

Pemberian Massage Tengkok dan Massage Ototpectoralis Mayor Terhadap Pengeluaran Asi pada Ibu Menyusui

Eneng Pupun Padillah¹, Meinasari Kurnia Dewi², Milka Anggraeni K³

^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju
e-mail: padilahpupun@gmail.com

Abstrak

ASI eksklusif merupakan salah satu usaha dunia untuk mempersiapkan penerus yang sehat sejak usia dini. World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) menyarankan kepada setiap ibu yang melahirkan untuk dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya. Penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif Berdasarkan survei di Indonesia yaitu kurangnya produksi ASI yang dihasilkan membuat 38% Ibu berhenti menyusui bayinya. Tujuan dari studi kasus ini adalah memberikan *massage* tengkuk dan *massage* otot pectoralis mayor pada ibu. Metode dalam studi kasus ini adalah menggunakan studi kualitatif, dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan secara langsung pada 2 ibu Menyusui. ibu Menyusui tersebut dibagi menjadi 2 yaitu: ibu Menyusui 1 diberikan pijatan tengkuk. Dan ibu Menyusui yang ke 2 di berikan pijatan otot pectoralis. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah informed consent, lembar observasi dan pompa asi sebagai alat ukur. setelah dilakukan *massage* tengkuk selama 10 menit di dapatkan produksi Asi sebanyak 35 ml. sedangkan pada hari ke 14 setelah dilakukan *massage* tengkuk di dapatkan hasil produksi Asi sebanyak 40 ml, dan hari ke 27 produksi Asi semakin meningkat dan lancar yaitu sebanyak 60ml. Pada responden ke-2 yaitu ibu menyusui hari ke 14 di dapatkan produksi Asi sebanyak 30 ml. sedangkan pada hari ke 27 produksi Asi masih 44 ml.

Kata Kunci: *Massage* Tengkuk, *Massage* Otot Pectoralis Mayor

Abstract

Exclusive breastfeeding is one of the world's efforts to prepare healthy successors from an early age. The World Health Organization (WHO) and the United Nations Children's Fund (UNICEF) advise every mother who gives birth to be able to provide exclusive breastfeeding to her baby. The cause of failure to provide exclusive breastfeeding Based on a survey in Indonesia, the lack of breast milk production produced, 38% of mothers stopped breastfeeding their babies. The aim of this case study is to provide neck massage and pectoralis major muscle massage to breastfeeding mothers in the work area of the Munjul Health Center UPT, Pandeglang Regency in 2024. The method in this case study is to use a qualitative study, with a case study approach that is carried out directly on 2 breastfeeding mothers. The breastfeeding mothers are divided into 2, namely: the first breastfeeding mother is given a neck massage. And the second breastfeeding mother is given a pectoralis muscle massage. The instruments used in this study were informed consent, observation sheets and breast pumps as measuring tools. after a neck massage for 10 minutes, 35 ml of breast milk production was obtained. while on the 14th day after the nape massage, the results of breast milk production were 40 ml, and on the 27th day, breast milk production increased and was smooth, namely 60 ml. In the 2nd respondent, namely the breastfeeding mother, on the 14th day, breast milk production was 30ml. while on the 27th day, breast milk production was still 44 ml.

Keywords: Neck Massage, Pectoralis Major Muscle Massage

Introduction

ASI eksklusif merupakan salah satu usaha dunia untuk mempersiapkan penerus yang sehat sejak usia dini. World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) menyarankan kepada setiap ibu yang melahirkan untuk dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya. Pemberian ASI eksklusif kepada setiap bayi dipandang dapat mencegah terjadinya infeksi dan diare pada anak serta menghemat pengeluaran pada keluarga miskin. Terbukti bahwa ASI eksklusif mencegah penyakit seperti diare, pneumonia yang menyebabkan 40% dari kematian balita di Indonesia (Medela, 2020). Cakupan data bayi yang telah mendapatkan ASI Eksklusif di Indonesia pada tahun 2020 sudah melampaui target Renstra tahun 2021 yaitu 45% dan sisanya sebanyak 56% ibu gagal memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2020 bahwa bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif sebesar 69,7%.

Presentasi tertinggi bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif terdapat pada Provinsi NTB (86,7%) dan terendah pada Provinsi Papua (11,9%). Cakupan data bayi di Sumatera Utara yang telah mendapatkan ASI Eksklusif tahun 2020 menjadi salah satu dari lima Provinsi yang belum mencapai target Renstra Nasional yaitu 36,93% sedangkan target Renstra tahun 2021 45% (Kemenkes, 2021). Data menunjukkan bahwa presentase cakupan ASI eksklusif di Provinsi Banten mencapai 70,67% pada tahun 2020. Menurut sebaran kabupaten di Provinsi Banten, cakupan ASI eksklusif paling rendah berada di Kabupaten Pandeglang, yaitu sebesar 21,88%, diikuti Kota Serang 39,77%, dan Lebak 40,28% (Dinkes Banten, 2020). Penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif Berdasarkan survei di Indonesia yaitu kurangnya produksi ASI yang dihasilkan membuat 38% ibu berhenti menyusui bayinya. Kecemasan yang dialami Ibu Menyusui saat menyusui bayinya membuat ibu menghindari dan tidak mau memberikan ASI pada bayinya, akan berdampak terhadap kurangnya isapan pada bayi dan akan berpengaruh terhadap kurangnya produksi ASI sehingga membuat ASI tidak lancar. Ibu yang berhenti menyusui dan tidak memberikan ASI tetapi malah memberikan susu formula kepada bayinya, akan mempengaruhi penurunan produksi dan kinerja hormon oksitosin dan prolaktin yang akan membuat produksi ASI semakin menurun bahkan menyebabkan bendungan statis ASI (Doko, dkk, 2020).

Method

Metode dalam studi kasus ini adalah menggunakan studi kualitatif, dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan secara langsung pada 2 ibu Menyusui. Ibu Menyusui tersebut dibagi menjadi 2 yaitu: ibu Menyusui 1 diberikan pijatan tengkuk. Ibu Menyusui yang ke 2 diberikan pijatan otot pectoralis. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah informed consent, lembar observasi dan Pompa ASI sebagai alat ukur

Findings and Discussion

Setelah dilakukan asuhan kebidanan pada ibu menyusui untuk dilakukan massage tengkuk dan massage otot pectoralis selama rentang waktu 2 minggu, yaitu dari tanggal 12 sampai dengan tanggal 25 bulan Januari dengan dilakukan pemantauan sebanyak 6 kali. Hasil dari asuhan kebidanan terhadap responden 1 yaitu Ibu menyusui hari ke 14 di dapatkan produksi ASI sebanyak 30 ml sebelum di berikan tindakan massage tengkuk, setelah di lakukan massage tengkuk selama 10 menit di dapatkan produksi ASI sebanyak 35 ml. sedangkan pada hari ke 17 sebelum di lakukan massage tengkuk di dapatkan produksi ASI sebanyak 38 ml dan setelah dilakukan massage tengkuk di dapatkan hasil produksi ASI sebanyak 40 ml, pada hari ke 20 didapatkan produksi ASI sebanyak 45 ml, dan pada hari ke 23 produksi ASI sebanyak 50 ml, hari ke 25 sebanyak 55 ml dan hari ke 27 produksi ASI semakin meningkat dan lancar yaitu sebanyak 60 ml.

Pada responden ke 2 yaitu ibu menyusui hari ke 14 di dapatkan produksi ASI sebanyak 28 ml sebelum dilakukan massage otot pectoralis mayor, setelah dilakukan massage otot pectoralis mayor di dapat produksi ASI sebanyak 30 ml. sedangkan pada hari ke 17 sebelum dilakukan massage otot pectoralis mayor di dapat hasil produksi ASI sebanyak 30 ml dan setelah dilakukan massage otot pectoralis mayor hasil produksi ASI 33 ml, pada hari ke 20

didapatkan produksi Asi sebanyak 35 ml, dan pada hari ke 23 produksi Asi sebanyak 35 ml, hari ke 25 sebanyak masih 40 ml dan hari ke 27 produksi Asi masih 44 ml..

Menurut Munford (2019), massage adalah rangkaian yang terstruktur dari tekanan atau sentuhan tangan dan bagian tubuh untuk melakukan manipulasi di atas kulit, terutama pada bagian otot dengan gerakan mengurut, menggosokan, memukul, menekan pada bagian tengkuk dengan otot pectoralis mayor untuk melancarkan oksigen dan membuat ibu merasa rileks. Hasil Survey Pendahuluan di RS Imelda Pekerja Indonesia Medan diperoleh data ibu bersalin rata-rata setiap bulan sebanyak 89 persalinan. Fenomena yang terjadi dilapangan ibu yang mengalami gangguan pengeluaran ASI belum dilakukan asuhan kebidanan berupa massase tengkuk dan massase otot pectoralis mayor terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum.

Hal tersebut diatas juga sejalan dengan penelitian Eva Nirwana Natalia Hutabarat (2019) dengan penelitian yang berjudul Manfaat Massase Tengkuk dan Massase Otot Pectoralis Mayor Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Hari Ke 1 dan hari Ke 2 di rs imelda pekerja indonesia medan tahun 2019. di dapatkan hasil D diketahui perbedaan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan massase tengkuk dan massase otot Pectoralis Mayor. Selisih antara keduanya cenderung mengalami peningkatan pengeluaran ASI. Nilai perbandingan produksi Asi yang di hasilkan oleh ibu menyusui yang di berikan massage tengkuk dan yang di berikan massage otot pectoralis mayor.

Tabel 4. 1 Perbandingan hasil asuhan kebidanan antara responden 1 dan responden II

Pemberian Massage Tengkuk Dan Otot Pecotaris Mayor Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Menyusui						
	Hari Ke 14	Hari 17	Hari Ke 20	Hari Ke 23	Hari Ke 25	Hari Ke 27
Responden 1 (Diberikan Massage Tengkuk)	35 Ml	40 Ml	45 Ml	50 Ml	55ml	60 Ml
Responden 2 (Diberikan Massage Otot Pectoralis Mayor)	30 Ml	33 Ml	35 Ml	35 Ml	40 Ml	44 Ml

Dari tabel diatas dapat diketahui produksi Asi cenderung mengalami Peningkatan setelah di lakukan massage tengkuk dan massage otot pectoralis mayor.

Berdasarkan hasil penelitian Eva Nirwana Natalia Hutabarat (2019) dengan penelitian yang berjudul Manfaat Massase Tengkuk dan Massase Otot Pectoralis Mayor Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Hari Ke 1 dan hari Ke 2 di rs imelda pekerja indonesia medan tahun 2019. di dapatkan hasil D diketahui perbedaan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan massase tengkuk dan massase otot Pectoralis Mayor. Selisih antara keduanya cenderung mengalami peningkatan pengeluaran ASI.

Hasil penelitian dari Parida hanum menyatakan bahwa sebelum dilakukan massase tengkuk terhadap ibu post partum mayoritas ASI tidak lancar sebanyak 15 orang (60%) dan yang normal sebanyak 10 orang (40%). Kecemasan yang dialami Ibu Post Partum saat menyusui bayinya membuat ibu menghindar dan tidak mau memberikan ASI pada bayinya, akan berdampak

terhadap kurangnya hisapan pada bayi dan akan berpengaruh terhadap kurangnya produksi ASI sehingga membuat ASI tidak lancar.

Menurut Munford (2001), massage adalah rangkaian yang terstruktur dari tekanan atau sentuhan tangan dan bagian tubuh untuk melakukan manipulasi di atas kulit, terutama pada bagian otot dengan gerakan mengurut, menggosokkan, memukul, menekan pada bagian tengkuk dengan otot pectoralis mayor untuk melancarkan oksigen dan membuat ibu merasa rileks. Jika ibu merasa rilek secara otomatis asi pun akan keluar dengan lancar.

Berdasarkan Penjelasan diatas penulis berasumsi bahwa pemberian massage tengkuk dan massage otot pectoralis mayor dapat membantu memperlancar pengeluaran Asi. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa rasa rileks yang di rasakan ibu setelah di berikan massage dapat memperlancar produksi pengeluaran ASI.

Conclusion

Berdasarkan hasil pengkajian Asuhan Kebidanan Pada Ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Munjul tahun 2025. Dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat kenaikan produksi Asi setelah di lakukan massage tengkuk.
2. Terdapat kenaikan produksi Asi setelah di lakukan massage otot pectoralis mayor.
3. Kenaikan produksi Asi ibu yang di berikan massage tengkuk lebih banyak dibanding kan dengan ibu yang di berikan massage otot pectoralis mayor

References

1. Mogan, M., & Trisnawati, E. Pengaruh Masase Tengkuk Dan Masase Otot Pectoralis Mayor Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Hari Ke 1 Dan Ke 2 Di Puskesmas Harapan; 2018.
2. Sugiyono. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung; 2020.
3. Nursalam N. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Salimba Med. 2016;
4. Wulandari. Asuhan Kebidanan Nifas. Nuha Medika, editor. Yogyakarta; 2020.
5. Susanto. Nifas Dan Menyusui. Pustaka Baru Press, editor. Yogyakarta; 2019.
6. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018]. jakarta; 2019.
7. Dinas Kesehatan Provinsi Banten. Profil Kesehatan Provinsi Banten. 2018.
8. Notoatmodjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.2020
9. Siregar. Pemberian Asi Eksklusif Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya“, Poltekkes Kemenkes Malang; 2019
10. Sloane, E. Anatomi Dan Fisiologi Untuk Pemula. Jakarta: Egc.2019
11. Suryani, I. Manfaat Massase Tengkuk Dan Massase Otot Pectoralis Mayor Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Hari Ke 1 Dan 2; 2019
12. Wahyu Nur Safitri, Susilaningsih, A. P. (2015),„Pijat Punggung Dan Percepatan Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum“, Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia,
13. Anik Maryunani. Asuhan Ibu Nifas Dan Asuhan Ibu Menyusui. MEDIA I, editor. 2018.