

Asi Pada Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI

Putri Rizkiyah Salam*¹, Erisa Yuniardiningsih *², Ma'alfaina *³

^{1,2,3}Stikes Bhakti Al-Qodiri

¹²³Program Studi D3 Kebidanan

*e-mail:

Nomor Handphone Untuk keperluan koordinasi: -

Abstrak

Ibu berhak untuk menyusui bayi yang baru lahir. Namun, jika ibu tidak dapat menyusui pada masa nifas, maka dapat terjadi penyumbatan ASI. Penyumbatan ASI merupakan akibat dari obstruksi laktasi, yaitu ketika menyusui tidak dimulai atau ketika suplai ASI terhambat. Salah satu indikasi kondisi ini adalah pembengkakan payudara, yang ditandai dengan rasa tidak nyaman saat payudara diraba, kaku, bengkak, dan demam tinggi. Terapi pijat oksitosin merupakan salah satu metode untuk memperlancar produksi ASI. Tujuan dari penelitian ini adalah penerapan terapi pijat oksitosin pada Ibu P di wilayah kerja Puskesmas Arjasa tahun 2025. Dengan penekanan pada manajemen kebidanan, penulis studi ini menggunakan teknik studi kasus. Ibu P yang berusia 22 tahun menjadi subjek studi. Dokumentasi, observasi, dan anamnesis digunakan untuk mengumpulkan data. Bagian penting dari analisis data adalah membandingkan data yang dikumpulkan dengan kerangka teori yang telah ditetapkan. Menurut hasil, Ibu P mengalami pembengkakan ASI enam hari setelah melahirkan akibat produksi ASI yang tidak teratur. Untuk membantu aliran ASI, digunakan teknik pijat oksitosin, yang mengurangi pembengkakan dan membuat bayi tidak terlalu rewel. Teori dan praktik tidak dapat dipisahkan.

Kata kunci: Pijat Oksitosin, Bendungan ASI, Nifas

Abstract

Mothers have the right to breastfeed their newborns. However, if the mother is unable to breastfeed during the postpartum period, then breast milk duct obstruction may occur. Breast milk duct obstruction is the result of lactation obstruction, which is when breastfeeding does not start or when the milk supply is blocked. One indication of this condition is breast engorgement, which is characterized by discomfort when the breasts are touched, stiffness, swelling, and high fever. Oxytocin massage therapy is one method to facilitate breast milk production. The purpose of this study was to apply oxytocin massage therapy to Mrs. P in the Arjasa Health Center work area in 2025. With an emphasis on midwifery management, the author of this study used a case study technique. Mrs. P, who is 22 years old, was the subject of the study. Documentation, observation, and anamnesis were used to collect data. An important part of data analysis is comparing the collected data with the established theoretical framework. According to the results, Mrs. P experienced breast milk engorgement six days after giving birth due to irregular breast milk production. To help the flow of breast milk, the oxytocin massage technique was used, which reduced swelling and made the baby less fussy. Theory and practice cannot be separated.

Keywords: Oxytocin massage, breast milk dam, postpartum

1. PENDAHULUAN

Angka kematian ibu adalah ukuran jumlah kematian yang terjadi selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas. Angka ini berfungsi sebagai indikator kesehatan wanita secara keseluruhan. Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) telah menetapkan target penurunan angka kematian ibu (AKI) tahun 2020 sebesar 70 per 100.000 kelahiran hidup [1]. Fase nifas, juga dikenal sebagai periode postpartum, adalah waktu setelah plasenta lahir hingga rahim kembali ke ukuran biasanya. Fase ini biasanya berlangsung selama 42 hari hingga 6 minggu. Sepanjang fase nifas, tubuh ibu akan mengalami modifikasi. Jika ibu nifas tidak memberikan perawatan yang diperlukan pada fase awal periode nifas, akan ada ketidaknyamanan yang menyiksa [2].

Pembengkakan ini disebabkan oleh penyempitan saluran laktiferus pada payudara ibu. Pembengkakan ini juga dapat terjadi jika ibu memiliki kelainan pada putingnya, seperti puting yang terbalik, datar, atau cekung. Penyumbatan ASI terjadi karena ibu tidak mulai menyusui atau terhambatnya pelepasan ASI. Salah satu indikasi kelainan ini adalah pembengkakan payudara, yang ditandai dengan pembengkakan, suhu tubuh tinggi, kekakuan, dan rasa tidak nyaman saat payudara diraba. Suhu tubuh ibu meningkat hingga 38°C, dan benda tersebut berwarna kemerahan. Untuk dapat menghindari penumpukan ASI, sangat penting untuk memulai perawatan payudara sedini mungkin [3].

Pertumbuhan dan nutrisi bayi bergantung pada ASI, dan perawatan payudara pascapersalinan meningkatkan dan mempercepat produksi ASI. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan melakukan perawatan pijat oksitosin dengan duduk dengan nyaman dan melepas bagian atas, menghadap meja, Pastikan posisi nyaman dan bawa bantal untuk menopang bagian depan tubuh Anda. Dengan gerakan memutar, terapis pijat menggerakkan ibu jarinya di sekitar leher, turun ke tulang belikat, dan di sekitar sisi

kanan dan kiri tulang belakang setinggi bahu. Gunakan baby oil untuk memijat seluruh punggung hingga terasa rileks. Sambil mengusap seluruh punggung dengan lembut, gunakan sentuhan yang menenangkan. Selama lima belas menit, berikan pijatan oksitosin pada diri Anda sendiri. Sebelum menyusui, Anda dapat memijat dengan oksitosin. Dengan menerima perawatan yang konsisten, ibu menyusui dapat meningkatkan produksi ASI mereka. Perawatan payudara harus menjadi prioritas utama bagi ibu pascapersalinan karena ASI merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi.

ASI mengandung kolostrum, yang meningkatkan kekebalan tubuh dan memiliki sifat antibakteri. Selain itu, ASI mengandung sejumlah enzim penting yang meningkatkan kekebalan bayi dan mengurangi kerentanan mereka terhadap penyakit [4]. Oleh karena itu, dengan mempraktikkan perawatan payudara yang baik, penyumbatan ASI dapat dihindari secara efektif. Bidan dan penyedia layanan kesehatan lainnya dapat mendukung ibu baru dengan memberikan panduan, instruksi, dan pengetahuan tentang teknik perawatan payudara yang aman dan efisien. Mencegah penyumbatan ASI sangat penting untuk menurunkan angka kematian ibu dalam jangka panjang. Bidan dalam memberikan layanan kesehatan, melakukan perawatan kebidanan kepada Ibu P, yang mengalami penyumbatan ASI, dengan menggunakan teknik pijat oksitosin.

2. METODE

Penelitian ini mengkaji fenomena tersebut dengan menggunakan strategi studi kasus dengan menggunakan teknik studi kasus dan metodologi observasi deskriptif. Wilayah kerja Puskesmas Arjasa menjadi lokasi penelitian. Ibu P, subjek penelitian, berusia 22 tahun. Pendekatan pengumpulan data dilakukan dengan evaluasi subjektif dan objektif. Untuk mengumpulkan hasil penelitian, dilakukan beberapa pengumpulan data, yaitu data primer dan sekunder dari Ibu P. Data primer merupakan informasi penelitian yang diperoleh langsung dari sumber asli

atau sumber langsung. Sedangkan data sekunder merupakan informasi penelitian yang diperoleh peneliti secara tidak langsung melalui media perantara. Pengumpulan informasi untuk penelitian dilakukan dengan dua cara, yaitu observasi dan wawancara.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Asuhan kebidanan pasca persalinan kepada Ibu P, seorang perempuan berusia 22 tahun. Setelah dilakukan pengkajian data, diketahui bahwa ibu tersebut telah berada pada fase nifas selama enam hari. Berdasarkan data subjektif, anak menjadi rewel karena ASI tidak lancar keluar, dan ibu tersebut mengaku payudaranya bengkak selama sehari. Tidak ada keluhan mengenai pola makan dan minum ibu sehari-hari, ibu tersebut mampu makan empat sampai lima kali sehari dan mengonsumsi air putih lebih dari delapan gelas. Namun, karena bayinya sering rewel, ibu tersebut setiap malam selalu begadang, sehingga akhir-akhir ini ia merasa sedikit kelelahan. Tanda-tanda vital ibu berada dalam rentang normal, berdasarkan statistik objektif. Berdasarkan pemeriksaan payudara kiri memiliki bagian yang keras dan membesar.

Ibu mengalami pembengkakan ASI, berdasarkan data evaluasi di atas. Ibu kemudian diberikan edukasi tentang pembengkakan payudara dan bagaimana perawatan pijat oksitosin dapat membantu mengatasinya. Berikut ini adalah langkah-langkah untuk menerapkan pijat oksitosin: 1) Ibu duduk dengan nyaman dengan kepala di atasnya, lengan disilangkan, dan punggung bersandar ke belakang. 2) Tanpa bra, payudara menjuntai bebas. 3) Berikan pijatan pada sisi tulang belakang. 4) Kepalkan tangan dengan ibu jari menghadap ke atas. 5) Tekan dengan kuat dalam pola melingkar. 6) Lakukan hingga ke tali bra. Lakukan selama 3-5 menit. Tahap ini sesuai dengan yang dijelaskan oleh Istiqomah dan Muliawati (2020). Asuhan kebidanan yang diterima Ibu P sudah sesuai dengan norma yaitu sebanyak 4 kali kunjungan pada masa nifas. Pada hari ke 6

nifas, Ibu P diperiksakan ASI-nya mengalami bendungan. Setelah dilakukan tindakan, edema berkurang dan ASI mulai lancar keluar. Agar ASI lancar keluar, pihaknya juga memberikan edukasi kepada suami untuk melakukan sendiri di rumah [5]. Penyumbatan aliran vena dan limfatik menyebabkan pembengkakan payudara, yang menghambat pelepasan ASI dengan menyebabkan akumulasi ASI di saluran payudara dan memperbesar alveoli. Penumpukan ASI yang terperangkap dan tidak dapat dikeluarkan menjelaskan hal ini [6].

Perawatan payudara harus menjadi prioritas utama bagi ibu pascapersalinan karena ASI merupakan sumber makanan utama bagi bayi baru lahir. ASI mengandung kolostrum, yang memiliki sifat antibakteri dan stimulasi kekebalan yang kuat. Selain itu, ASI mengandung berbagai macam enzim yang penting bagi kesehatan bayi dan meningkatkan kekebalan tubuh mereka, sehingga menurunkan kemungkinan mereka sakit. Oleh karena itu, mematuhi prosedur perawatan payudara rutin dapat secara efektif mencegah perkembangan pembengkakan payudara. Ibu pascapersalinan dapat memperoleh manfaat dari bimbingan, petunjuk, dan pengetahuan yang dapat diberikan oleh bidan dan pakar medis lainnya mengenai perawatan payudara yang tepat. Pendekatan pencegahan ini penting untuk menurunkan risiko kematian ibu yang terkait dengan retensi ASI.

4. KESIMPULAN

Fenomena yang dikenal sebagai penyumbatan ASI terjadi ketika proses pengeluaran ASI terhambat. Penyumbatan ASI merupakan masalah yang muncul akibat pembengkakan ASI. Pada hari keenam setelah melahirkan, Ibu P mengalami pembengkakan ASI. Menurut hasil penelitian, Ibu P mengalami pembengkakan ASI enam hari setelah melahirkan akibat pengeluaran ASI yang tidak teratur. Untuk membantu aliran ASI, digunakan teknik pijat oksitosin yang dapat mengurangi pembengkakan dan membuat bayi tidak

rewel. Teori dan praktik tidak dapat dipisahkan.

Puskesmas Dawe Kudus Tahun 2013'. Bhamada, 5(1),pp.97- 110

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kemenkes RI. (2020). Panduan manajemen laktasi: Diit gizi masyarakat. Jakarta: Kemenkes RI.
- [2] Isnaini, N., & Rama, D. (2015). Hubungan pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran asi di wilayah kerja puskesmas raja basa indah bandar lampung tahun 2015. *Jurnal kebidanan*, 1(2): 91-97
- [3] Mayasari, T. W., Susanti, Y., & Livana, P. H. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui. *Jurnal Keperawatan*. 9(1): 24-29.
- [4] Aeni, Andayani dan Widodo (2012). Hubungan Cara Menyusui Dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tenganan Kecamatan Tenganan Kabupaten Semarang.
- [5] Amilah., Suwondo, A.,Wahyuni,S. , Suhartono. (2014). 'Efektifitas Kombinasi Pijat Oksitosin Teknik Effleurage Dan Aromaterapi RoseT erhadap Kadar Prolaktin Post Partum Normal Di Wilayah
- [6] Murniati, Suprapti & Kusumawati. (2012). Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Bendungan ASI dengan Praktik Pencegahan Bendungan ASI (Breast Care) di Rumah Bersalin Nur Hikmah Kwaron Gubug.
- [7] Muliawati D. (2021). Pengetahuan Ibu Hamil tentang Breast care dan Pijat Oksitosin pada Masa Nifas. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*,Vo l12,No 02.
- [8] Bahiyatun, (2009). Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Jakarta : EGC.
- [10] Syafrudin dkk. 2011. Untaian Materi Penyuluhan KIA (Kesehatan Ibu Dan Anak). Jakarta : CV. Trans Info Media.
- [11] Damai dan Dian Sundawati. 2011. Asuhan Kebidanan Massa Nifas. Bandung : Rafika Aditama.
- [12] Azari, A.A. 2022. Cara Mudah Menyusun Metode Penelitian Keperawatan dan Kebidanan. TIM: Jakarta