

EFEKTIVITAS METODE BOM TERHADAP PRODUKSI ASI

Tresia Umarianti ¹⁾, Kartika Dian Listyaningsih ²⁾, Rahajeng Putriningrum ³⁾

^{1, 2,3} Prodi D-III Keperawatan STIKes Kusuma Husada Surakarta

t27a.umarianti@gmail.com, tika.listya21@gmail.com, rahajengputriningrum@yahoo.com

ABSTRAK

Permasalahan mayoritas yang dialami ibu adalah tidak keluarnya ASI pada hari pertama sampai hari ketiga post partum. Akibatnya, bayi baru lahir yang seharusnya mendapatkan ASI dini akan tertunda dan sebagai alternatifnya diberikan susu formula. Kelancaran proses laktasi atau produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh perawatan payudara, frekuensi penyusuan, kejiwaan ibu, kesehatan ibu, dan kontrasepsi, begitu juga untuk produksi ASI sangat dipengaruhi fisik, psikospiritual, lingkungan dan sosial. Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin dapat dilakukan dengan perawatan atau pemijatan payudara, pijat oksitosin, membersihkan puting, menyusui dini dan teratur serta teknik marmet atau teknik memerah dan memijat. Metode "BOM" (Breastcare, Oxytocin Massage, and Marmet Technique) yaitu stimulasi untuk membantu produksi dan pengeluaran ASI melalui breastcare (pemijatan payudara), oxytocin massage (pijatan atau rangsangan pada tulang belakang) dan marmet technique (kombinasi antara memerah ASI dan memijat payudara). Ibu nifas di PKD Shifa secara studi pendahuluan dari 5 (lima) ibu nifas, belum mengetahui bagaimana cara agar produksi ASI banyak dengan menggunakan "BOM" melalui wawancara terstruktur. Tujuan penelitian adalah mengkaji efektivitas metode BOM (Breastcare, Oxytocin, and Marmet Technique) terhadap produksi ASI. Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen. Dilaksanakan di PKD Syifa Cemani dengan jumlah sampel 30 orang dan menggunakan analisa Mann Whitney U Test. Hasil yang didapatkan dari 30 sampel adalah nilai p value sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan bermakna antara dua kelompok, dimana metode BOM (Breastcare, Oxytocin, and Marmet Technique) sangat efektif terhadap Produksi ASI.

Kata kunci : BOM, Produksi ASI

ABSTRACT

The problem of the majority experienced by postpartum mother is not the release of milk on the first day until the third day postpartum. As a result, newborns who should be breastfeeding early will be delayed and alternatively given formula milk. Efforts to stimulate the hormone prolactin and oxytocin can be done with breast care or massage, oxytocin massage, nipple cleaning, early and regular breastfeeding and marble techniques or techniques of flushing and massaging. The method of "BOM" (Breastcare, Oxytocin Massage, and Marmet Technique) is stimulation to assist breast milk production and expenditure through breastcare, oxytocin massage (massage or stimulation of the spine) and marmet technique (combination of milking and breast massage). PKD Syifa based on preliminary study through interviews of 5 postpartum women found overall postpartum in postpartum days one until seven have less milk production based on the frequency of breastfeeding babies. The objective of the study was to assess the effectiveness of BOM (Breastcare, Oxytocin, and Marmet Technique) methods against breastmilk production. This study uses quasi-experimental method. Performed at PKD Shifa from July to September 2017 with a sample size of 30 people and using Mann Whitney U Test analysis. The results

obtained from 30 samples are p value of $0.000 < 0,05$ so it can be concluded that there are significant differences between the two groups, where the method of BOM (Breastcare, Oxytocin, and Marmet Technique) is very effective against breastmilk Production.

Keywords: BOM, Breastmilk Production

1. PENDAHULUAN

Kelancaran proses laktasi atau produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh perawatan payudara, frekuensi penyusuan, kejiwaan ibu, kesehatan ibu, dan kontrasepsi. Penurunan produksi ASI disebabkan juga karena kurangnya hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses laktasi (Ummah, 2014). Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin dapat dilakukan dengan perawatan atau pemijatan payudara, pijat oksitosin, membersihkan puting, menyusui dini dan teratur serta teknik marmet atau teknik memerah dan memijat (Biancuzzo, 2003; indriyani, 2006; Yohmi dan Roesli, 2009; Mardiyaningasih, 2010).

ASI eksklusif harus diberikan dalam 6 bulan pertama, dengan demikian bayi akan mencapai tumbuh kembang yang optimal. WHO/ UNICEF merekomendasi empat hal yang harus diperhatikan dalam mencapai tumbuh kembang optimal yaitu pemberian ASI segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI sejak bayi berusia 6–24 bulan serta meneruskan pemberian ASI sampai 24 bulan (Depkes, 2011).

Angka kejadian proses mulai menyusui di Indonesia Pada hasil penelitian dalam Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) (2010) di Indonesia persentase proses mulai menyusui kurang dari satu jam (<1 jam) 29,3 %, proses mulai menyusui 1-6 jam 40,7 %, proses menyusui mulai 7-23 jam 7,6 %, proses mulai menyusui 24-47 jam 11,3 %, dan proses mulai menyusui lebih dari (> 48 jam) 11,1 %. Angka kejadian proses mulai menyusui di provinsi di Jawa Tengah menurut Rikesdas (2010), mulai menyusui kurang dari satu jam (<1 jam) 33,3 %, menyusui 1-6 jam 37, 5 %, menyusui 7-23 jam 6,3 %, menyusui 24-47 jam 10,9 %, dan menyusui lebih dari 48 jam (>48 jam) 12 adalah 12,1%.

Metode “BOM” (*Breastcare, Oxytocin Massage, and Marmet Technique*) yaitu stimulasi

untuk membantu produksi dan pengeluaran ASI melalui *breastcare* (pemijatan payudara), *oxytocin massage* (pijatan atau rangsangan pada tulang belakang) dan *marmet technique* (kombinasi antara memerah ASI dan memijat payudara).

Kombinasi *breastcare, oxytocin massage, dan marmet technique* merupakan penggabungan tiga metode yaitu pemijatan pada payudara lewat pemberian rangsang pada otot buah dada, punggung untuk memberi rangsangan pada kelenjar payudara agar memproduksi ASI dan memicu peningkatan hormon oksitosin untuk pengeluaran ASI, selain itu dengan teknik memerah ASI yang bertujuan untuk mengosongkan ASI sehingga akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin untuk memproduksi ASI (Roesli, 2005; Soraya, 2006; Mardiyaningasih, 2010; Muliani, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mardiyaningasih (2011) tentang efektifitas kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI menunjukkan bahwa kombinasi keduanya efektif dapat meningkatkan produksi ASI. Sedangkan penelitian Nilamsari (2014) mengatakan bahwa terdapat pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ekskresi ASI.

Rasa nyaman juga sangat penting untuk seorang pasien, sehingga pada saat pelaksanaan dan sesudah pelaksanaan dapat dikaji bagaimana rasa nyaman masing-masing klien apabila dilakukan maupun tidak dilakukan pemberian Metode BOM. Penelitian tentang Pengaruh metode BOM (*Breastcare,*

Oxytocin Massage, and Marmet Technique) terhadap produksi ASI saat ini belum dilakukan. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat diketahui potensi. Metode BOM (*Breastcare, Oxytocin Massage, and Marmet Technique*) terhadap produksi ASI sehingga dapat diaplikasikan sebagai cara untuk merangsang

produksi ASI yang murah, efektif dan aman dan juga sebagai bagian dari pemberian rasa nyaman bagi pasien nifas.

Berdasarkan studi pendahuluan ibu nifas di PKD Shifa secara studi pendahuluan dari 5 (lima) ibu nifas, belum mengetahui bagaimana cara agar produksi ASI banyak dengan menggunakan metode *BOM* melalui wawancara terstruktur.

Penelitian ini bertujuan untuk Melakukan kajian Pengaruh metode *BOM* (Breastcare, Oxytocin, and Marmet Technique) terhadap Produksi ASI.

2. PELAKSANAAN

a. Lokasi dan Waktu Penelitian
 Penelitian ini dilaksanakan di PKD Syifa turi Cemani Sukoharjo pada tanggal 06 Juni 2017 Sampai 28 Agustus 2017.

b. Populasi dan sampel penelitian
 Populasi yang digunakan adalah semua ibu post partum. Anggota sampelnya yaitu semua ibu post partum hari pertama di observasi sampai post partum hari ke tujuh sebanyak 30 orang.

Tehnik sampel yang digunakan yaitu *accidental sampling* sesuai data yang dibutuhkan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen. Penelitian eksperimen atau percobaan (*experiment research*) adalah kegiatan percobaan (*experiment*), yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu (Sugiyono, 2013)

Rancangan penelitian akan menggunakan dua grup, satu untuk group kontrol dan yang lain untuk group perlakuan atau disebut *Intact-Group Comparison* (Dahlan, 2008).

Analisa yang digunakan yaitu *Mann-Whitney U test* (Sugiyono, 2008). Statistik yang digunakan adalah statistik non parametris dengan data *BOM* skala nominal, data produksi ASI dengan skala ordinal.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di PKD Syifa turi Cemani Sukoharjo pada tanggal 06 Juni 2017 Sampai 28 Agustus 2017, berdasarkan hasil pengambilan sampel diperoleh 30 responden ibu nifas. Karakteristik sampel (data) pada penelitian efektifitas metode *BOM* terhadap produksi ASI dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. *Tabel Karakteristik Sampel (Data)*

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Umur	30	1,97	0,32	1	3
Produksi ASI	30	8,23	1,59	3	11

Sumber: Hasil Analisis SPSS; Agustus, 2017

Berdasarkan data penelitian pada Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata umur dan produksi ASI dari 30 subjek secara berturut-turut adalah (1,97), dan (8,23). Distribusi frekuensi umur dalam penelitian ini dapat disajikan pada tabel 2. berikut :

Tabel 2. *Distribusi Frekuensi Umur*

No.	Umur	Frekuensi	Persentase
1	<20 thn	2	6,70 %
2	20-35 thn	27	90,00 %
3	>35 thn	1	3,30 %
Total		30	100 %

Sumber : Hasil Analisis SPSS; Agustus 2017

Pada tabel 2. di atas, dari 30 responden yang mempunyai umur < 20 Tahun ada 2 orang (6,70%), umur 20-35 Tahun ada 27 orang (90,00%), dan umur >35 Tahun ada 1 orang (3,30%). Hal ini berarti kebanyakan ibu nifas berumur 20-35 Tahun ada 27 orang (90,00%).

Distribusi frekuensi produksi ASI dalam penelitian ini dapat disajikan pada tabel 3. berikut:

Tabel 3. *Distribusi Frekuensi Produksi ASI*

No.	Produksi ASI	Frekuensi	Persentase
1	Cukup	16	53,30 %
2	Kurang	14	46,70 %
Total		30	100 %

Sumber : Hasil Analisis SPSS; Agustus 2017

Pada tabel 3. dari 30 responden yang memiliki produksi ASI Cukup ada 16 orang (53,30%), kurang ada 14 orang (46,70). Ini berarti

sebagian besar responden memiliki produksi ASI Cukup ada 16 orang (53,30%) dari keseluruhan responden yang diteliti.

Tabel 4. Hasil Uji Statistik

Test Statistics b	Produksi ASI
Mann-Whitney U	11.500
Wilcoxon W	131.500
Z	-4.309
Asymp.Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000a

a. Grouping Variable: BOM

Sumber : Hasil Analisis SPSS; Agustus 2017

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan nilai U sebesar 11.500 dan nilai W sebesar 131.500. Apabila dikonversikan ke nilai Z maka besarnya -4,309. Nilai Sig atau P Value sebesar $0,000 < 0,05$. Apabila nilai p value $<$ batas kritis $0,05$ maka terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok atau yang berarti H_1 diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian metode BOM sangat efektif untuk memperbanyak produksi ASI pada ibu Nifas.

Sesuai dengan penelitian Tauriska (2014), dalam puting susu terdapat banyak ujung saraf sensoris. Bila dirangsang, timbul implus menuju hipotalamus selanjutnya ke kelenjar hipofise anterior (bagian depan) sehingga kelenjar ini menghasilkan hormon prolaktin. Rangsangan puting susu tidak hanya diteruskan sampai ke kelenjar hipofise anterior, tetapi juga ke kelenjar hipofise posterior (bagian belakang), yang menghasilkan hormon oksitosin.

Produksi ASI merujuk pada volume ASI yang dikeluarkan oleh payudara. Intervensi dari metode BOM pada prinsipnya bertujuan membuat otot-otot myoepithel berkontraksi, merelaksasikan pikiran dan memperlancar pengeluaran ASI. Pengeluaran ASI ini terjadi karena sel otot halus di sekitar kelenjar payudara mengerut sehingga memeras ASI untuk keluar. ASI dapat keluar dari payudara akibat adanya otot – otot yang mengerut yang dapat distimulasi oleh suatu hormon yang dinamakan oksitoksin.

Melalui rangsangan pemijatan payudara atau

rangsangan pada tulang belakang akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress, dibantu dengan hisapan bayi pada puting susu segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata mengirim pesan ke hypothalamus di hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan payudara mengeluarkan air susunya (Rahayuningsih, 2016).

5. KESIMPULAN

Nilai p value sebesar $0,000 <$ batas kritis $0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan bermakna antara dua kelompok, dimana metode BOM (Breastcare, Oxytocin, and Marmet Technique) sangat efektif terhadap Produksi ASI.

SARAN

- a. Bagi peneliti
Melanjutkan penelitian selanjutnya dan mengaplikasikannya sampai pada pengabdian masyarakat.
- b. Bagi Pasien
Selalu melaksanakan metode BOM dirumah agar tidak terjadi bendungan ASI, serta dapat meningkatkan produksi ASI

6. REFERENSI

- Ambarwati, E, R. Wulandari, D. 2009. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Candekia Press.
- Astutik, Y.R. 2014. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Dahlan, M.S, 2008. *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Depkes RI, 2011. *ASI Eksklusif Untuk Mencapai Tumbuh Kembang Optimal*.
- Handayani. 2014. Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Asuhan Keperawatan Ny. E dengan Post Partum Sectio Caesarea Atas Indikasi Ketuban Pecah Dini (KPD) di Ruang Mawar I RSUD dr.Moewardi Surakarta. Surakarta: STIKes Kusuma Husada.
- Handayani, S. Wulandari, R., S. 2011. *Asuhan*

- Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Kolbaca dan Khatrine. 2003. *Comfort theory and practice: a vision for holistic health care and research*. New York; Springer Publishing Company
- Kolbaca, dkk. 2005. *Comfort theory and its application to pediatric nursing . A Pediatric nursing*.
- Mardiyarningsih. 2011. Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 6, No.1.
- Marmi. 2014. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "Puerperium Care"*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Muliani, Resty Himma. 2014. Perbedaan produksi ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Metode Massase Depan (Breastcare) dan Massase Belakang (Pijat Oksitosin) pada Ibu Menyusui 0-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kesamiran Kabupaten Tegal.
- Nilamsari, dkk. 2014. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Ekskresi ASI pada Ibu Post Partum di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan (JIKK). Semarang: Poltekkes Kemenkes Semarang
- Nugroho, dkk. 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (Askeb 3)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Peterson, dkk. 2004. *Midle ranger theories application to nursing research*. Philadelphia; Lippincott Williams & Wilkins.
- Riset Kesehatan Dasar. (RIKESDAS) 2010. Laporan Propinsi Jawa Tengah Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan. Republik Indonesia. Jakarta.
- Saleha, Siti. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Saputra, L. Lockhart, A. 2014. *Masa Nifas Fisiologis dan Patologis*. Manado: Binarupa Aksara Publisher
- Sitzman, dkk. 2011. *Understanding the work of nurse theorist : a creative beginning*. Ed 2nd. Ontario; Jones and Bartlett Publisher
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R &D*. Bandung; Alfabeta
- Umarianti. T, Listyahningsih. K.D, Putriningrum. R. 2017. Efektifitas Metode Breastcare Terhadap Produksi ASI. Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian (Snhp)-VIII Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas PGRI Semarang Semarang, 26 Oktober 2017. ISBN: 978-602-14020-5-4.
- Ummah, F. 2014. Pijat Oksitosin untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada Ibu Pasca salin Normal di Dusun Sono Seda Ketanen Kecamatan Panceng Gresik. Vol.02. No. XVIII. Juni 2014
- Widiyanti, dkk. 2014. Perbedaan Antara Dilakukan Pijatan Oksitosin dan Tidak Dilakukan Pijatan Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Ambarawa. Ungaran: Akbid Ngudi Waluyo Ungaran.
- Wong, dkk. 2009. *Buku ajar keperawatan pediatric vol 1*. Jakarta; EGC
- Wulandari, dkk. 2014. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Umum Daerah di Provinsi Kepulauan Riau. Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang.

-oo0oo-