

EFEKTIFITAS TEKNIK AKUPRESUR SHAOZE (SI1) TERHADAP BREAST MILK PRODUCTION PADA IBU POSTPARTUM DI WILAYAH KOTA MAKASSAR

EFFECTIVENESS OF SHAOZE ACUPRESSURE TECHNIQUE (SII) ON BREAST MILK PRODUCTION IN POSTPARTUM WOMEN IN MAKASSAR CITY AREA

Nurqalbi Sampara¹, Hasriani², Hamdiyah³

Prodi Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky
Prodi Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, ITKES Muhammadiyah Sidrap

Email: nurqalbistr@gmail.com /085242572256

ABSTRAK

Menyusui merupakan proses memberikan makanan berupa Air Susu Ibu (ASI) kepada bayi yang diberikan langsung dari payudara ibu. Tidak keluarnya ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat berdampak pada cakupan ASI Eksklusif, sehingga jika tidak diberikan ASI sedini mungkin akan berakibat risiko kematian bayi meningkat, antibodi lemah, dan rentan mengalami masalah pencernaan serta meningkatkan angka kejadian stunting. Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yaitu metode akupresur Shaoze (SI1) yang bermanfaat dalam meningkatkan pertumbuhan sel syaraf otak, pemberi energi untuk kerja sel syaraf otak, dan menurunkan risiko bayi mengidap penyakit serta memberikan hubungan kasih sayang antara ibu dan bayinya. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis Penerapan metode metode akupresur Shaoze (SII). Penelitian ini berlangsung selama 1 tahun dengan beberapa tahapan diantaranya: Tahapan pertama; mengidentifikasi sampel penelitian berdasarkan kriteria. Tahapan kedua, melakukan informed consent dan choice pada responden. Tahapan ketiga, dengan menggunakan desain Quasi Eksperimen pendekatan post test only artinya terdapat dua kelompok yang di gunakan untuk penelitian, yaitu kelompok akupresur Shaoze (SII) dan kelompok kontrol. Hasil penelitian dengan menggunakan uji *independend simple t test*, didapatkan nilai p-value sebesar 0,000. Terlihat bahwa $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak. Kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI yang diberikan teknik Akupresur Shaoze (SII) terhadap produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Antang Tahun 2022. Saran untuk para tenaga kesehatan agar dapat membantu meningkatkan ASI eksklusif sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada bayi dan menurunkan angka kematian bayi.

Kata kunci: Menyusui, akupresur Shaoze (SII), ASI eksklusif

Breastfeeding is the process of providing food in the form of breast milk (ASI) to babies which is given directly from the mother's breast. Not expressing breast milk in the first days after giving birth can have an impact on the coverage of exclusive breastfeeding, so that if breast milk is not given as early as possible it will result in an increased risk of infant death, weak antibodies, and vulnerability to digestive problems and an increase in the incidence of stunting. One method that can be done to increase milk production is the Shaoze acupressure method (SII) which is useful in increasing the growth of brain nerve cells, providing energy for the work of brain nerve cells, and reducing the risk of babies suffering from disease and providing a loving relationship between mother and baby. The baby. The purpose of this study was to analyze the application of the Shaoze acupressure method (SII). This research lasted for 1 year with several stages including: The first stage; identify research samples based on criteria. The second stage, conducting informed consent and choice of respondents. The third stage, using a Quasi-Experimental design with a post-test only approach, means that there are two groups used for research, namely the Shaoze acupressure group (SII) and the control group. The results of the research using the independent simple t test, obtained a p-value of 0.000. It can be seen that the p-value is $0.000 < \alpha (0.05)$, then H_0 is rejected. The conclusion is that there is a significant effect on milk production given the Shaoze Acupressure technique (SII) on milk production in the Work Area of the Antang Health Center in 2022. Suggestions for health workers to help increase exclusive breastfeeding so as to prevent stunting in infants and reduce mortality baby.

Keywords: Breastfeeding, Shaoze's acupressure (SII), Exclusive breastfeeding

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi, sebagian besar ditentukan oleh jumlah ASI yang diperoleh termasuk energi dan zat gizi yang terkandung di dalam ASI tersebut (Lestari et al., 2018). ASI tanpa bahan makanan lain dapat mencukupi kebutuhan pertumbuhan sampai usia sekitar enam bulan. Selain itu, ASI mengandung banyak sel-sel darah putih yang ditransfer dari ibu ke bayi, sehingga dapat bekerja untuk melawan infeksi virus, bakteri usus, dimana bayi sangat rentan terhadap penyakit sehingga mudah diare dan gizi berkurang yang dapat berisiko stunting (Mehta et al., 2020; Quitadamo et al., 2021).

Secara global, masalah stunting sering terjadi di negara berkembang. Pada tahun 2019, sebanyak 144 juta anak usia dibawah 5 tahun mengalami stunting, 47 juta anak wasting dan 38 juta anak *overweight*. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Balita Terintegrasi (SSGBI) tahun 2019, diketahui bahwa proporsi stunting tertinggi terdapat di Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Barat, dan Nusa Tenggara Barat. Sedangkan untuk proporsi stunting terendah menurut SSGBI 2019 ada di Kepulauan Bangka Belitung, Kepulauan Riau dan Bali (Profil Kesehatan, 2021). Berdasarkan studi pendahuluan pada saat pengukuran tumbuh kembang, diperoleh dari 5 bayi yang berkunjung 3 diantaranya mengalami stunting.

Selain itu, pemerintah di sektor peningkatan kesehatan keluarga, dalam rangka

upaya penanggulangan balita stunting, gizi buruk dan gizi kurang dilaksanakan program prioritas lainnya yaitu Gerakan perbaikan gizi 1000 hari pertama kehidupan anak atau gerakan 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK), merupakan upaya dalam memperkuat komitmen rencana aksi percepatan perbaikan gizi sejak 1000 hari dari masa kehamilan hingga usia dua tahun termasuk upaya penurunan jumlah kasus kematian Ibu dan anak (Chalid, 2014). Salah satu yang dilakukan melalui pemberian dan peningkatan kualitas pelayanan yang diberikan melalui pendekatan *Continuum of Care* yang diberikan sejak masa prahamil, hamil, bersalin dan nifas, bayi hingga remaja (Pria dan Wanita Subur). Dampak intervensi tersebut telah dapat menurunkan angka stunting di Provinsi Sulawesi Selatan dari 35,6% pada tahun 2018 menjadi 30,09% di tahun 2019.

Mengacu pada “The Conceptual Framework of the Determinants of Child Undernutrition”⁵, “The Underlying Drivers of Malnutrition”⁶, dan “Faktor Penyebab Masalah Gizi Konteks Indonesia”⁷ penyebab langsung masalah gizi pada anak termasuk stunting adalah rendahnya asupan gizi dan status kesehatan. Penurunan stunting menitikberatkan pada penanganan penyebab masalah gizi, yaitu faktor yang berhubungan dengan ketahanan pangan khususnya akses terhadap pangan bergizi (makanan), lingkungan sosial yang terkait dengan praktik pemberian makanan bayi dan anak (pengasuhan), akses terhadap pelayanan kesehatan untuk pencegahan dan pengobatan

(kesehatan), serta kesehatan lingkungan yang meliputi tersedianya sarana air bersih dan sanitasi (lingkungan). Keempat faktor tersebut mempengaruhi asupan gizi dan status kesehatan ibu dan anak. Intervensi terhadap keempat faktor tersebut diharapkan dapat mencegah masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi.

Namun pada tahun 2020 sampai sekarang masalah gizi masih menjadi faktor utama terjadinya stunting dan wasting, apalagi dimasa pandemic ini mengalami peningkatan prevalensi lebih tinggi hampir di semua daerah yang terkonfirmasi kasus Covid-19 (Syahril et al., 2020). Faktor penyebab yang mendasari terjadinya masalah gizi tersebut adalah penurunan ketersediaan pangan di tingkat masyarakat dan tingkat rumah tangga serta faktor ekonomi, di mana masyarakat agak kesusahan dalam mendapatkan makanan. Situasi ini tentunya berdampak terhadap kondisi kesehatan masyarakat, terutama pada kelompok rentan seperti ibu dan anak. Pada masa pandemi Covid-19, pelayanan gizi lebih diprioritaskan untuk kelompok rentan, terutama balita, ibu hamil serta ibu menyusui (Chalid, 2014).

Beberapa metode yang dapat meningkatkan produksi ASI melalui pengaktifan bahan kimia prolactin dan oskitosin pada ibu pasca kehamilan dengan memanfaatkan strategi nonfarmakologi untuk pijat titik tekan (Esfahani et al., n.d.). Metode akupresur *Shaoze* (SII) merupakan pijat titik tekan adalah system yang tidak mencolok, mudah di lakukan, serta dapat mendekatkan hubungan yang bermanfaat antara pasien dan

tenaga kesehatan sehingga mudah dalam diskusi untuk informasi dalam memberikan tekanan titik perawatan pijat untuk ibu-ibu agar produksi dan penggunaan ASI meningkat serta mencegah stunting. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dimana novelty/kebaharuan pada penelitian ini yaitu merupakan penelitian untuk membandingkan metode *Shaoze* SII yang dapat meningkatkan produksi ASI sebagai upaya pencegahan stunting.

BAHAN DAN METODE

Lokasi dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian ini yaitu eksperimental dengan jenis *Quasy Eksperimental* (eksperimen semu) dengan pendekatan post test control design dimana pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok control tidak dipilih secara random. Penelitian ini telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Antang Kota Makassar

Populasi dan Sampel

Populasi adalah sekelompok individu atau objek yang memiliki karakteristik yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Antang Kota Makassar. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian ibu postpartum di Wilayah kerja kota Makassar yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 32 sampel.

HASIL

Hasil dari penelitian ini membahas terkait karakteristik, analisis univariate, analisis bivariate

1. Umur

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Umur Responden di Puskesmas Antang Makassar
Tahun 2022

Umur	Jumlah (n)	Persen (%)
<20	2	6,25
20-30	26	81,25
>30	4	12,5
Jumlah	32	100

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa tahun sebanyak 2 responden (6,25%) dan umur umur terbanyak responden adalah antara 20-30 >30 tahun sebanyak 4 responden (12,5%). tahun yaitu 26 responden (81,25%), umur <20

2. Paritas

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Paritas Responden di Puskesmas Antang Makassar Tahun 2022

Paritas	Jumlah (n)	Persen (%)
Primipara	20	62,5
Multipara	12	37,5
Jumlah	32	100

Sumber: Data Primer. 2022

Berdasarkan table 5.2 menunjukkan bahwa paritas terbanyak responden adalah primipara yaitu 20 responden (62,5%) dan multipara sebanyak 12 responden (37,5%).

3. Analisis Univariat

- a. Tidak dilakukan Teknik Akupresur *Shaoze* (SI1) (kelompok Kontrol) Pada tabel 3

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Kelompok Kontrol Di Puskesmas Antang Tahun 2022

Kontrol	Jumlah (n)	Persen (%)
Lancar	4	25
Tidak lancar	12	75
Jumlah	16	100

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa kelompok yang tidak dilakukan pijat oksitosin (kelompok kontrol) yang mengalami ASI tidak lancar yaitu sebanyak 12 responden

(75%) dan mengalami ASI lancar yaitu 4 responden (5%).

b. Yang dilakukan Teknik Akupresur *Shaoze* (kelompok intervensi)

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kelompok Intervensi Pijat Oksitosin Di Puskesmas Antang Tahun 2022

Intervensi	Jumlah (n)	Persen (%)
Lancar	13	81,2
Tidak lancar	3	18,8
Jumlah	16	100

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin pada kelompok intervensi yang mengalami asi lancar yaitu sebanyak 13 responden (81,2%) dan yang mengalami ASI tidak lancar yaitu sebanyak 3 responden (18,8%).

4. Analisis Bivariat

Analisis Efektivitas Teknik Akupresur *Shaoze* (SI1) terhadap Produksi ASI pada tabel 5

Tabel 5 Analisis Efektivitas Teknik Akupresur *Shaoze* (SI1) terhadap Produksi ASI di Puskesmas Antang Makassar Tahun 2022

Variabel	Perlakuan	N	Mean	SD	p-value
Produksi	Kontrol	16	1.20	0.414	0.000
ASI	Intervensi	16	1.80	0.414	0.000

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 5 dengan menggunakan uji *independend simple t test*, didapatkan nilai p-value sebesar 0,000. Terlihat bahwa p-value $0,000 < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak. Kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI yang diberikan Teknik Akupresur *Shaoze* (SI1) di Puskesmas Antang Makassar Tahun 2022.

PEMBAHASAN

Hasil analisis Efektivitas Teknik Akupresur *Shaoze* (SI1) terhadap produksi ASI dari 32 responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 16 kelompok kontrol dan 16 kelompok intervensi. Kelompok kontrol yaitu responden yang tidak dilakukan pijat oksitosin dan kelompok intervensi yaitu responden yang dilakukan Teknik Akupresur *Shaoze* (SI1). Kelompok Kontrol sebanyak 12 responden (75%)

yang ASInya tidak lancar dan sebanyak 4 responden (25%) ASInya lancar sedangkan kelompok intervensi sebanyak 13 responden (81,2%) Yang ASInya lancar dan sebanyak 3 responden (18,8%) ASInya tidak lancar. Hasil uji statistik Independent sampel *T Test Independen* didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), yang berarti Teknik Akupresur *Shaoze* (S11) efektif secara signifikan terhadap produksi ASI.

Laktasi melibatkan proses produksi dan pengeluaran ASI sudah dimulai sejak kehamilan, dan pengeluaran ASI masih dihambat selama masa kehamilan. Segera setelah bayi dan placenta lahir, estrogen dan progesterone turun drastis sehingga kerja prolaktin dan oksitosin akan maksimal sehingga pengeluaran dan pengeluaran ASI akan lancar. Tidak keluarnya ASI tidak semata karena produksi ASI tidak ada atau tidak mencukupi, tetapi sering kali produksi ASI cukup secara signifikan dapat mempengaruhi system saraf perifer, meningkatkan rangsangan dan konduksi impuls saraf, melemahkan dan menghentikan rasa sakit serta meningkatkan aliran darah ke jaringan dan organ. Disamping itu membuat otot jadi fleksibel dan memberikan efek terapi dan santai sehingga merasa nyaman dan rileks.

Pada ibu yang baru saja melewati proses persalinannya sering merasa kelelahan dan stress akibat rasa sakit yang dialami saat menjalani persalinannya, serta ketegangan otot. Untuk itu dukungan dari berbagai pihak baik suami, keluarga atau pun tenaga kesehatan sangat diperlukan karena kondisi psikologi ibu yang tidak stabil dapat menurunkan stimulus hormon oksitosin (Masning, firda fibrila, 2017). Dampak yang

namun pengeluarnya yang dihambat akibat hambatan sekresi oksitosin (Putri Permata Sari, Irna Nursanti, 2020)

Hormon oksitosin disebut juga dengan hormone cinta kasih, sehingga bila kondisi ibu senang, tenang, dan nyaman, produksi oksitosin akan meningkat. Keadaan khawatir, takut, atau bahkan cemas. Pijat oksitosin, yaitu pemijatan kepanjangan tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam akan memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga sekresi hormone prolaktin dan oksitosin tidak terhambat. Hormon oksitosin ini yang akan merangsang mioepitel payudara untuk berkontraksi sehingga ASI akan dikeluarkan dengan lancar pula (Sari, 2017).

Menurut (Mutika et al., 2018) juga menyatakan bahwa pijat atau teknik akupresur terjadi adalah pengeluaran ASI menjadi terlambat. Selain dukungan emosional, dukungan fisik dengan pemberian pijat dan juga pemenuhan nutrisi serta istirahat yang cukup akan membuat tubuh ibu menjadi rileks dan nyaman (Gustirini, 2021).

Sejalan dengan penelitian oleh (D. A. Wulandari & Mayangsari, 2019) tentang pengaruh pijat reflek teknik akupresur terhadap kelancaran pengeluaran ASI. Selain itu kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum hari pertama sampai dengan hari keenam mengemukakan bahwa ada pengaruh pijat reflek oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI. Selain itu kelancaran pengeluaran ASI dapat didukung juga dengan perbaikan gizi, dilakukannya inisiasi menyusui dini, frekuensi

menyusui ibu kepada bayinya, psikologi ibu, factor fisik ibu, factor fisik dan kesehatan bayi, pekerjaan ibu pengetahuan ibu tentang penting dan manfaat ASI serta manfaatnya.

Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh (P. Wulandari et al., 2018) menunjukkan bahwa status gizi akan mempengaruhi produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan cukup akan gizi dan pola makan teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar.

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa hormone oksitosin adalah hormon cinta kasih, sehingga bila kondisi ibu tenang, senang serta nyaman maka produksi oksitosin pada ibu postpartum maka sangat bermanfaat bagi bayi dan ibu. Selain itu, gizi ibu juga perlu dijaga sehingga pada saat waktunya tiba produksi ASI mencukupi untuk proses menyusui. Dimana kita ketahui bahwa ASI sangat bermanfaat bagi bayi, sebagai zat antibody dan sebagai kekebalan tubuh bayi semasa hidup saat sampai dengan bayi dewasa.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dengan menggunakan *independent sampel T test* didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), yang berarti teknik Akupresur *Shaoze* (S11) efektif secara signifikan terhadap produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Chalid, M. T. (2014). *Gambaran Umum Program 1000 Hari Awal Kehidupan. November 2014*, 0–18.
- Esfahani, M. S., Berenji-Sooghe, S., Valiani, M., & Ehsanpour, S. (n.d.). *Effect of*

acupressure on milk volume of breastfeeding mothers referring to selected health care centers in Tehran. In Iranian journal of nursing and midwifery research (Vol. 20, Issue 1, pp. 7–11).
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25709684>
<http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC4325417>

- Gustirini, R. (2021). *Perawatan Payudara Untuk Mencegah Bendungan ASI Pada Ibu Post Partum. Midwifery Care Journal, 2(1)*, 9–14.
- Lestari, E. D., Hasanah, F., & Nugroho, N. A. (2018). *Correlation between non-exclusive breastfeeding and low birth weight to stunting in children. Paediatrica Indonesiana, 58(3)*, 123–127.
<https://doi.org/10.14238/pi58.3.2018.123-7>
- Masning, firda fibrila, maritini fairus. (2017). *PENGARUH ENDORPHIN MASSAGE TERHADAP PENGELUARAN Program Studi Kebidanan Metro Politeknik Kesehatan Tajungkarang ASI mengandung zat-zat gizi yang bagi pertumbuhan dan bayi . Selain itu , untuk psikologi ibu menyusui Di Provinsi Lampung cakupan ASI Eksklusif. X(2)*, 35–40.
- Mehta, R. V., Sreenivasa, M. A., Mathew, M., Girard, A. W., Taneja, S., Ranjan, S., Ramakrishnan, U., Martorell, R., Ryan, P. B., & Young, M. F. (2020). *A mixed-methods study of pesticide exposures in Breastmilk and Community & Lactating Women's perspectives from Haryana, India. BMC Public Health, 20(1)*, 1–14.
<https://doi.org/10.1186/s12889-020-09966-x>
- Mutika, W. T., Suwondo, A., & Tangwun, R. (2018). *Efek Best Care Ibu Nifas terhadap Berat Badan Bayi dan Hormon Prolaktin: Studi Awal. Berita Kedokteran Masyarakat, 34(4)*, 175–178.
- Profil Kesehatan, R. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.*
<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan->

- indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf*
- Putri Permata Sari, Irna Nursanti, G. W. (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.*
- Quitadamo, P. A., Comegna, L., & Cristalli, P. (2021). *Anti-Infective, Anti-Inflammatory, and Immunomodulatory Properties of Breast Milk Factors for the Protection of Infants in the Pandemic From COVID-19. Frontiers in Public Health, 8(March), 1–29. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.589736>*
- Sari, D. P. (2017). *Pengaruh Metode SPEOS Terhadap Produksi Asi pada Ibu Post Seksio Sesarea di Rumah Sakit Umum Daerah Tidar Kota Magelang Tahun 2017. Urecol, 183–190.*
- Syahril, E., Mappaware, N. A., Akib, M., & Mursyid, M. (2020). *Analysis of Obstetric Medical Determinant Factors toward Mothers with the Stunting Children. Green Medical Journal, 2(3), 88–100. <https://doi.org/10.33096/gmj.v2i3.67>*
- Wulandari, D. A., & Mayangsari, D. (2019). *Jurnal Kebidanan PENGARUH PIJAT OKSITOSIN DAN PIJAT ENDORPHIN TERHADAP THE EFFECT OF OXYTOCIN MASSAGE ON BREAST MILK PRODUCTION OF POSTPARTUM MOTHERS. Jurnal Kebidanan, XI(02), 128–134. <file:///C:/Users/asus/Downloads/349-686-1-SM.pdf>*
- Wulandari, P., Menik, K., & Khusnul, A. (2018). *Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin. Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI], 2(1), 33. <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.1001>*