

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Puskesmas Molingkapoto, Gorontalo Utara

The Influence of Acupressure on Breast Milk Production in Postpartum Mothers at Molingkapoto Primary Health Center, North Gorontalo

Maritvi Alfitrilia Suwanto, Belian Anugrah Estri

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Article Info

Article History

Received: 09 Mar 2023

Revised: 01 Apr 2023

Accepted: 27 Apr 2023

ABSTRACT / ABSTRAK

The percentage of exclusive breastfeeding in Gorontalo was recorded as the province with the lowest rate, only 52.75%. Inadequate breastfeeding can cause the baby to become jaundiced, which in turn causes the baby's death. This study aimed to determine the effect of acupressure on milk production in postpartum mothers at Molingkapoto Primary Health Center, North Gorontalo. This research used a pre-experimental design with one group pre-test and post-test. The sampling technique used a total sampling of 15 postpartum mothers. The research instrument used an observation sheet for breast milk production. The statistical test employed the Paired Sample T-test. The results showed an effect on milk production in postpartum mothers before and after acupressure on the LI 4, LU 7, PC 6, and GB 21 meridian points and on the fingertips. Data analysis found that the P-value was 0.000. The conclusion of this research showed that there is an effect of acupressure on milk production in postpartum mothers at the Puskesmas Molingkapoto, North Gorontalo.

Keywords: *Acupressure, Breast Milk Production, Postpartum*

Persentase pemberian ASI eksklusif di Gorontalo tercatat sebagai provinsi dengan persentase terendah yakni hanya 52,75%. Pemberian ASI yang tidak adekuat dapat menyebabkan bayi menjadi ikterus yang pada akhirnya menyebabkan kematian bayi. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh akupresur terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Molingkapoto Gorontalo Utara. Metode penelitian ini menggunakan *pre eksperimen* dengan desain *one grup pre-test post-test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* berjumlah 15 ibu nifas. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi produksi ASI. Uji statistik menggunakan uji *Paired Sample T-test*. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan akupresur pada titik meridian LI 4, LU 7, PC 6, GB 21 dan pada ujung jari. Analisa data diketahui *P-value* 0,000.

Kata kunci: Akupresur, produksi ASI, nifas

Corresponding Author:

Name : Maritvi Alfitrilia Suwanto
Affiliate : Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Address : Jl. Ring Road Barat 63 Mlangi Nogotirto Gamping Sleman 55292
Email : maritvialfitriliasuwanto@gmail.com

PENDAHULUAN

Tren kematian anak dari tahun ke tahun menunjukkan penurunan. Data yang dilaporkan kepada Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak menunjukkan jumlah kematian balita pada tahun 2021 sebanyak 27.566 kematian balita, menurun dibandingkan tahun 2020, yaitu sebanyak 28.158 kematian. Dari seluruh kematian balita, 73,1% diantaranya terjadi pada masa neonatal (20.154 kematian). Dari seluruh kematian neonatal yang dilaporkan, sebagian besar diantaranya (79,1%) terjadi pada usia 0-6 hari, sedangkan kematian pada usia 7-28 hari sebesar 20,9%. Sementara itu, kematian pada masa post neonatal (usai 29 hari-11 bulan) sebesar 18,5% (5.102 kematian) dan kematian anak balita (usia 12-59 bulan) sebesar 8,4% (2.310 kematian) (Profil Kesehatan Indonesia, 2021).

Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2016 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38%. Jika dibandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%. Kementerian Kesehatan (Kemenkes) mencatat, persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi berusia 0-5 bulan di Indonesia sebesar 71,58% pada 2021. Angka ini menunjukkan perbaikan pada tahun sebelumnya yang sebesar 69,62%. Persentase pemberian ASI eksklusif di Gorontalo tercatat sebagai provinsi dengan persentase terendah yakni hanya 52,75%.

Interaksi laktasi atau menyusui merupakan cara untuk meningkatkan produksi ASI yang mengandung zat kimia prolaktin dan zat kimia oxytocin. Bahan kimia prolaktin selama kehamilan akan meningkat namun ASI belum keluar karena masih terhalang oleh bahan kimia estrogen yang tinggi. Menyusui adalah interaksi yang khas dan bermanfaat bagi perkembangan dan kemajuan anak. Namun, menyusui sejak saat pertama kali tidak selalu mudah, banyak wanita kesulitan dalam melakukannya. Keadaan yang sering terjadi pada hari-hari pertama menyusui adalah masalah ASI yang keluar. Seorang ibu perlu mendapatkan pelayanan kesehatan pasca persalinan agar kebutuhan ibu dan anak dapat terpenuhi walaupun dalam jangka waktu pasca kehamilan (Prawirohardjo, 2019).

Banyak faktor yang menjadi penyebab ketidaklancaran pengeluaran ASI antara lain, status kesehatan ibu, frekuensi dan lama menyusui, nutrisi dan asupan cairan ibu, hisapan bayi, dan faktor psikologis ibu. Faktor lain karena manajemen laktasi yang kurang tepat (Maryunani, 2015). Salah satu teknik untuk mengatasi ASI tidak lancar adalah dengan terapi akupresur. Peran akupresur untuk meningkatkan ASI telah dibuktikan melalui penelitian penelitian (Saniyati Cholifah, 2015).

Terapi akupresur adalah perkembangan terapi pijat yang berlangsung seiring dengan perkembangan ilmu akupuntur karena teknik pijat akupuntur adalah turunan dari ilmu akupuntur. Teknik dalam terapi ini menggunakan jari tangan sebagai pengganti jarum tetapi dilakukan pada titik-titik yang sama seperti yang digunakan pada terapi akupuntur. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh akupresur terhadap produksi ASI pada Ibu Nifas.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *pre eksperimen* yaitu dengan pendekatan *one grup pre-test post-test design*. Memberikan perlakuan terhadap subjek penelitian kemudian hasil dari perlakuan tersebut diukur dan dianalisa yaitu dengan dilakukannya akupresur pada ibu nifas sebelum dan sesudah dilakukan akupresur. Adapun

sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas normal yang menyusui bayinya di Puskesmas Malingkapoto Gorontalo Utara yang berjumlah 15 orang pada tanggal 13 Januari-30 Januari 2023. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Total sampling* yaitu semua populasi dalam penelitian dijadikan sampel.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi produksi ASI. Lembar observasi adalah salah satu alat observasi atau pengamatan yang digunakan untuk menilai produksi ASI apakah sudah tercukupi atau belum. Lembar observasi ini digunakan oleh peneliti untuk menilai produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan akupresur. Adapun teknik analisa data menggunakan uji *paired sampel t test*.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Paritas dan Pendidikan di Puskesmas Malingkapoto Gorontalo Utara.

Kategori	Frekuensi	Presentase
Usia		
<20	1	6,7
20-35	12	80
>35	2	13,3
Paritas		
Primipara	4	26,7
Multipara	10	66,7
Grandemultipara	1	6,7
Pendidikan		
SD	2	13,3
SMP	3	20
SMA	8	53,3
PT	2	13,3
Total	15	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebanyak 12 responden (80%), selain itu sebagian besar responden merupakan ibu multipara sebanyak 10 responden (66,7%) dan tingkat pendidikan paling banyak yaitu SMA sebanyak 8 responden (53,3%).

Tabel 2. Produksi ASI pada ibu nifas sebelum dilakukan akupresur di Puskesmas Malingkapoto Gorontalo Utara.

Produksi ASI	Sebelum diberikan akupresur		Setelah diberikan akupresur	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Tidak tercukupi	13	86,7	0	0
Tercukupi	2	13,3	15	100
Total	15	100	15	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan akupresur mayoritas responden tidak tercukupi produksi ASInya yaitu sebanyak 13 responden (86,7%) dan yang tercukupi produksi ASInya sebelum dilakukan akupresur didapatkan 2 responden (13,3%)

yaitu dengan kriteria responden pada rentan usia 20-35 tahun, pendidikan SMA dan perguruan tinggi, serta kriteria paritas dengan multipara dan sesudah diberikan akupresur semua responden telah tercukupi produksi ASInya sebanyak 15 responden (100%).

Tabel 3. Hasil uji *Paired Sampel T-test* pengaruh akupresur terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Molingkapoto Gorontalo Utara.

Test	n	Statistic Deskriptif		<i>Paired Samples T-test</i>	
		Mean	t	df	Sig(2-tailed)
Pre test	15	2.0667	-7.897	14	0,000
Post test	15	3.9333			

Sumber: Data primer 2023

Pada tabel 3 menunjukkan hasil uji statistic yang telah dilakukan didapatkan *P-value* sebesar 0.000 pada derajat kemaknaan 5% ($0.000 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga diyakini bahwa ada pengaruh akupresur terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Molingkapoto Gorontalo Utara.

PEMBAHASAN

Terapi akupresur merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Teknik ini bisa memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin serta meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi (Anamed, 2012 dalam Rahayu, 2015).

Akupresur dapat meningkatkan rasa rileks pada ibu nifas. Akupresur dapat meningkatkan kadar endorphin dalam darah maupun sistematis. Stimulasi akupresur dapat membawa hubungan substansi untuk pelepasan zat yang mampu menghambat sinyal rasa sakit ke otak. Efek rangsangan titik akupresur dapat melalui saraf dan dapat melalui transmitter humoral yang belum dapat diterangkan dengan jelas. (Rahayu, 2015).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI, teknik ini merupakan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu di daerah tubuh (Khabibah & Mukhoirotn, 2019). Stimulasi akupresur akan di transmisikan ke sum-sum tulang belakang dan otak melalui saraf akson, sehingga terjadi rangsangan sinyal mengaktifasi Sistem Saraf Pusat (SPP) menyebabkan perubahan neurotransmitter, hormon prolaktin dan oksitosin, efek biomekanik, endhorpin dan sitokinin menimbulkan normalisasi dan efek keseimbangan pada Qi (Arumsari et al., 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aida Suci dkk, (2019) yang menyatakan bahwa ada pengaruh akupresur terhadap produksi air susu ibu. Penelitian oleh Susilawati dan Halim (2018) menyatakan bahwa terdapat perbedaan terhadap produksi ASI sebelum dan setelah dilakukan intervensi akupresur yang meningkat menjadi 46,8%. Akupresur atau penekanan merupakan salah satu intervensi atau penatalaksanaan non farmakologis untuk merangsang pengeluaran hormon prolaktin.

Sesuai dengan hasil penelitian (Djanah and Muslihatun 2017) yang berjudul akupresur terhadap produksi ASI pada Ibu Postpartum di Klinik Mujahidah Bantul, menjelaskan bahwa ada pengaruh akupresur terhadap produksi ASI pada Ibu postpartum, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Imas dkk, (2019) yang menyatakan bahwa ibu

yang tidak mendapatkan perlakuan berupa akupresur jumlah ASI yang dikeluarkan ibu tidak mengalami peningkatan sedangkan ibu yang mendapatkan terapi akupresur mengalami peningkatan jumlah ASI.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada pengaruh akupresur terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Molingkapoto Gorontalo Utara. Disarankan kepada Puskesmas Molingkapoto Gorontalo Utara dan layanan kesehatan lainnya untuk dapat memberikan terapi akupresur pada ibu nifas agar dapat meningkatkan produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Cholifah, S., ER, H. S., & Mareta, R. (2014). Akupresur Pada Ibu Menyusui Meningkatkan Kecukupan ASI Bayi Di Kecamatan Mungkid Tahun 2014. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(1), 111-117.
- Fetrisia, W., & Yanti, Y. (2019). Pengaruh Acupresure Point for Lactation Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 41. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i1.383>
- Kemntrian Kesehatan RI. (2017). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017. Jakarta: Kemntrian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). PP RI No. 103 Tahun 2014 Tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional. *Hukum Online*, 1-39.
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah Direktorat Pelayanan Kesehatan Tradisional Tahun 2019. Retrieved from http://yankes.kemkes.go.id/app/lakip2/downloads/2019/KP/kestrad/lakip_kestrad_2019.pdf
- Khabibah, L., & Mukhoirotin, M. (2019). Pengaruh Terapi Akupresur dan Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Postpartum di RSUD Jombang. *JURNAL EDUNursing*, 3(2), 68-77.
- Liliana, A., & Wahyuningsih, M. (2020). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Pku Muhammadiyah Bantul. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(4), 416. <https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i04.p10>
- Nurhasanah, S. (2022). *Article Perbedaan Terapi Pijat Akupresur Dan Breastcare Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum*. <https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index>
- Purwanti, Y., St, S., Keb, M., & Raya, J. (2018). Akupresur Dalam Kebidanan Program Studi Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Kampus Iii Fikes-Umsida, (4), 1-42. Retrieved from www.kebidanan.umsida.ac.id
- Rahmaika Arumsari, D., Wayan Agung Indrawan, I., & Sri Wahyuni, E. (2018). The Combination of Acupresure and Affirmation Relaxation as an Alternative Method to Increase Breast Milk Production and Breastfeeding Self-efficacy. *Research Journal of Life Science*, 5(1), 66-76. <https://doi.org/10.21776/ub.rjls.2018.005.01.7>
- Sari, P. P., Nursanti, I., & Widakdo, G. (2020). Pijat Oketani dan Tekanan di Titik Akupresur GB-21 terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(1), 305-313. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i1.1626>
- Sarwono Prawirohardjo. (2018). *Ilmu Kebidanan (4th ed)*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono

Prawirohardjo.

Susilawati, F., & Halim, A. (2018). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Rose dan Akupresur pada Ibu Menyusui Pasca Saesar Caesarea terhadap Kecukupan ASI pada Bayi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 59. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1009>

Wulandari, A. S., Hasanah, O., & Sabrian, F. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi Air Susu Ibu (Asi). *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 51. <https://doi.org/10.31258/jni.10.1.51-60>