

Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Persiapan Asi Dan Manajemen Laktasi Di PMB “Y” Kampung Bali Kota Bengkulu Tahun 2023

Rismayani¹, Poppy Siska Putri^{2*}

^{1,2} Program Studi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu
¹rismayanibkl@gmail.com*; ¹poppysiskaputri@gmail.com*

Abstrak

Menyusui adalah proses alami dan penting dalam memberikan nutrisi dan perlindungan bagi bayi. Keberhasilan dalam menyusui tetap memerlukan pengetahuan tentang ASI dan tatalaksananya yang dimulai dari kehamilan hingga proses menyusui berlangsung atau continuity of care (COC). Persiapan menyusui melibatkan beberapa langkah penting termasuk persiapan fisik dan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan asuhan kebidanan komprehensif di PMB “Y” Kampung Bali Kota Bengkulu sehingga dapat mempersiapkan dan mendampingi ibu hamil dan keluarga dalam proses menyusui. Penelitian dilakukan dengan metode studi kasus dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa asuhan kebidanan yang diberikan kepada ibu dan keluarga sebagian besar telah sesuai dengan standar asuhan kebidanan. Metode pemilihan asuhan komprehensif perlu ditingkatkan sehingga pembimbing dapat mengarahkan asuhan yang diberikan kepada pasien sesuai telah berbasis evidence based.

Kata kunci : persiapan laktasi, continuity of care, asuhan kebidanan

Midwifery Care for Postpartum Women with Breast Milk Preparation and Lactation Management at PMB "Y" Kampung Bali, Bengkulu City in 2023

Abstract

Breastfeeding is a natural and important process in providing nutrition and protection for babies. Success in breastfeeding still requires knowledge about breast milk and its management starting from pregnancy to the ongoing breastfeeding process or Continuity of Care (COC). Preparing to breastfeed involves several important steps including physical and mental preparation. This research aims to determine the implementation of comprehensive midwifery care in PMB "Y" Kampung Bali, Bengkulu City so that it can prepare and accompany pregnant women and their families in the breastfeeding process. The research was conducted using case study and observation methods. The research results show that the midwifery care provided to mothers and families is largely in accordance with midwifery care standards. The method for selecting comprehensive care needs to be improved so that supervisors can direct the care given to patients according to evidence-based care.

Keywords: lactation preparation, continuity of care, midwifery care

PENDAHULUAN

Asuhan kebidanan *Continuity of Care* (COC) merupakan asuhan kebidanan secara berkesinambungan dari hamil sampai dengan Keluarga

Berencana (KB) sebagai upaya penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Asuhan yang diberikan bertujuan untuk memantau kemajuan kehamilan untuk memastikan kesehatan ibu dan tumbuh

kembang bayi, meningkatkan dan mempertahankan kesehatan fisik, mental dan sosial ibu dan bayi, mengenali secara dini adanya komplikasi yang mungkin terjadi selama hamil, termasuk riwayat penyakit secara umum, kebidanan dan pembedahan, mempersiapkan persalinan cukup bulan, melahirkan dengan selamat, ibu maupun bayinya dengan trauma seminimal mungkin, mempersiapkan ibu agar masa nifas berjalan normal dan pemberian ASI eksklusif, mempersiapkan peran ibu dan keluarga dalam menerima kelahiran bayi ((Saifuddin 2010).

Angka Kematian Neonatal di Provinsi Bengkulu pada tahun 2021 sebesar 7 per 1.000 KH, sedangkan Angka Kematian Balita di Provinsi Bengkulu Tahun 2021 adalah 9 per 1000 KH (Badan Pusat Statistik 2022). Salah satu faktor yang berkaitan dengan AKB adalah status gizi bayi. Pemberian makanan pertama yang berkualitas dan optimal, merupakan langkah penting untuk peningkatan gizi bayi adalah dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI) yang merupakan faktor penting pada bayi terutama pada awal keluarnya kolostrum karena mengandung antibodi yang mempunyai efek terhadap penurunan risiko kematian ((Widiastini 2018). ASI eksklusif adalah pemberian ASI sedini dan sebanyak mungkin sejak bayi dilahirkan hingga bayi berusia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain, bahkan air putih sekalipun. Kurangnya produksi ASI menjadi salah satu penyebab ibu memutuskan memberikan susu formula pada bayinya. Pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di Provinsi Bengkulu tahun 2021

sebanyak 10.388 (68%). Dari hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pemberian ASI eksklusif pada bayi selama 6 bulan hanya 40,6 %, jauh dari target nasional yang mencapai 80% (Riskesdas 2018).

Faktor produksi ASI tidak maksimal salah-satunya karena kurangnya nutrisi ibu dan menyebabkan bayi kurang ASI. Nutrisi dan gizi memegang peranan penting dalam hal menunjang produksi ASI yang maksimal karena produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin yang berkaitan dengan nutrisi ibu. Kebutuhan ibu menyusui dalam pemenuhan nutrisi akan meningkat 25%, karena diperlukan untuk memproduksi air susu yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi. Oleh sebab itu diperlukan pemenuhan asupan nutrisi yang baik untuk memperlancar produksi ASI bila makanan ibu memenuhi jumlah kalori, protein, lemak dan vitamin serta mineral yang cukup dan ditambah dengan minum lebih banyak kurang lebih 8-12 gelas/hari. Beberapa sumber makanan nabati yang direkomendasikan untuk memperlancar produksi ASI yaitu pepaya, kacang hijau, daun katuk, pare, semangka, jambu air dan labu siam (Safitri, Fatmaningrum, and Wittiarika 2021).

Proses menyusui tidak hanya berfokus pada faktor fisik semata akan tetapi faktor psikologis juga berkontribusi mempengaruhi jumlah ASI termasuk kapasitas ibu dalam menghasilkan ASI, kemampuan dalam mengeluarkan ASI dan kemampuan bayi untuk mengkonsumsi ASI juga untuk merangsang puting susu sehingga lebih banyak ASI yang

dikeluarkan (Karo 2021). Frekuensi, durasi dan kekuatan bayi dalam menghisap dapat berdampak pada kuantitas atau volume ASI. Sedangkan Faktor sosial memiliki pengaruh pada jumlah ASI, meskipun pengaruhnya melalui mekanisme psikologis atau fisiologi dari semuanya. Ibu yang menyusui sering dipaksa untuk memberikan susu formula atau suplemen saat sedang bekerja (Rejeki 2010).

ASI dapat diproduksi dengan bantuan hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin ini berfungsi untuk merangsang berbagai fungsi fisiologis dalam tubuh, sedangkan hormon oksitosin berperan untuk meningkatkan produksi ASI dengan cara mendorong proses sekresi air susu. Peningkatan hormon oksitosin dipengaruhi oleh keberadaan polifenol. Keberadaan polifenol ini akan membuat ASI mengalir lebih deras. Pengeluaran ASI yang berlebihan dapat dilihat dengan ASI yang menetes dan akan memancar deras saat dihisap bayi. ASI sendiri dapat dibedakan menjadi 3 jenis yaitu kolostrum, ASI masa peralihan, serta ASI matur ((Litasari, Mahwati, and Rasyad 2020).

Pengeluaran ASI terjadi karena peningkatan sirkulasi darah pada daerah payudara mengakibatkan semakin banyak oksitosin yang mengalir menuju payudara dan membuat pengeluaran ASI semakin lancar. Cara lainnya yaitu dengan pemberian pijat oksitosin untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI (Litasari et al. 2020). 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. Selain memberi kenyamanan pada ibu dan merangsang refleks oksitosin, pijat oksitosin juga memiliki manfaat lain, yaitu mengurangi pembengkakan payudara (engorgement), mengurangi sumbatan ASI (plugged/milk,duct), dan membantu mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Apreliasari and Risnawati 2020). Pijat Oksitosin merupakan pemijatan tulang belakang pada costa ke 5-6 sampai ke scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis merangsang hipofise posterior. Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau refleks let down. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang untuk membuat ibu rileks setelah melahirkan dan dapat membantu pengeluaran hormon oksitosin. Pijatan atau 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. Pijat oksitosin efektif dilakukan pada hari pertama dan kedua post partum, karena pada kedua hari tersebut ASI belum terproduksi cukup banyak (Seri and Sudarto 2019).

Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun dengan durasi \pm 15 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI. Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi \pm 15 menit. Berdasarkan penelitian mengatakan bahwa terdapat

pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum dengan Hasil uji statistik bivariat diperoleh nilai $\text{sigp} = 0,025 (< 0,05)$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi atau hubungan antara pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Nilai Odd Ratio (OR) sebesar 8 (CI (95 %)) (Gokhale and Rao 2021; Seri and Sudarto 2019).

Berdasarkan survey di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Y yang beralamat di Kampung Bali Kota Bengkulu pada bulan Januari-Desember 2022 yang melakukan ANC sebanyak 115 orang, persalinan normal sebanyak 55 orang, kunjungan nifas 55 orang, pelayanan KB sebanyak 436 orang, sebagian besar memilih menggunakan suntik KB 3 bulan sebanyak 220 orang, KB suntik 1 bulan 103 orang, pil KB sebanyak 21 orang, IUD sebanyak 16 orang, implant sebanyak 5 orang. Dari 55 orang ibu nifas ditemukan 18 ibu nifas dengan produksi ASI tidak lancar, 22 orang dengan belum ada pengeluaran ASI sama sekali dari kehamilan sampai nifas dan 15 orang dengan ASI lancar. Pada tanggal 15 Februari 2023 di PMB Y, penulis menemukan masalah pada kehamilan pada ny N, hamil anak pertama usia kehamilan 30 minggu dengan keluhan pengeluaran ASI belum lancar. Selama kehamilan Ny N telah melakukan ANC sebanyak 6 kali, TM I 2 kali, TM II 1 kali, dan TM III 1 kali dan kontrol dengan dokter kandungan sebanyak 1 kali pada TM II. Selama kehamilan TM I ibu mengatakan mengeluh mengalami mual namun tidak mengganggu aktivitas, pada TM II ibu mengatakan merasa sehat tidak ada keluhan dan nafsu makan bertambah.

Dari masalah yang ditemukan pada kehamilan TM III yaitu belum ada pengeluaran ASI, penulis tertarik untuk melakukan manajemen laktasi dengan terapi pijat oksitosin pada Ny N. Penulis akan memberikan asuhan dimulai dari kehamilan yaitu mengajarkan pada ibu perawatan payudara, edukasi tentang ASI eksklusif, pada masa persalinan, bayi baru lahir, masa nifas dengan terapi pijat oksitosin agar produksi ASI lancar dan pemilihan metode kontrasepsi pada Keluarga Berencana (KB).

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus yang dilakukan dari mulai hamil hingga anak menginjak usia 1 bulan untuk imunisasi BCG. Rancangan pada penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus yang dilakukan pada Ny."F" G1P0A0 di mulai dari usia kehamilan 37 minggu 4 hari sampai dengan kunjungan masa nifas (KF 3) dan kunjungan neonatus (KN 3) sampai menggunakan KB dan imunisasi BCG.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kunjungan awal pada Ny. F didapatkan hasil pengkajian Ny. F usia 25 tahun G1P0A0. Pada saat pengkajian juga di dapatkan Kunjungan pada ibu selama TM III dilakukan sebanyak 4 kali. Kunjungan pertama di PMB pada Ny F saat usia kehamilan 30 minggu, kunjungan ke II dirumah ibu saat ini usia kehamilan ibu 34 minggu keadaan ibu dan janin baik, pada kunjungan ke III saat usia kehamilan 36 minggu, ibu mengatakan tidak ada keluhan, kunjungan ke IV kerumah ibu usia kehamilan 37 minggu didapatkan ibu mengalami nyeri pinggang. Asuhan yang diberikan dimulai dari mengatasi ketidaknyamanan, persiapan persalinan, cara perawatan payudara hingga memberi edukasi pada ibu dan keluarga mengenai persiapan pemberian ASI.

Saat memasuki proses persalinan, usia kehamilan Ny.F yaitu 39 minggu, datang ke PMB pada tanggal 16 April 2023. Menurut (JNPK-KR, 2017) persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan (Benson, 2009) yaitu kehamilan cukup bulan (*aterm*) atau pematangan janin terjadi pada minggu 37-40 adalah periode saat neonatus memiliki kemungkinan hidup maksimal. Bayi lahir dilakukan IMD selama 1 jam untuk membantu proses bonding dan kelancaran pengeluaran ASI.

Pada masa nifas ditemukan Ny F kesulitan dalam menyusui bayinya karena ASI keluar hanya sedikit, ibu khawatir bayinya kurang ASI. Kemudian bidan melakukan pijat oksitosin pada hari kedua dan ketiga dengan durasi masing-masing 15 – 20 menit. Pijat oksitosin juga diajarkan kepada suami.

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi 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. Selain memberi kenyamanan pada ibu dan merangsang refleks oksitosin, pijat oksitosin juga memiliki manfaat lain, yaitu mengurangi pembengkakan payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI (*plugged/milk,duct*), dan membantu mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Tuti and Widyawati 2018). Pijat Oksitosin merupakan pemijatan tulang belakang pada *costa* ke 5-6 sampai ke *scapula* yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis merangsang hipofise posterior.

Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau refleksi let down. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang, sehingga diharapkan dengan dilakukannya pemijatan tulang belakang ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan segera hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan dapat membantu pengeluaran hormon oksitosin. Pijatan atau 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. Pijat oksitosin efektif dilakukan pada hari pertama dan kedua post partum, karena pada kedua hari tersebut ASI belum terproduksi cukup banyak. Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi ± 15 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI. Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi ± 15 menit. Setelah dilakukan pijat oksitosin, didapatkan produksi ASI menjadi lancar. Selanjutnya, penulis juga menerapkan manajemen laktasi guna mempertahankan produksi ASI. Manajemen laktasi adalah suatu upaya yang dilakukan oleh ibu, ayah dan keluarga untuk menunjang keberhasilan menyusui. Menyusui merupakan proses pemberian air susu kepada bayi baik secara langsung pada payudara ibu ataupun melalui pemerasan (expresses breast-feeding). Laktasi merupakan bagian terpadu dari proses reproduksi yang memberikan makanan bayi secara ideal dan alamiah serta merupakan dasar biologik dan psikologik yang dibutuhkan untuk pertumbuhan. Air

Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang ideal bagi pertumbuhan neonatus. Sejumlah komponen yang terkandung di dalam ASI sebagai sumber nutrisi untuk pertumbuhan dan perlindungan pertama terhadap infeksi. Proses pembentukan air susu merupakan suatu proses yang kompleks melibatkan hipotalamus, pituitari dan payudara, yang sudah dimulai saat fetus sampai pada masa pasca persalinan. ASI yang dihasilkan memiliki komponen yang tidak konstan dan tidak sama dari waktu ke waktu tergantung stadium laktasi (Tuti and Widyawati 2018). *World Health Organization* (WHO) dan UNICEF merekomendasikan untuk memulai dan mencapai ASI eksklusif yaitu dengan menyusui dalam satu jam pertama setelah kelahiran melalui Inisiasi Menyusu Dini (IMD). Menyusui secara eksklusif selama enam bulan, tanpa memberikan makanan tambahan lainnya selain ASI. Menyusui kapanpun bayi memintanya atau sesuai kebutuhan bayi (on demand). Tidak menggunakan botol susu maupun empeng. Mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah dengan tangan, disaat tidak bersama anak serta mengendalikan emosi dan pikiran agar tetap tenang. Seiring dengan pengenalan makanan tambahan, bayi tetap diberikan ASI, sebaiknya sampai 2 tahun menurut rekomendasi WHO).

SIMPULAN

Selama masa nifas pengkaji melakukan kunjungan kerumah Ny. F Dalam kunjungan masa nifas ini didapatkan ibu mengeluh pengeluaran ASI sedikit, namun setelah dilakukan pijat oksitosin, pada hari ke 3 didapatkan ASI keluar lancar dan melimpah. Manajemen laktasi juga diterapkan untuk mempertahankan produktivitas ASI. Hal ini tidak lepas dari *support* suami dan keluarga untuk keberhasilan menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Apreliasari, Helmy, and Risnawati Risnawati. 2020. "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga* 5(1):48–52.
- Badan Pusat Statistik. 2022. "Profil Kesehatan Ibu Dan Anak Provinsi Bengkulu."
- Gokhale, Devaki, and Shobha Rao. 2021. "Compromised Maternal Nutritional Status in Early Pregnancy and Its Relation to the Birth Size in Young Rural Indian Mothers." *BMC Nutrition* 7(1):4–11. doi: 10.1186/s40795-021-00478-4.
- Karo, M. B. 2021. *Perilaku Ibu Menyusui Dalam Pemberian ASI Eksklusif*. Penerbit NEM.
- Litasari, Resna, Yeni Mahwati, and Adjat Sedjati Rasyad. 2020. "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Dan Produksi Asi Pada Ibu Nifas." *JURNAL KESEHATAN STIKes MUHAMMADIYAH CIAMIS* 5(2):61–70. doi:
- 10.52221/jurkes.v5i2.37.
- Rejeki, Sri. 2010. "Studi Fenomenologi: Pengalaman Menyusui Eksklusif Ibu Bekerja Di Wilayah Kendal Jawa Tengah." *Nurse Media Journal of Nursing* 2(1):1–13.
- Riskesdas, Kemenkes. 2018. "Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS)." *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* 44(8):1–200. doi: 10.1088/1751-8113/44/8/085201.
- Safitri, Zahra Lutfiah, Widati Fatmaningrum, and Ivon Diah Wittiarika. 2021. "Pengaruh Pendidikan, Pantangan Makanan, Dan Citra Tubuh Pada Konsumsi Gizi Makro Ibu Nifas." *Jurnal Gizi Klinik Indonesia* 18(1):38. doi: 10.22146/ijcn.58782.
- Saifuddin, Abdul Bari. 2010. "Ilmu Kebidanan." in 4. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Seri, Usman, and Arif Nur Akhmad Sudarto. 2019. "Pijat Oksitosin Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Primipara Di Kota Singkawang." *Sumber* 2(10):6–7.
- Tuti, Tuti, and Melyana Nurul Widyawati. 2018. "Literatur Review : Pijat Oksitosin Dan Aroma Terapi Lavender Meningkatkan Produksi Asi." *Jurnal Kebidanan* 8(1):44. doi: 10.31983/jkb.v8i1.3734.

Widiastini, Luh Putu. 2018. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin Dan Bayi Baru Lahir*. In Media.