



Surabaya, 6 Juli 2023

SEMINAR NASIONAL HASIL RISET DAN PENGABDIAN

"Peran Riset, Inovasi dan Pengabdian Kepada Masyarakat Bagi Pembangunan Indonesia Berkelanjutan"



EFEKTIFITAS KOMBINASI PIJAT PAYUDARA DAN PEMBERIAN PARAM DAUN SIRIH MERAH TERHADAP BENDUNGAN ASI PADA IBU POST PARTUM

FiruL aprilastuti^{1*}, Indria Nuraini², Annah hubaedah³

¹²³Program Studi S1 Kebidanan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

*Email : firulapril2@gmail.com

ABSTRAK

Masa nifas (*Post Partum*) merupakan masa di mulai setelah kelahiran plasentadan berakhir ketika alat kandungan kembali semula seperti sebelum hamil. Penelitian bertujuan untuk mengetahui efektifitas kombinasi pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah terhadap bendungan asi pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Sepulu Kabupaten Bangkalan. Desain Penelitian adalah *quasi eksperimental* dengan *one group pretest-posttest design*. Populasi adalah seluruh ibu post partum yang menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Sepuluh Kabupaten Bangkalan sebanyak 50 orang dengan sampel 40 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan *simple random sampling*. Lokasi penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Sepuluh Kabupaten Bangkalan. Hasil penelitian dari hasil uji statistic menggunakan SPSS dengan uji *Wilcoxon* diketahui *Asymp. Sig. (2-tailed)* bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa "Ha diterima". Artinya ada perbedaan antara bendungan ASI sebelum dan sesudah pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa "ada pengaruh pemberian pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah terhadap bendungan ASI pada Ibu nifas. Di sarankan ibu atau keluarga memberikan dorongan dan informasi tentang Efektifitas Kombinasi Pijat Payudara Dan Pemberian *Param* Daun Sirih Merah Terhadap Bendungan Asi Pada Ibu Post Partum.

Kata Kunci : Bendungan Asi, Param, Post Partum

ABSTRACT

The postpartum period (*Post Partum*) is the period that begins after the birth of the placenta and ends when the uterine devices return to their pre-pregnancy state, The study aims to determine the effectiveness of the combination of breast massage and giving param red betel leaves against breast milk in post partum mothers in the Working Area of the Sepulu Health Center, Bangkalan Regency The research village was a quasi-experimental with one group pretest-posttest design. The population was all post partum mothers who breastfed in the Working Area of the Ten Community Health Centers, Bangkalan Regency, consisting of 50 people with a sample of 40 respondents. The data collection technique used simple random sampling. The research location was in the Work Area of the Ten Public Health Centers in Bangkalan Regency. The results of the statistical test using the SPSS with the *Wilcoxon* test were found to be *Asymp. Sig. (2-tailed)* has a value of 0.000. Because the value of 0.000 is less than 0.05, it can be concluded that *Ha* is accepted. This means that there is a difference between breast milk before and after breast massage and giving param red betel leaves, so it can also be concluded that there is an effect of

giving massage. breast feeding and administration of red betel leaf param against breast milk in postpartum mothers. It is recommended that the mother or family provide encouragement and information about the effectiveness of the combination of breast massage and administration of red betel leaf param against breast milk dams in post partum mothers.

Keywords: Dam Asi, Param, Post Partum

Copyright © (2022) Seminar Hasil Riset dan Pengabdian ke 4

PENDAHULUAN

Masa nifas (Post Partum) merupakan masa di mulai setelah kelahiran plasentadan berakhir ketika alat kandungan kembali semula seperti sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Selama masa pemulihan tersebut berlangsung, ibu akan mengalami banyak perubahan fisik yang bersifat fisiologis dan banyak memberikan ketidaknyamanan pada awal postpartum, yang tidak menutup kemungkinan untuk menjadi patologis bila tidak diikuti dengan perawatanyang baik (Direktorat et al., 2020).

ASI merupakan sumber asupan makanan yang terbaik sesuai dengan kebutuhan bayi setelah lahir. WHO menyatakan bahwa ASI Eksklusif yaitu memberikan ASI saja dengan tidak memberikan cairan maupun makanan lainnya pada bayi sampai usia 6 bulan. Pemberian ASI dianjurkan diberikan sampai usia bayi 2 tahun. Manfaat ASI Bagi Ibu : (1) Mengurangi perdarahan yang akan terjadi setelah melahirkan. (2) Mengurangi terjadinya anemia akibat kekurangan zat besi dengan menyusui. (3) Menjarakkan kehamilan karena menyusui merupakan cara kontrasepsi yang aman, murah dan cukup berhasil. (4) Mengecilkan rahim dengan ibu menyusui karena kadar oksitosin meningkat membantu rahim ke ukuran sebelum hamil. (5) Lebih cepat langsing kembali karena menyusui membutuhkan energi dengan tubuh akan mengambilnya dari lemak yang tertimbun selama hamil (Aziza, 2018).

Menurut WHO (2019) Angka Kematian Ibu (AKI) didunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. Angka Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020). Menurut Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia meningkat dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2002-2007 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2007-2012. Angka Kematian Ibu (AKI) mengalami penurunan pada tahun 2012-2015 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 4.221 kasus

(Kemenkes RI, 2019) Sedangkan ibu post partem di Kabupaten Bangkalan di bulan Januari – Desember 2022 sebanyak 15567 orang. (PWS KIA Kab. Bangkalan, 2021).

METODE

Desain penelitian yang digunakan quasi eksperimental dengan one group pre - posttest design, mengatakan, bahwa one group pretest-posttest design adalah kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (posttest). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu post partum yang menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Sepuluh Kabupaten Bangkalan sebanyak 50 orang(PWS KIA,2022).Kriteria inklusi pada penelitian ini sebagai berikut :Ibu post partum dengan bendungan ASI,Ibu post partum yang bersedia,Ibu post partum fisiologis yang Bersedia menjadi responden, Kriteria esklusi dalam penelitian ini sebagai berikut :Ibu post partum dengan komplikasi,Ibu Post partum dengan luka di area payudara,Ibu post partum dengan alergi param,Ibu post partum dengan sectio caesaria.pengambilan sampel secara keseluruhan dengan menggunakan *Random Sampling*. Analisa data menggunakan *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Umur Responden di Puskesmas Sepuluh Kabupaten bangkalan tahun 2023

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1.	< 20 tahun	8	20
2.	20-25 tahun	10	25
3.	26-30 tahun	12	30
4.	>30 tahun	10	25
Jumlah		40	100

Berdasarkan Tabel 5.1 dapat diketahui bahwa dari 40 responden, hampir seluruhnya berusia 26-30 tahun yaitu sebanyak 12 responden (30%), yang berusia 20-25 dan >30 tahun sama-sama 10 responden dengan persentase (25%), dan yang berusia <20 tahun sebanyak 8 responden dengan persentase (20%).

Tabel 5.10 Hasil Uji Wilcoxon

	Setelah Bendungan Asi - Sebelum Bendungan Asi	Mean Rank	
Z	-4,786 ^b	1\$,50	
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000	,00	

Berdasarkan tabel 5.10 di atas diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa "Ha diterima". Artinya ada perbedaan antara bendungan ASI sebelum dan sesudah pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa "ada pengaruh pemberian pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah terhadap bendungan ASI pada Ibu nifas.

PEMBAHASAN

Bendungan ASI Sebelum Diberikan Kombinasi Pijat Payudara Dan Pemberian Parem Daun Sirih Merah.

Ibu nifas dengan bendungan ASI sedang sebelum diberikan kombinasi pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah sebanyak 25 responden dengan presentase (62,5%) dari 40 responden.

Masa nifas (Post Partum) merupakan masa di mulai setelah kelahiran plasentadan berakhir ketika alat kandungan kembali semula seperti sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Selama masa pemulihan tersebut berlangsung, ibu akan mengalami banyak perubahan fisik yang bersifat fisiologis dan banyak memberikan ketidaknyamanan pada awal postpartum, yang tidak menutup kemungkinan untuk menjadi patologis bila tidak diikuti dengan perawatanyang baik (Direktorat et al., 2020).Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sastika, 2018), yang berjudul Hubungan perawatan payudara dengan kejadian Bendungan ASI pada ibu nifas dengan pemberian param daun sirih merah di klinik Bersalin Sally Kecamatan Medan Tembung dari penelitian tersebut terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas, sesuai dengan teori yang ada bahwa melakukan perawatan payudara akan mengurangi resiko terjadinya Bendungan ASI.

Bendungan ASI Sesudah Diberikan Kombinasi Pijat Payudara Dan Pemberian Parem Daun Sirih Merah.

Ibu nifas dengan bendungan ASI ringan sesudah diberikan kombinasi pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah sebanyak 25 responden dengan presentase (62,5%) dari 40 responden.

Perawatan payudara (*Breast Care*) adalah suatu cara merawat payudara yang dilakukan pada saat kehamilan atau masa nifas untuk produksi ASI, selain itu untuk kebersihan payudara dan bentuk puting susu yang masuk ke dalam atau datar. Puting susu demikian sebenarnya bukanlah halangan bagi ibu untuk menyusui dengan baik dengan mengetahui sejak awal, ibu

mempunyai waktu untuk mengusahakan agar puting susu lebih mudah sewaktu menyusui. Disamping itu juga sangat penting memperhatikan kebersihan personal *hygiene* (Rustam, 2019).

Beberapa faktor yang dapat menurunkan pembengkakan payudara adalah konsumsi obat-obatan seperti paracetamol, ibuprofen dan lynoral, mengompres dingin, hangat dingin, memerah atau memompa ASI dan melakukan perawatan payudara. Dengan kompres dingin dan hangat, kompres gel packs, kompres daun kubis, akupuntur, pijat payudara, memerah payudara, penggunaan herbal sampai dengan menggunakan obat-obatan untuk menurunkan rasa nyeri payudara alah satu kompres yang dapat menurunkan pembengkakan payudara pada ibu post partum yaitu pada daun sirih merah. Menurut Ramamurthi & Rani, (2018) daun sirih dapat mengobati payudara yang meradang atau bengkak payudara pada ibu menyusui.

Kombinasi Pijat Payudara Dan Pemberian Parem Daun Sirih Merah

Hasil penelitian diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa "Ha diterima". Artinya ada perbedaan antara bendungan ASI sebelum dan sesudah pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa "ada pengaruh pemberian pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah terhadap bendungan ASI pada Ibu nifas.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sastika, 2018), yang berjudul Hubungan perawatan payudara dengan kejadian Bendungan ASI pada ibu nifas dengan pemberian param daun sirih merah di klinik Bersalin Sally Kecamatan Medan Tembung dari penelitian tersebut terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas, sesuai dengan teori yang ada bahwa melakukan perawatan payudara akan mengurangi resiko terjadinya Bendungan ASI.

Bendungan air susu terjadi akibat pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan bendungan ASI dan rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan. Pada umumnya setelah melahirkan, payudara ibu membesar, terasa panas, keras, dan tidak nyaman. Pembesaran tersebut dikarenakan peningkatan suplai darah ke payudara bersamaan dengan terjadinya produksi air susu. Biasanya hal ini berlangsung selama beberapa hari. Kondisi ini bersifat normal dan tidak perlu dikhawatirkan. Namun, terkadang pembesaran itu terasa menyakitkan sehingga ibu tidak leluasa mengenakan kutang ataupun membiarkan benda apapun menyentuh payudaranya.

Bendungan air susu dapat terjadi pada hari ke-2 atau ke-3 ketika payudara telah memproduksi air susu. Bendungan disebabkan oleh pengeluaran air susu yang tidak lancar, karena bayi tidak cukup sering menyusui, produksi meningkat, terlambat menyusukan,

hubungan dengan bayi yang kurang baik, dan dapat pula terjadi akibat pembatasan waktu menyusui.

Pada permulaan nifas apabila bayi tidak menyusui dengan baik, atau kemudian apabila kelenjar-kelenjar tidak dikosongkan dengan sempurna, terjadi pembendungan air susu. Payudara panas serta keras pada perabaan dan nyeri: suhu badan tidak naik. Puting susu bisa mendatar dan hal ini menyulitkan bayi untuk menyusui. Kadang-kadang pengeluaran air susu juga terhalang sebab duktus laktiferi menyempit karena pembesaran vena serta pembuluh limfe.

KESIMPULAN

Ibu nifas dengan bendungan ASI sedang sebelum diberikan kombinasi pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah sebanyak 25 responden dengan presentase (62,5%) dari 40 responden. Ibu nifas dengan bendungan ASI ringan sesudah diberikan kombinasi pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah sebanyak 25 responden dengan presentase (62,5%) dari 40 responden. Hasil penelitian diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa "Ha diterima". Artinya ada perbedaan antara bendungan ASI sebelum dan sesudah pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa "ada pengaruh pemberian pijat payudara dan pemberian param daun sirih merah terhadap bendungan ASI pada Ibu nifas.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada dosen pembimbing yang telah membantu dalam penelitian ini, terimakasih kepada kepala Puskesmas Sepulu beserta rekan-rekan yang telah membantu mulai dari awal hingga penelitian ini selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziza, (2018). *kebutuhan dasar post partem*. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah, 15(1), pp. 94–100. doi:10.31101/jkk.1031.
- Andari faiha (2019). *Buku asuhan kebidanan post partum*. Yogyakarta : Perpustakaan Nasional.
- Anggraini, (2022). Faktor- faktor yang mempengaruhi involusi uteri. *Buku Saku Obstetri dan Ginekologi Edisi 9*. Jakarta: EGC. p: 196-207. Budijanto D. Profil Kesehatan Indonesia 2017. 2018; 184.

- Andrian, W. M., Dari, P. K., & Yanti, P. (2021). *Hubungan Inisiasi Menyusui Dini Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Postpartum*. 11(2), 56–62. Program Studi Kebidanan, Universitas Wiraraja
- Anggraini, J. D. (2022). *Hubungan Imd Dengan Involusi Uteri Pada Ibu Nifas Di Kabupaten Bengkulu Tengah Tahun 2022*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Arifin, Z., Bumi, S. A., & Way, A. (2018). *Metodologi Penelitian Pendidikan Education Research Methodology*.
- Arwiyantasari, W. R., & Edy Bachrun, R. R. (2019). *Hubungan Antara Inisiasi Menyusui Dini Dengan Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum Normal Di Poskesdes Melati Desa Garon Kab. Madiun*. 08, 160–165.
- Achadi, Endang L, *Kematian Maternal Dan Neonatal Di Indonesia, Rakerkernas 2019*, 2019, 1–47
- Akmal, Mela, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53.9 (2013), 1689–99
- Alatas, WT Karyomanggolo, dkk, *Desain Penelitian, Dasar–Dasar Metodologi Klinis*, 2002, 79–95
- Alifah, Ismi Dzalva, *Metode Kontrasepsi Jangka Panjang Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Kalideres Tahun 2015*, 2015