



## EFEKTIFITAS *BREAST* DAN *LACTATION MASSAGE* TERHADAP PENGELUARAN KOLOSTRUM PADA IBU NIFAS DI KLINIK KOTA MEDAN

Ainun Mardhiah<sup>1</sup>, Riska Maulidanita<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Prodi D4 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia  
Medan, Indonesia

ainun.syamaun@gmail.com, maulidanitariska@gmail.com

### ABSTRAK

ASI yang keluar pertama kali mengandung kolostrum yang bergizi tinggi dan memiliki antibodi yang dapat melindungi bayi baru lahir dari penyakit. Kolostrum dikeluarkan pada hari pertama setelah persalinan. Kolostrum adalah cairan pertama ASI yang dihasilkan selama masa kehamilan. Ibu yang khawatir kolostrum tidak akan cukup untuk bayi karena jumlahnya yang hanya sekitar 3-5 sendok teh sehingga perlu menambah susu formula. Padahal, walaupun jumlah kolostrum relatif sedikit sudah sangat mencukupi lambung bayi. Apabila bayi tidak menghisap puting susu pada setengah jam setelah persalinan, hormon prolaktin dan oksitosin akan turun dan sulit merangsang hormon tersebut sehingga ASI baru keluar pada hari ketiga atau lebih. Oleh karena itu perlu adanya usaha yang dilakukan untuk meningkatkan kembali hormon tersebut. Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras ASI, dapat dilakukan juga dengan melakukan *breast massage*. *breast massage* adalah pijatan pada payudara secara melingkar dengan durasi pemijatan 2-3 menit. Tujuan penelitian untuk menganalisis efektifitas *breast massage* terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di klinik Kota Medan.

Rancangan penelitian menggunakan metode *pre eksperimental design* dengan *pretest-posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas hari pertama-ketiga di 3 klinik Kota Medan yaitu: Klinik Dina beralamat di jalan Karya Dalam Kec. Medan Helvetia, RB Hanum beralamat di jalan Kl. Yos Sudarso no. 47 Kec. Medan Deli dan Klinik Rosdiana beralamat di jalan Panitera Kec. Medan Deli berjumlah 24 orang. Sampel dalam penelitian ini ditarik dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel Independen yaitu intervensi *breast massage*. Dependen yaitu pengeluaran kolostrum diobservasi selama 3 hari yang dilakukan dengan cara pretest dilakukan sebelum intervensi dan posttest dilakukan setelah intervensi sebanyak 3 kali. Data yang telah dikumpulkan, diolah dengan komputer. Kemudian menganalisis data yaitu: Analisis univariat untuk menggambarkan secara tunggal variabel *breast massage* dan pengeluaran kolostrum. Analisis bivariat untuk mengetahui analisis efektifitas *breast massage* terhadap pengeluaran kolostrum dengan menggunakan uji t berpasangan jika data berdistribusi normal dan uji wilcoxon jika data tidak berdistribusi normal dengan tingkat kemaknaan 95% (0,05). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *breast massage* memiliki nilai z sebesar 2,938 dan pada kelompok kontrol memiliki nilai z sebesar 0,333. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tindakan *breast massage* lebih efektif daripada kontrol pada pengeluaran kolostrum ibu nifas di Klinik Kota Medan.

**Kata Kunci** : *Pengeluaran Kolostrum, Breast Massage*

### ABSTRACT

*Breast milk that comes out for the first time contains colostrum which is highly nutritious and has antibodies that can protect newborns from disease. Colostrum is removed on the first day after delivery. Colostrum is the first liquid of breast milk produced during pregnancy. Mothers*



who are worried that colostrum will not be enough for their babies because the amount is only about 3-5 teaspoons, so they need to add formula milk. In fact, although the amount of colostrum is relatively small, it is very sufficient for the baby's stomach. If the baby does not suck on the nipple in half an hour after childbirth, the hormones prolactin and oxytocin will decrease and it is difficult to stimulate these hormones so that milk will only come out on the third day or so. Therefore, it is necessary to make efforts to increase the hormone again. Efforts to stimulate the hormones prolactin and oxytocin in mothers after childbirth apart from expressing breast milk, can also be done by doing breast massage. breast massage is a massage on the breast in a circle with a massage duration of 2-3 minutes. The research objective was to analyze the effectiveness of breast massage on colostrum expenditure in postpartum mothers in the Medan City clinic. The research design used pre-experimental design with pretest-posttest control group design. The population in this study were all post-partum mothers at 3 clinics in Medan City, namely: Dina Clinic is located at Jalan Karya Dalam Kec. Medan Helvetia, RB Hanum having its address at Jalan Kl. Yos Sudarso no. 47 Kec. Medan Deli and Rosdiana Clinic are located at Jalan Panitera Kec. Medan Deli totaled 24 people. The sample in this study was drawn using purposive sampling technique. The independent variable is breast massage intervention. Dependent is the colostrum expenditure observed for 3 days by means of a pretest carried out before the intervention and posttest carried out after the intervention 3 times. The data that has been collected is processed by computer. Then analyze the data, namely: Univariate analysis to describe single variables breast massage and colostrum expenditure. Bivariate analysis to determine the analysis of the effectiveness of breast massage on colostrum expenditure using the paired t test if the data were normally distributed and the Wilcoxon test if the data were not normally distributed with a significance level of 95% (0.05). The results showed that breast massage had a z value of 2.938 and the control group had a z value of 0.333. It can be concluded that the breast massage procedure is more effective than the control for colostrum distribution for postpartum mothers at the Medan City Clinic.

**Keywords:** Colostrum Expenditure, Breast Massage

## I. PENDAHULUAN

Pemberian ASI segera setelah melahirkan memberikan banyak manfaat bagi ibu dan anak. Jika ASI tidak keluar setelah melahirkan menjadi salah satu penyebab bagi ibu untuk tidak mewujudkan pemberian ASI eksklusif (Hadriani and Hadati, 2019). ASI yang keluar pertama kali mengandung kolostrum yang bergizi tinggi dan memiliki antibodi yang dapat melindungi bayi baru lahir dari penyakit (Statistik, Kependudukan and Nasional, 2017). Kolostrum dikeluarkan pada hari pertama setelah persalinan, jumlah kolostrum akan bertambah dan mencapai komposisi ASI biasa/matur sekitar 3-14 hari (Walyani and Purwoastuti, 2017). ASI mengandung semua nutrisi

yang diperlukan bayi, terutama di awal kehidupannya (Ari and Adriani, 2015). Berdasarkan Survei Demografi Dan Kesehatan (SDKI) menyatakan bahwa lebih dari separuh anak (57%) mendapatkan ASI dalam periode 1 jam setelah lahir dan 74 persen anak mulai disusui dalam 1 hari setelah lahir (Statistik, Kependudukan and Nasional, 2017). Sedangkan Profil Kesehatan Indonesia menjelaskan cakupan pemberian ASI <1 jam pertama yaitu 51,32% dan  $\geq 1$  jam 6,65% khususnya provinsi Sumatera Utara mencapai pemberian <1 jam pertama yaitu 38,73% dan  $\geq 1$  jam 3,47% (Indonesia, 2017). Tahapan ASI pada hari pertama-tiga merupakan ASI kolostrum. Kolostrum adalah cairan pertama



ASI yang dihasilkan selama masa kehamilan. Banyak ibu mengira bahwa kolostrum berwarna kuning keemasan/jingga, kental, lengket dan kadang bening yang diartikan sebagai susu basi dan kemudian dibuang (Nirwana, 2018) (Monika, 2018). Selain itu, banyak juga ibu yang khawatir kolostrum tidak akan cukup untuk bayi karena jumlahnya yang hanya sekitar 3-5 sendok teh sehingga perlu menambah susu formula. Padahal, walaupun jumlah kolostrum relatif sedikit, sudah sangat mencukupi lambung bayi yang juga memang masih kecil berkisar 5-27 ml (Ari and Adriani, 2015) (Monika, 2018).

Apabila bayi tidak menghisap puting susu pada setengah jam setelah persalinan, hormon prolaktin dan oksitosin akan turun dan sulit merangsang hormon tersebut sehingga ASI baru keluar pada hari ketiga atau lebih (Sari, 2017). Oleh karena itu perlu adanya usaha yang dilakukan untuk meningkatkan kembali hormon tersebut. Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras ASI, dapat dilakukan juga dengan melakukan *breast massage*. *breast massage* adalah pijatan pada payudara secara melingkar dengan durasi pemijatan 2-3 menit.

Berdasarkan hasil observasi pada 10 ibu nifas di klinik Kota Medan bahwa 4 ibu nifas yang menyusui bayinya setelah 6 jam post partum dan 6 ibu nifas memberikan susu formula pada bayinya serta mengatakan tidak ada usaha-usaha yang dilakukan untuk mengeluarkan ASI pertama (kolostrum). Berdasarkan uraian tersebut perlu

dilakukan penelitian tentang efektifitas *breast massage* terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas Di Klinik Kota Medan Tahun 2020.

Berdasarkan permasalahan di atas maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada efektifitas *breast massage* terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas Di Klinik Kota Medan Tahun 2020. Tujuan penelitian untuk menganalisis efektifitas *breast massage* terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di klinik Kota Medan.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### Masa Nifas

Masa nifas atau *Puerperium* berasal dari bahasa latin yaitu dari kata "*puer*" yang artinya bayi dan "*parous*" yang bearti melahirkan. Definisi masa nifas adalah masa dimana tubuh ibu melakukan adaptasi pascapersalinan, meliputi perubahan kondisi tubuh ibu hamil kembali ke kondisi sebelum hamil (Astuti *et al.*, 2015).

Sedangkan menurut Ambarwati, Masa nifas (*puerperium*) adalah masa setelah keluarnya placenta sampai alat-alat reproduksi pulih seperti sebelum hamil dan secara normal masa nifas berlangsung selama 6 minggu atau 40 hari (Walyani and Purwoastuti, 2017) (Astutik, 2015).

### Kolostrum

Kolostrum merupakan cairan yang agak kental berwarna kekuning-kuningan (Pollard, 2017), lebih kuning dibanding dengan ASI mature, bentuknya agak kasar karena mengandung butiran lemak



dan sel-sel epitel (Walyani and Purwoastuti, 2017)(Khasanah, 2013). Kolustrum juga dikenal dengan cairan emas yang encer berwarna kuning (dapat pula jernih) dan lebih menyerupai darah daripada susu karena mengandung sel hidup menyerupai sel darah hidup yang dapat membunuh kuman penyakit (Astutik, 2017).

Adapun kasiat dalam pemberian kolustrum kepada bayi baru lahir yaitu, sebagai berikut: sebagai pembersih selaput usus BBL sehingga saluran pencernaan siap untuk menerima makanan (Nirwana, 2018);

mengandung kadar protein yang tinggi terutama gama globulin sehingga dapat memberikan perlindungan tubuh terhadap infeksi; mengandung zat antibody sehingga mampu melindungi tubuh bayi dan berbagai penyakit infeksi untuk jangka waktu sampai dengan 6 bulan (Walyani and Purwoastuti, 2017).

Jika ditinjau melalui fungsi dalam pemberian kolostrum kepada bayi baru lahir yaitu memberikan gizi dan proteksi, yang terdiri atas zat sebagai berikut:

1. *Imunoglobulin* untuk melapisi dinding usus yang berfungsi untuk mencegah penyerapan protein yang mungkin menyebabkan alergi.
2. *laktoferin* merupakan protein yang mempunyai afinitas yang tinggi terhadap zat besi. Kadar *laktoferin* yang tertinggi pada kolustrum dan air susu ibu adalah pada tujuh hari pertama postpartum (setelah melahirkan).

3. *Lisosom* berfungsi sebagai antibakteri dan menghambat pertumbuhan berbagai virus.
4. factor *antitrypsin* berfungsi menghambat kerja tripsin sehingga akan menyebabkan *immunoglobulin* pelindung tidak akan pecah oleh tripsin
5. *Lactobasillus* ada di dalam usus bayi dan menghasilkan berbagai asam yang mencegah pertumbuhan bakteri patogen (Astutik, 2017)(Astutik, 2015).

### **Breast Massage (pijat payudara)**

*Breast Massage* adalah pemijatan pada daerah payudara ibu secara melingkar dan lurus. *Breast Massage* bila dilakukan sebelum menyusui/memerah dapat membantu terjadi refleks pengeluaran ASI. Selama payudara dipijat, hormon oksitosin yang berfungsi mengeluarkan ASI akan meningkat dan terjaga tinggi. *Breast Massage* saat memerah membantu pengosongan payudara menjadi lebih baik. Adapun persiapan sebelum memijat payudara yaitu, sebagai berikut:

1. Hangatkan tangan, bisa dengan mencuci tangan dengan air hangat.
2. Pilih tempat yang nyaman dan sepi.
3. Pilih tempat duduk/kasur yang nyaman.
4. Hindari pengolesan berbagai minyak pada payudara karena dapat tertelan bayi dan menyebabkan bayi menolak menyusu.
5. Untuk melembapkan payudara dan membantu kelancaran pengeluaran ASI, ibu dapat



mengompres payudara dengan handuk hangat atau mandi shower air hangat (Monika, 2018).

Dan langkah-langkah memijat payudara yaitu, sebagai berikut:

1. Setelah ibu duduk dengan nyaman, goyang-goyangkan payudara dengan lembut dengan kedua tangan sebelum mulai memijat.
2. Bila ibu memiliki payudara besar, tangan ibu dapat menopang payudara bagian bawah dan tangan yang lain melakukan pijatan.
3. Mulailah dari dada/ujung atas payudara. Dengan menggunakan telapak tangan, tekan lembut dan buatlah pijatan melingkar dari dada menuju puting. Fokuskan pada area tempat saluran ASI berkembang dengan baik, salah satunya di bawah payudara, di area bawah ketiak, atau di area tempat terjadi gumpalan ASI.
4. Selain melingkar, variasikan gerakan memijat, yaitu lurus dengan arah dari dinding dada menuju puting (Monika, 2018).

Penelitian Diah EA, Tjahjono Kuncoro, Sri Sumarni, Mardiyono Mardiyono, Ari Suwondo (Anuhgera *et al.*, 2019) bahwa kombinasi perawatan payudara dan pijat erdorphin merupakan Tindakan efektif dalam pengeluaran kolostrum dengan P value 0,000.

Penelitian Naomi Parmila dan Tuti Yulianingsih (Parmila and Yulianingsih, 2017) bahwa tindakan Stimulasi otot-otot payudara (*breast massage*) dan pengeluaran oksitosin ( pijat oksitosin berpengaruh terhadap kolostrum.

### Pengertian Efektifitas

Efektifitas adalah pencapaian target output yang diukur dengan cara membandingkan output anggaran atau seharusnya. Efektifitas menurut Hidayat yang menjelaskan bahwa efektifitas adalah suatu ukuran yang menyatakan seberapa jauh target (kualitas, kuantitas dan waktu) telah tercapai. Dimana mungkin tinggi efektifitasnya (Sattar, 2017).

Efektifitas berasal dari kata kerja efektif yaitu terjadi suatu akibat atau efek yang dikehendaki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Pengertian efektifitas sering dikaitkan dengan pengertian efisien. Namun, jika efektifitas menekan pada hasil yang dicapai, sedangkan pengertian efisien lebih melihat pada bagaimana cara mencapai hasil yang dicapai dengan membandingkan antara output dan input (Sumadino Wahono, 2018).

### III. METODE

#### Tahapan dan Rancangan

##### Penelitian

Tahapan penelitian dimulai dengan observasi sampel, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi. Rancangan penelitian menggunakan metode *pre eksperimental design* dengan *pretest-posttest control group design* (Hidayat, 2007). Kelompok intervensi diberikan perlakuan sebanyak 1 kali sehari selama 3 hari berturut-turut. Kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

##### Skema Rancangan Penelitian

Kelompok	Pretest	Perlakuan	Posttest
Intervensi 1	O1	X1	O2
Kontrol	O3	-	O4



Keterangan :

O1 : Pengukuran pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan intervensi

O2 : Pengukuran pada kelompok perlakuan setelah dilakukan intervensi

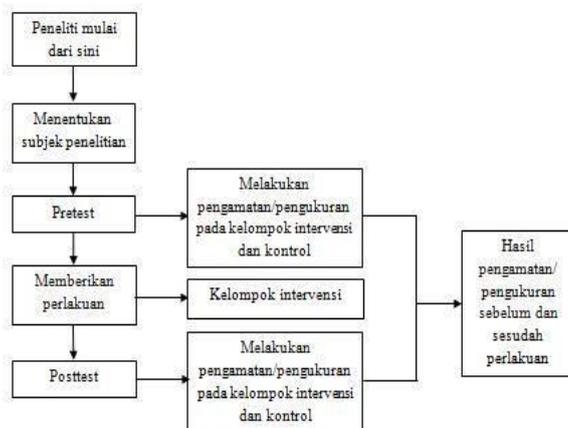
X1 : Pemberian intervensi *breast massage*

O3 : Pengukuran pertama pada kelompok kontrol yang dilakukan pertama kali bersamaan dengan kelompok perlakuan pada saat pretest

O4 : Pengukuran pada kelompok kontrol bersamaan dengan kelompok perlakuan pada saat posttest

- : Tanpa pemberian intervensi *breast massage*

### Desain Penelitian



Gambar 1. Desain Penelitian

### Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas hari pertama-ketiga di 3 klinik Kota Medan yaitu: Klinik Dina beralamat di jalan Karya Dalam Kec. Medan Helvetia, RB Hanum beralamat di jalan Kl. Yos Sudarso no. 47 Kec. Medan Deli dan Klinik Rosdiana beralamat di jalan Panitera Kec. Medan Deli

berjumlah 36 orang. Sampel dalam penelitian ini ditarik dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Perbandingan 1:1, dimana 12 responden diintervensi *breast massage* dan 12 responden sebagai kelompok kontrol. Kriteria inklusi sampel yaitu bersedia menjadi responden, Ibu melahirkan anak pertama (primipara) dan ibu post partum hari pertama sampai dengan ketiga.

### Instrumen Penelitian

*Breast massage* dilakukan pada ibu nifas hari pertama-ketiga dengan 1 kali pijatan pada pagi hari selama 2-3 menit menggunakan baby oil dan dilakukan pijatan tersebut sampai hari ketiga post partum. *Breast massage* dilakukan pada ibu nifas hari pertama-ketiga dengan 1 kali pijatan pada pagi hari selama 2-3 menit menggunakan baby oil dan dilakukan pijatan tersebut sampai hari ketiga. Pengeluaran kolostrum diobservasi selama 3 hari yang dilakukan dengan cara pretest dilakukan sebelum intervensi dan posttest dilakukan setelah intervensi sebanyak 3 kali.

### Hipotesis

Ada efektifitas sebelum dan sesudah diberikan perlakuan *breast* dan *lactation massage* terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas Di Klinik Kota Medan.

### Analisis data

Data yang telah dikumpulkan, diolah dengan komputer. Kemudian menganalisis data yaitu: Analisis univariat untuk menggambarkan secara tunggal variabel *breast*, *lactation massage* dan pengeluaran



kolostrum. Analisis bivariat untuk mengetahui analisis efektifitas *breast* dan *lactaction massage* terhadap pengeluaran kolostrum dengan menggunakan uji *one way anova* jika data berdistribusi normal dan uji *kruskal walliss* jika data tidak berdistribusi *normal* dengan tingkat kemaknaan 95% (0,05) (Dahlan, 2011).

#### IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini dilaporkan tentang hasil yang sudah dicapai dalam kegiatan penelitian yang dilakukan pada Juli sampai September 2020 Di Klinik Kota Medan. Adapun variabel tersebut adalah karakteristik responden meliputi Umur, Pendidikan dan Pekerjaan serta variabel pengeluaran kolostrum responden sebelum dan setelah diberikan tindakan *breast*, *massage* dan kontrol berdasarkan distribusi frekuensi sebagai berikut:

##### 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden *Breast Massage* Dan Kontrol Berdasarkan Umur, Pendidikan Dan Pekerjaan Di Klinik Kota Medan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 36 responden pada umur, pendidikan dan pekerjaan dan kontrol mayoritas responden berumur 20-35 tahun berjumlah 7 orang (58,3%) dan 6 orang (50,0%).

Pada pendidikan menunjukkan bahwa pada kelompok tindakan *breast*, *massage* dan kontrol mayoritas responden berpendidikan menengah berjumlah 5 orang (41,7%) dan 7 orang (58,3%).

Dan pada pekerjaan menunjukkan bahwa pada kelompok tindakan *breast massage* dan kontrol mayoritas responden tidak bekerja berjumlah 6 orang (50,0%), dan 7 orang (58,3). Hasil ini dapat dilihat pada tabel karakteristik responden sebagai berikut:

No	Karakteristik	Tindakan			
		<i>Breast Massage</i>	Kontrol		
		f	%	f	%
<b>Umur</b>					
1.	<20 tahun	2	16,7	3	25,0
2.	20-35 tahun	7	58,3	6	50,0
3.	>35 tahun	3	25,0	3	25,0
<b>Pendidikan</b>					
1.	Dasar	4	33,3	3	25,0
2.	Menengah	5	41,7	7	58,3
3.	Tinggi	3	25,0	2	16,7
<b>Pekerjaan</b>					
1.	Bekerja	6	50,0	5	41,7
2.	Tidak bekerja	6	50,0	7	58,3
<b>Total</b>		<b>12</b>	<b>100</b>	<b>12</b>	<b>100</b>

##### 2. Distribusi Frekuensi Pengeluaran Kolostrum Responden Sebelum Dan Setelah Diberikan *Breast Massage* Dan Kontrol Di Klinik Kota Medan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 36 responden pada tindakan sebelum dan setelah diberikan *Breast*, *Massage* dan kontrol. Pengeluaran kolostrum pada kelompok sebelum tindakan *breast massage* mayoritas 1 cc berjumlah 4 orang (33,3%) dan kontrol 0 cc berjumlah 4 orang (33,3%).

Sedangkan pengeluaran kolostrum pada kelompok setelah diberikan *breast massage* mayoritas 5 cc berjumlah 4 orang (33,3%) dan pada kelompok kontrol 2 cc berjumlah 4 orang (33,3%). Hasil ini dapat dilihat pada tabel pengeluaran kolostrum responden sebagai berikut:



No	Tindakan Kolostrum	Pengeluaran Breast Massage		Kontrol	
		f	%	f	%
<b>Sebelum</b>					
1.	0 cc	2	16,7	4	33,3
2.	1 cc	4	33,3	2	16,7
3.	2 cc	4	33,3	3	25,0
4.	5 cc	2	16,7	3	25,0
<b>Setelah</b>					
1.	0 cc	0	0	3	25,0
2.	1 cc	1	8,3	3	25,0
3.	2 cc	3	25,0	4	33,3
4.	5 cc	4	33,3	2	16,7
5.	10 cc	2	16,7	0	0,0
6.	15 cc	2	16,7	0	0,0
<b>Total</b>		<b>12</b>	<b>100</b>	<b>12</b>	<b>100</b>

### 3. Uji Normalitas Data Dengan Shapiro-Wilk Sebelum Dan Setelah Dilakukan Tindakan Breast, Lactation Massage Dan Kontrol Di Klinik Kota Medan

Hasil uji normalitas data dengan *shapiro-wilk* menunjukkan bahwa pada sebelum dilakukan tindakan *breast massage* dengan nilai sig. 0,014 sedangkan setelah dilakukan tindakan dengan nilai sig. 0,039. Disimpulkan bahwa nilai sebelum dan setelah tindakan *breast massage* lebih kecil dari 0,050 artinya data tersebut berdistribusi normal.

Hasil uji normalitas data dengan *shapiro-wilk* menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol pada hari pertama dengan nilai sig. 0,011 sedangkan pada hari ketiga nilai sig. 0,017. Disimpulkan bahwa nilai pada kelompok kontrol lebih kecil dari 0,050 artinya data tersebut berdistribusi normal. Hasil ini dapat dilihat pada tabel shapiro-wilk responden sebagai berikut

Variabel	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
<b>Breast massage</b>			
Sebelum	0,815	12	0,014
Setelah	0,852	12	0,039
<b>Kontrol</b>			
Sebelum	0,805	12	0,011
Setelah	0,823	12	0,017

### 4. Efektifitas Breast Massage Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Nifas Di Klinik Kota Medan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok *breast massage* terdapat perbedaan nilai rata-rata pengeluaran kolostrum sebelum dan setelah tindakan *breast massage* yaitu dari 0,00 menjadi 6,00. Hasil uji *wilcoxon* diperoleh nilai  $p = 0,003 < 0,050$ , disimpulkan bahwa tindakan *breast massage* berpengaruh terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas.

Pada kelompok *breast massage* memiliki nilai z sebesar 2,938 dan pada kelompok kontrol memiliki nilai z sebesar 0,333. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tindakan *breast massage* lebih efektif daripada kontrol pada pengeluaran kolostrum ibu nifas. Hasil ini dapat dilihat pada tabel pengeluaran kolostrum responden sebagai berikut :

Variabel	Pengeluaran Kolostrum		
	Rerata Nilai	Nilai Z	P
<b>Breast massage</b>			
Sebelum	0,00		
Setelah	6,00	2,938	0,003
<b>Kontrol</b>			
Sebelum	4,00		
Setelah	3,00	0,333	0,739

### PEMBAHASAN Efektifitas Breast Massage Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Nifas Di Klinik Kota Medan Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tindakan *breast massage* berpengaruh terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di Klinik Kota Medan dengan nilai  $p = 0,003 < 0,050$ . Sedangkan kelompok kontrol



tidak berpengaruh terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di Klinik Kota Medan dengan nilai  $p = 0,739 > 0,05$ .

Penelitian ini sejalan dengan Penelitian Naomi Parmila dan Tuti Yulianingsih (Parmila and Yulianingsih, 2017) bahwa tindakan Stimulasi otot-otot payudara (*breast massage*) dan pengeluaran oksitosin (pijat oksitosin) berpengaruh terhadap kolostrum.

Kolostrum merupakan cairan yang agak kental berwarna kekuning-kuningan (Pollard, 2017), lebih kuning dibanding dengan ASI mature, bentuknya agak kasar karena mengandung butiran lemak dan sel - sel epitel (Walyani and Purwoastuti, 2017)(Khasanah, 2013).

Kolostrum juga merupakan cairan kental yang membersihkan mekonium sehingga mukosa usu bayi baru lahir segera bersih dengan adanya pemberian kolostrum (Anggraini, 2010).

*Breast massage* merupakan tindakan pijat yang dilakukan pada daerah payudara dengan melakukan tekanan secara melingkar dan lurus. Tekanan tersebut dapat merangsang otot-otot pada payudara yang kemudian dihantarkan ke hipotalamus sehingga hipotalamus akan menekan pengeluaran faktor yang menghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya merangsang pengeluaran faktor yang memicu sekresi prolaktin. Dengan demikian hormon prolaktin akan merangsang sel-sel alveoli yang berfungsi untuk membuat air susu dan air susu menjadi lancar.

## V. KESIMPULAN

Tindakan breast massage lebih efektif daripada kontrol pada pengeluaran kolostrum ibu nifas di Klinik Kota Medan

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Y. (2010) *Ashuan kebidanan masa nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Anuhgera, D. E. *et al.* (2019) Pengeluaran Kolostrum dengan Pemberian Perawatan Payudara dan Endorphin Massage pada Ibu Post Seksio Sesarea', *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 2(1), pp. 34–40.
- Ari, D. R. K. and Adriani, F. R. (2015) *Membesarkan Anak Hebat dengan ASI*. Yogyakarta: Citra Media Pustaka.
- Astuti, S. *et al.* (2015) *Ashuan kebidanan nifas dan menyusui*. Jakarta: Erlangga.
- Astutik, R. Y. (2015) *Ashuan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Astutik, R. Y. (2017) *Payudara dan laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dahlan, M. S. (2011) *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hadriani, H. and Hadati, R. (2019) 'Efektivitas Pijat Oksitosin Dan Breast Care Pada Ibu Bersalin Terhadap Pengeluaran ASI Di Puskesmas Kamonji', *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, pp. 218–230.
- Hidayat, A. A. (2007) *Metode Penelitian Kebidanan dan*



Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu Universitas Asahan ke-4 Tahun 2020  
Tema : "Sinergi Hasil Penelitian Dalam Menghasilkan Inovasi Di Era Revolusi 4.0"  
Kisaran, 19 September 2020

- Teknik Analisis Data.*  
Jakarta: Salemba Medika.  
Indonesia, K. K. R. (2017)  
*Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2017.*  
Indonesia.  
Khasanah, N. (2013) *ASI atau Susu Formula ya.* Yogyakarta: FlashBooks.
- Monika, F. B. (2018) *Buku Pintar ASI dan Menyusui.* Jakarta: Noura Books.  
Nirwana, A. B. (2018) *ASI dan Susu Formula.* Yogyakarta: Nuha Medika.