan bila berwarna pucat berarti ibu mengalami anemia dan jika konjungtiva kering maka ibu mengalami dehidrasi.

4. Payudara

Kaji pembesaran ukuran, bentuk, konsistensi, warna payudara dan kaji kondisi puting kebersihan puting, adanya Air Susu Ibu (ASI).

5. Uterus

Inspeksi bentuk perut ibu guna mengetahui adanya distensi pada perut, palpasi juga tinggi fundus uterus, konsistensi serta kontraksi uterus.

6. Lochea

Kaji lochea yang meliputi karakter, jumlah, warna, bekuan darah yang keluar dari baunya.

7. Sistem perkemihan

Kaji kandung kemih dengan palpasi dan perkusi, untuk menentukan adanya distensi pada kandung kemih yang dilakukan pada abdomen bagian bawah.

8. Perineum

Pengkajian dilakukan pada ibu dengan menempatkan ibu pada posisi sinus inspeksi adanya tanda-tanda “REDDA” (*Rednes* atau kemerahan, *Ecchymosis* atau perdarahan bawah kulit, *Edem* atau bengkak, *Discharge* atau perubahan lochea, *Approximation* atau pertautan jaringan).

9. Ekstremitas bawah

Ekstremitas atas dan bawah dapat bergerak bebas kadang ditemukan edema, varises pada tungkai kaki, ada atau tidaknya tromboflebitis karena penurunan aktivitas dan reflek patella baik.

10. Tanda- tanda vital

Kaji tanda – tanda vital meliputi suhu, nadi, pernafasan dan tekanan darah selama 24 jam pertama masa nafas atau pasca partum.

d. Pemeriksaan penunjang

- 1) Mengkaji perubahan dari kadar pra operasi dan evaluasi hasil dari kehilangan darah pada pembedahan.
- 2) Urinalis: kultur urin, lochea, pemeriksaan tambahan didasarkan pada kebutuhan individual.

F. Diagnosa keperawatan

- a. Ketidakefektipan pemberian ASI berhubungan dengan suplay air susu ibu tidak adekuat (Taylor Chynthia M, 2010)

G. Intervensi keperawatan

1. Rencana tindakan keperawatan pemberian Air Susu Ibu (ASI) menurut (Taylor Chynthia M, 2010) yaitu :

Diagnosa II

Tujuan : Setelah dilakukan asuhan tindakan keperawatan diharapkan pemberian Air Susu Ibu (ASI) menjadi efektif

Kriteria hasil : Tidak terjadi pembengkakan payudara, AirSusu Ibu (ASI) keluar, Payudara tidak bengkak dan tidak nyeri saat ditekan

Rencana tindakan :

1. Mengkaji pengetahuan klien tentang menyusui sebelumnya
2. Mengajarkan cara perawatan payudara untuk mencegah masalah yang sering terjadi pada ibu menyusui
3. Menganjurkan pada klien untuk memberikan Air Susu Ibu (ASI) pada bayi sesering mungkin

