

Pijat Oketani dan Pelekatan Bayi dapat Mencegah Puting Susu Lecet

Nurul Fauziah

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju

(Gedung HZ Jl. Harapan No.50 Lenteng Agung Jakarta Selatan 12610)

Email: nurulfauziah616@gmail.com

Abstract

Pendahuluan: Metode pijat jaringan ikat yang dikembangkan oleh bidan Sotomi Oketani melibatkan pemisahan manual perekat antara payudara bagian bawah dan massa otot pektoralis utama untuk membantu memulihkan dan mempertahankan kontur alami payudara serta penampilan alaminya. Teknik menyusui yang baik adalah bagaimana bayi disusui dengan pelekatan dan posisi yang benar antara ibu dan bayi. Pijat Oketani adalah perawatan dada yang unik, pertama kali dipromosikan oleh Sotomi Oketani dari Jepang, dan telah diterapkan di Korea, Jepang, Bangladesh dan negara lainnya.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pijat Oketani dan pelekatan pada bayi dalam mencegah puting susu lecet pada ibu menyusui di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung tahun 2021.

Metode: Metode Penelitian yang digunakan yaitu *quasi eksperiment* dengan desain penelitian *pre-test post-test one group design*. Sampel penelitian ini adalah ibu nifas/ibu menyusui hari ke 1-4 di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung sebanyak 36 responden dengan teknik random sampling. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon signed Ranks Test*.

Hasil: Hasil penelitian dapat diketahui bahwa pelekatan bayi sebelum dilakukan intervensi diperoleh nilai rata-rata = 5,03. Sesudah intervensi diperoleh nilai rata-rata = 8,08 dengan demikian mengalami peningkatan tentang pelekatan bayi yang benar sebesar 3,05. Hasil deskriptif variabel Pijat Oketani diketahui bahwa sebelum intervensi diperoleh nilai rata-rata = 3,64. Sesudah intervensi diperoleh nilai rata-rata = 6,86 dengan demikian mengalami peningkatan tentang Pijat Oketani sebesar 3,22. Berdasarkan hasil uji statistik yang mendapat nilai *asympt sig. 2 tailed* adalah 0,000 ($\alpha = 0,05$), dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima.

Kesimpulan: Ringkasnya, pelekatan bayi dan pijat oketani di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung efektif dalam mencegah puting susu lecet.

Kata Kunci: pelekatan bayi, pijat oketani, puting susu lecet

Hak Cipta

©2022 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

Editor: ALR

Diterima: 07/07/2022

Direview: 05/12/2022

Publish: 28/12/2022

Available Article: (doi)
10.53801/jipki.v2i1.36

Pendahuluan

UNICEF dan WHO mengimbau kepada pemerintahan dan seluruh pemegang kepentingan Negara dalam menjaga dan mendorong akses pelayanan agar para ibu dapat tetap menyusui sepanjang pandemi Covid-19.¹ Inisiasi menyusui secara eksklusif dan Menyusui dini membantu bayi bertahan hidup serta membangun antibodi yang dibutuhkannya untuk mencegah penyakit umum anak misalnya pneumonia dan diare.² Meningkatnya jumlah ibu menyusui secara global mempunyai potensi menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak di bawah usia 5 tahun dan dapat mencegah peningkatan 20.000 kasus kanker payudara terhadap wanita setiap tahun.³

Periode *postpartum* diawali 1 jam setelah solusio plasenta dan berlanjut selama 6 minggu (42 hari) sesudahnya. Pada tahap ini, pelayanan nifas harus diberikan dalam mencukupi keperluan bayi baru lahir serta ibu bayi, termasuk deteksi dini, pencegahan, serta penyakit potensial dan pengobatan komplikasi, dan pelayanan laktasi, metode kehamilan menengah, nutrisi untuk ibu dan imunisasi.⁴

Menyusui merupakan bagian integral dari tahapan reproduksi yang meliputi menstruasi, kehamilan, konsepsi, kelahiran, laktasi, serta penyapihan, apabila seluruh ini terlaksana dengan baik maka tahapan dalam menyusui akan sukses. Kesuksesan menyusui bukanlah suatu hal yang datang secara alami, namun kemampuan yang harus dipahami.⁵ Supaya ibu sukses menyusui, mereka harus melakukan bermacam aktivitas sebelum, selama dan setelah melahirkan. Puting pecah-pecah biasanya disebabkan oleh kontak yang buruk antara ibu dan bayi saat menyusui. Biasanya bisa juga disebabkan oleh infeksi jamur *Candida*.⁶ Seperti yang dilaporkan oleh Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI, 2007).⁷ Satu pertiga wanita di dunia (38%) tidak menyusui dikarenakan bengkak, serta di Indonesia angka ibu menyusui secara eksklusif 32,3% penduduknya memberikan ASI secara eksklusif. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI, 2008-2009) memperlihatkan bahwa 55% ibu menyusui terjadi puting nyeri dan mastitis, kemungkinan dikarenakan perawatan payudara sepanjang kehamilan yang kurang.⁸

Sotomi Oketani adalah bidan yang menemukan pijat laktasi untuk mengatasi berbagai masalah yang sering dihadapi ibu menyusui seperti ASI tidak cukup, mastitis atau prolapse, produksi ASI lebih sedikit. Pijat Oketani adalah perawatan dada yang unik, yang awalnya dipromosikan dari Jepang oleh Sotomi Oketani serta telah diterapkan di Korea, Jepang, Bangladesh dan negara lainnya.⁹ Pijat Oketani dilakukan oleh bidan dengan pelatihan dan teknik khusus. "Metode pijat jaringan ikat yang dikembangkan oleh bidan Sotomi Oketani melibatkan pemisahan manual perekat antara payudara bagian bawah dan massa otot pektoralis utama untuk membantu memulihkan dan mempertahankan kontur alami payudara".¹⁰

Berdasarkan penjelasan diatas, belum diketahui pengaruh pijat oketani dan pelekatan bayi pada puting susu lecet, sehingga rumusan masalahnya adalah belum diketahuinya pengaruh pijat oketani dan pelekatan bayi pada puting susu lecet.

Metode

Penelitian ini merupakan riset kuantitatif dengan mempergunakan metode *quasi eksperimen* dengan rancangan penelitian *pre-test post-test one group design*.¹¹ Penelitian ini meneliti perbedaan sebelum dan sesudah pengaruh Pijat Oketani dan Pelekatan bayi dalam pencegahan puting susu lecet. Penarikan sampel memakai teknik *simple random sampling* dari bulan Juli hingga September 2021 dengan populasi ibu nifas/menyusui di klinik Mutiara Medika Rangkasbitung. Analisa data memakai pengujian *Wilcoxon signed Ranks Test*. Subjek penelitian meliputi seluruh ibu nifas/ibu menyusui pada hari ke 1-4 di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung. Pengambilan data dengan intervensi sekali sehari selama 1 minggu. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 36 responden yang diambil sesuai dengan kriteria inklusi.

Hasil

Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif

		<i>N</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
Pelekatan Bayi	<i>Pre-test</i>	36	4	7	5,03	0,845
	<i>Post-test</i>	36	6	10	8,08	1,079
Pijat Oketani	<i>Pre-test</i>	36	2	5	3,64	0,899
	<i>Post-test</i>	36	4	9	6,86	1,046
Puting susu lecet	<i>Pre-test</i>	36	13	7	17,8	1,811
	<i>Post-test</i>	36	21	12	9,78	1,098

Dari tabel 1 dapat ditinjau bahwa pelekatan bayi sebelum intervensi memiliki nilai rata-rata = 5,03. Setelah dilakukan intervensi nilai *mean* = 8,08, sehingga pelekatan bayi yang benar meningkat menjadi 3,05. Hasil deskriptif variabel Pijat Oketani diketahui sebelum dilakukan intervensi nilai *mean* = 3,64. Setelah dilakukan intervensi *mean* = 6,86 sehingga terjadi peningkatan pijat Oketani sebesar 3,22. Hasil deskriptif puting lecet menunjukkan bahwa sebelum intervensi nilai *mean* = 17,8. Setelah intervensi, *mean* = 9,78, sehingga menurun menjadi 8,02.

Uji Normalitas

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

		<i>N</i>	<i>Statistic</i>	<i>P-value</i>
Pelekatan Bayi	<i>Pre-test</i>	36	0,848	0,000
	<i>Post-test</i>	36	0,857	0,000
Pijat Oketani	<i>Pre-test</i>	36	0,878	0,001
	<i>Post-test</i>	36	0,912	0,008
Puting susu lecet	<i>Pre-test</i>	36	0,956	0,160
	<i>Post-test</i>	36	0,898	0,003

Uji *Shapiro-Wilk* $P > 0,05$

Dari hasil pengujian standar table 2 diketahui bahwa nilai signifikansi pelekatan bayi sebelum dan sesudah intervensi *p-value* 0,000 $> 0,05$ maknanya data tidak berdistribusi normal sedangkan nilai signifikansi pijat Oketani sebelum intervensi adalah nilai *p-value* 0,001 dan setelah intervensi nilai *p-value* adalah 0,008 ($p > \alpha$) bermakna data tersebut tidak berdistribusi normal dan nilai signifikansi puting susu lecet sebelum intervensi, nilai *p-value* 0,160 berarti data berdistribusi normal dan setelah intervensi nilai *p-value* sebesar 0,003 berarti data tersebut tidak berdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas Variances

	<i>Statistic</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig</i>
Pelekatan bayi	0,908	1	70	0,344
Pijat Oketani	0,061	1	70	0,805
Puting susu lecet	4,545	1	70	0,037

Uji Homogenitas $P > 0,05$

Berdasarkan dari table 3 Hasil uji Homogenitas diketahui bahwa nilai signifikansi pelekatan bayi adalah 0,344 $> 0,05$ yang berarti hipotesis homogenitas terpenuhi dan nilai signifikansi pijat oketani adalah 0,805 yang berarti hipotesis homogenitas terpenuhi, dan nilai signifikansi puting susu lecet adalah 0,037 yang berarti hipotesis homogenitas tidak terpenuhi.

Wilcoxon Test

Tabel 4. Uji Wilcoxon Pengaruh Pijat Oketani dan Pelekatan Bayi dalam Mencegah Puting Susu Lecet di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung Tahun 2021

		<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Sum of Ranks</i>	<i>Z</i>	<i>Asymp Sig.2 Tailed</i>
Pelekatan Bayi	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	.00	.00	-5,220 ^b	0.000
	<i>Positif Ranks</i>	35 ^b	18,00	630.00		
Pijat Oketani	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	.00	.00	5,263 ^b	0.000
	<i>Positif Ranks</i>	36 ^b	18.50	666.00		
Puting susu lecet	<i>Negative Ranks</i>	36 ^a	18.50	666.00	-5,261 ^b	0.000
	<i>Positif Ranks</i>	0 ^b	.00	.00		

Dari tabel 4 dapat diketahui bahwa hasil penelitian didapatkan nilai *asymp sig. 2* memiliki nilai 0,000 di bawah ($\alpha = 0,05$), sehingga kesimpulannya bahwa hipotesis diterima. Berdasarkan riset ini juga kesimpulannya bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah intervensi terhadap pelekatan bayi dan pijat oketani efektif dalam mencegah nyeri puting.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rata-rata pelekatan bayi yang benar sebelum intervensi 5,03 dan sesudah intervensi pelekatan bayi yang benar 8,08 menunjukkan peningkatan. Sehingga menunjukkan efektivitas pelekatan bayi dalam mencegah puting lecet. Hal ini sesuai dengan Teori Sulastri (2020) metode menyusui yang tidak benar dapat mengakibatkan puting sakit, sekresi ASI yang kurang baik mempengaruhi suplai ASI nanti, atau bayi enggan menyusui. Puting pecah-pecah bisa disebabkan oleh trauma pada puting saat menyusui dan juga bisa retak dan pecah-pecah.¹²

Rata-rata pijat oketani sebelum intervensi adalah 3,64 dan setelah pijat oketani adalah 6,86 menunjukkan peningkatan. Jadi, ini menunjukkan adanya efektivitas pijat oketani dalam mencegah puting lecet.

Kusumastuti (2018) bahwa pijat Oketani adalah perawatan payudara pertama kali dari Jepang yang dipopulerkan oleh Sotomi Oketani yang unik dan telah dipraktekkan di sebagian negara diantaranya Bangladesh Jepang, dan Korea. Satomi menyebutkan bahwa menyusui dapat memperkuat ikatan antara bayi dan ibu, serta mendorong perkembangan mental dan fisik alami bayi. Pijat Oketani dapat memberikan kenyamanan dan pereda nyeri pada ibu nifas. Setelah melahirkan, tubuh ibu hamil lebih nyaman. Pijat Oketani akan membantu melembutkan payudara, areola dan puting lebih elastis, maka akan mempermudah menyusui bayi.¹³

Rata-rata puting lecet sebelum intervensi adalah 17,8 dan setelah intervensi adalah 9,78, menurun karena berbeda dengan data pijat oketani dan data pelekatan bayi, ada peningkatan berarti berhasil dalam intervensi, sedangkan data puting susu lecet semakin menunjukkan adanya penurunan, berarti terdapat keberhasilan dalam mencegah nyeri puting. Hal ini juga menunjukkan bahwa ada pengaruh dari pelekatan bayi dan pijat oketani efektif dalam mencegah nyeri puting.

Menurut asumsi peneliti, pelekatan yang baik adalah dengan memasukkan sebagian areola ke dalam mulut bayi, dagu bayi menempel pada payudara, serta pipi yang membulat saat bayi menerima ASI. Hal ini sesuai dengan teori Fitra (2019) jika dilihat dari luar, areola di atas mulut bayi terlihat seperti areola di bagian bawah mulut bayi, mulut bayi terbuka lebar, bibir bawah bayi menghadap ke luar, dagu menempel pada payudara, pipi bayi berbentuk bulat karena dapat menampung ASI.¹⁴

Karakteristik pijat oketani adalah pijatan tanpa rasa sakit, menaikkan kualitas ASI, dapat memberi perbaikan kelainan bentuk puting, dan dapat mencegah puting lecet. Hal ini sesuai dengan teori Kusumastuti (2018) bahwa pijat Oketani tidak menimbulkan ketidaknyamanan atau rasa sakit, pasien dapat merasakan langsung rasa pemulihan dan kelegaan (*comfort and relief*), yang dapat menaikkan proses laktasi terlepas dari ukuran atau bentuk pasien, meningkatkan kualitas payudara dan memperbaiki kelainan bentuk puting seperti puting terbalik atau datar, dapat mencegah luka dari puting dan mastitis.¹³

Penelitian Vania Putri (2020) tentang “Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bangkinang” menyimpulkan bahwa produksi ASI Setelah melahirkan sebelum 100cc pijat Oketani, terdapat 21 ibu nifas (82%), yaitu pijat oketani memiliki efek produksi ASI pada ibu nifas.¹⁵

Hipotesis penelitian, dengan mempelajari berbagai hasil dan teori riset yang dijelaskan diatas, pelekatan bayi dan pijat oketani bekerja untuk mencegah puting lecet, berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 36 responden setelah menerima/diajarkan pelekatan yang benar dan pijat oketani dapat mencegah puting dari pemisahan.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan bahasan yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti dapat menarik kesimpulan seperti dibawah rata-rata pelekatan bayi dalam mencegah puting susu lecet sebelum intervensi adalah 5,03 dan sesudah intervensi pelekatan bayi adalah 8,08. Rata-rata pijat oketani dalam mencegah puting susu sebelum intervensi adalah 3,64 dan sesudah intervensi pijat oketani adalah 6,86. Pelekatan bayi dan pijat oketani berpengaruh dalam pencegahan puting susu lecet di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung Tahun 2021.

Konflik Kepentingan

Penelitian ini terbebas dari kepentingan individu maupun kelompok.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orangtua, dosen pembimbing, responden dan seluruh pihak yang terlibat dalam penyelesaian penelitian ini.

Pendanaan

Dana dalam pelaksanaan penelitian ini bersumber dari peneliti.

References

1. Indonesia U. Pekan Menyusui Dunia: UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19. 2020.
2. Roesli U. Buku Pintar ASI Eksklusif. Yogyakarta. Diva Press; 2000.
3. Wahyuni ED, Wahyuni ED. Asuhan kebidanan nifas dan menyusui. Pusdik SDM Kesehatan; 2018.
4. Prawirohardjo S. Ilmu kandungan. Jakarta PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. 2011;
5. Maryunani A. Inisiasi menyusui dini, ASI eksklusif dan manajemen laktasi. Jakarta Trans info media. 2012;
6. Riordan J, Wambach K. Breastfeeding and human lactation. Jones & Bartlett Learning; 2010.

7. PPNI TIMPSDPP. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik. In EGC; 2019.
8. Risneni R. Hubungan Teknik Menyusui Dengan Terjadinya Lecet Puting Susu Pada Ibu Nifas. J Ilm Keperawatan Sai Betik. 2017;11(2):158–63.
9. Kabir N, Tasnim S. Oketani lactation management: A new method to augment breast milk. J Bangladesh Coll Physicians Surg. 2009;27(3):155–9.
10. Astari AD, Machmudah M. Pijat Oketani Lebih Efektif Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu PostPartum Dibandingkan dengan Teknik Marmet. In: Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Unimus. 2019.
11. Notoatmodjo S. Metode Penelitian kesehatan, PT Rineka Cipta, Jakarta. 2010;
12. Mirza PA, Sulastri D, Arisany D. Hubungan Panjang Badan Lahir dan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 7-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Seberang Padang. J Ilmu Kesehat Indones. 2020;1(3):262–9.
13. Kusumastuti K, Qomar UL, Pratiwi P. Efektifitas Pijat Oketani Terhadap Pencegahan Bendungan ASI pada Ibu Postpartum. Proceeding of The URECOL. 2018;271–7.
14. Hasanah N, Febridiani LD, Irsal FS. Whatsapp grup sebagai media edukasi dan sharing pengalaman terkait ASI dan MP-ASI saat bencana. Ber Kedokt Masy. 34(11):1–13.
15. Sari VPU, Syahda S. Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. J Doppler. 2020;4(2):117–23.