

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **Konsep Dasar Postpartum**

##### **1. Pengertian Postpartum**

Periode enam minggu empat puluh dua hari ini dimulai pada saat plasenta lahir dan berakhir ketika rahim kembali ke keadaan normal sebelum hamil. Selama masa penyembuhan sang ibu, ia akan mengalami banyak perubahan fisik. Perubahan ini sebagian besar bersifat fisiologis, tetapi bisa sangat menyakitkan pada periode awal pascapersalinan. Tanpa perawatan yang tepat, perubahan ini bisa menjadi patologis. (Kemkes.go.id, 2023).

##### **2. Klasifikasi Postpartum**

Ibu melalui tiga fase berbeda setelah melahirkan.

- a. Immediate puerperium, khususnya 24 jam pertama setelah melahirkan.  
Ibu telah diberikan izin untuk mengambil posisi berdiri atau berjalan.
- b. Early puerperium, Masa nifas dini mengacu pada masa 1-7 hari setelah seluruh alat kelamin pulih sepenuhnya setelah melahirkan.
- c. Later puerperium, yang terjadi 1-6 minggu setelah melahirkan, merupakan masa pemulihan ibu dan mencapai kesehatan yang optimal. (Kemkes.go.id, 2023)

##### **3. Proses Adaptasi Psikologis Masa Nifas (Post Partum)**

Tahapan penyesuaian psikologis ibu pada masa nifas selanjutnya adalah sebagai berikut:

a. Fase Talking In (Sejak melahirkan hingga hari kedua)

- 1) Ibu memikirkan perasaannya sendiri.
- 2) Ibu tetap bergantung dan tidak aktif.
- 3) Perubahan pada tubuhnya menjadi pusat perhatian sang ibu.
- 4) Proses melahirkan akan terjadi kembali pada ibu.
- 5) Untuk kembali normal, tubuh membutuhkan tidur yang nyenyak.
- 6) Kebutuhan gizi ibu cenderung meningkat seiring dengan nafsu makannya.
- 7) Proses pemulihan tubuh tidak berjalan sesuai rencana jika ibu tidak ingin makan.

b. Fase Taking Hold (Hari ke-3 sampai 10)

- 1) Ibu mengalami “baby blues” ketika ia khawatir tidak mampu merawat bayinya.
- 2) Ibu fokus pada keterampilan mengasuh anak dan lebih bertanggung jawab terhadap anaknya.
- 3) Ibu sangat memperhatikan pengaturan buang air besar dan kandung kemih bayi, serta staminanya.
- 4) Ibu baru ingin menjadi ahli dalam segala hal mulai dari memegang dong hingga mandi, mengganti popok, dan menyusui.
- 5) Ibu pada umumnya menerima nasihat bidan dan kritik yang membangun.
- 6) Jika ibu merasa tidak berdaya dalam merawat anaknya, ia mungkin menderita depresi pasca melahirkan.
- 7) Pada masa ini, perempuan sangat peka terhadap ketidakmampuannya, mudah marah, dan mungkin mengartikan pengumuman bidan sebagai

peringatan. Komunikasi dengan wanita ini harus didekati dengan hati-hati, namun dukungan harus diberikan.

c. Fase Letting Go (Hari ke-10 sampai akhir masa nifas)

- 1) Ibu mempunyai rasa percaya diri terhadap kemampuannya dalam menafkahi dirinya dan bayinya. Ketika ibu kembali ke rumahnya, dia merasakan cinta dan dorongan dari keluarganya.
- 2) Ibu mengetahui apa yang dibutuhkan bayinya dan telah menerima tanggung jawab dalam merawat bayinya. (Machmudah, 2015)

## **Konsep Dasar ASI**

### **1. Pengertian ASI**

Bayi mendapat manfaat besar dari menyusui dari sudut pandang kesehatan. Nilai gizi ASI yang lebih tinggi dibandingkan makanan lain, termasuk yang berasal dari tumbuhan atau hewan, menjadikannya pilihan terbaik bagi bayi. ASI mengandung berbagai mikroba yang penting bagi kesehatan ibu dan bayi, selain nutrisi penting, sel kekebalan, dan komponen bioaktif. Dampak ASI terhadap kesehatan anak bersifat jangka panjang. Oligosakarida ASI (HMO) dan mikrobioma ASI merupakan komponen penting yang memengaruhi sistem kekebalan dan perkembangan mikrobioma usus pada bayi. (Novita Agustina, 2022)

Lemak, protein, laktosa, dan garam anorganik yang menyusun ASI (ASI) disekresikan oleh kelenjar susu ibu dan berfungsi sebagai makanan bagi bayi. Nutrisi, hormon, komponen kekebalan tubuh, anti pertumbuhan energi, dan senyawa anti inflamasi yang terdapat dalam ASI semuanya alami. ASI mengandung nutrisi yang mencakup hingga 200 elemen

makanan berbeda. (Safitri et al., 2021).

## **2. Manfaat Pemberian ASI**

ASI mempunyai manfaat bagi kesehatan, salah satunya adalah pencegahan penyakit. Alasannya, bayi paling terlindungi dari berbagai macam penyakit dengan meminum ASI. Karena mereka tidak banyak merasakan zat asing ini selama sembilan bulan di dalam rahim, bayi baru lahir secara alami sangat rentan terhadap zat asing tersebut. Ada banyak bukti bahwa ASI dapat membantu mencegah penyakit. Alasannya, tidak ada yang dapat memenuhi kebutuhan nutrisi bayi selain ASI. ASI merupakan sumber bakteri bermanfaat yang baik bagi saluran pencernaan karena mengandung oligosakarida prebiotik. Bayi terlindungi dari potensi infeksi yang dapat masuk melalui saluran pencernaan oleh bakteri yang melawan virus ini. Bayi yang ibunya menyusui memiliki keunggulan dalam perkembangan otak karena asam lemak yang terdapat dalam ASI. (Ramadhan & Rahmawati, 2019).

### **a. Manfaat Pemberian ASI bagi Bayi**

#### **1) Mencegah Terserang Penyakit**

ASI sangat penting karena membantu mengembangkan sistem kekebalan tubuh bayi, yang pada gilirannya melindunginya dari penyakit berbahaya. Bayi terlindungi secara fisik dan mental dari kuman dan virus berbahaya melalui antibodi alami yang terdapat dalam ASI.

#### **2) Mendukung Perkembangan Otak dan Fisik Bayi**

Bayi membutuhkan ASI karena membantu perkembangan fisik dan mentalnya. ASI adalah satu-satunya makanan yang dapat diterima bayi

selama enam bulan pertama kehidupannya. ASI, bila diberikan pada tahap ini, mempunyai pengaruh besar pada perkembangan kognitif dan fisik anak di masa depan. Otak dan sistem saraf bayi dibangun agar tahan lama dengan bantuan nutrisi penting yang ditemukan dalam ASI, seperti DHA dan AA, yang mendorong pertumbuhan dan perkembangan sel yang sehat.

### 3) Meningkatkan Sistem Imun Bayi

Sistem kekebalan tubuh bayi dapat memperoleh manfaat dari nutrisi yang terdapat dalam ASI. Bayi yang sistem kekebalan tubuhnya belum berkembang sempurna lebih rentan terhadap infeksi dan penyakit, sehingga hal ini membantu melindungi mereka.

### 4) Mengurangi Risiko Alergi dan Penyakit Kronis

Bayi yang mendapat ASI memiliki peluang lebih rendah terkena asma, alergi makanan, dan masalah kesehatan jangka panjang lainnya. Komponen imunoglobulin ASI melindungi bayi dari alergen dan mengurangi respons alergi apa pun.

## b. Manfaat ASI bagi Ibu

### 1) Mengatasi Rasa Trauma Pasca Persalinan

Dalam membantu ibu mengatasi trauma pascapersalinan, pemberian ASI eksklusif memegang peranan penting. Menyusui dan kedatangan bayi membantu ibu mengatasi pengalaman traumatisnya dan menemukan kegembiraan dalam merawat anak pertamanya. Hormon oksitosin yang membantu memperkuat keterikatan ibu-bayi dilepaskan selama menyusui.

## 2) Meningkatkan Kesehatan Mental Ibu

Kesehatan mental ibu juga dapat ditingkatkan melalui pemberian ASI eksklusif. Kecil kemungkinan seorang ibu menderita depresi pascapersalinan atau sindrom baby blues jika dia menyusui dan bayinya ada.

## 3) Mencegah Risiko Kanker Payudara dan Ovarium

Manfaat lain dari pemberian ASI eksklusif adalah menurunnya kemungkinan terjadinya kanker payudara dan ovarium pada ibu menyusui. Menyusui menurunkan kadar estrogen dalam tubuh ibu, sehingga meningkatkan risiko terkena kanker payudara dan ovarium.(Kemenkes, 2018)

### **3. Komponen Nutrisi ASI**

#### a. Makronutrien

##### 1) Air

Bayi mendapatkan semua air yang mereka butuhkan dari ASI, yang mengandung lebih dari 80% air. Bayi yang mendapat cukup ASI tidak perlu minum air tambahan, meskipun cuaca di luar panas. Susu formula lebih kental dibandingkan ASI, namun konsistensi ASI lebih baik untuk sistem pencernaan bayi. Bayi yang diberi susu formula mungkin mengalami diare akibat hal ini.

##### 2) Protein

ASI berbeda secara kimia dengan protein susu sapi dan memiliki kandungan protein yang tinggi. Kasein dan protein whey merupakan kandungan protein pada susu sapi dan ASI. Ada dua jenis koloid: whey yang

larut dan kasein yang tersuspensi. Karena komposisi koloidnya yang unik, whey tahan terhadap lingkungan asam, lebih mudah larut dalam air, dan memudahkan penyerapan oleh usus bayi yang sedang berkembang. Selain itu, dibandingkan kasein, whey mengandung lebih sedikit fenilalanin, tirosin, dan metionin, tetapi lebih banyak taurin. Protein laktoferin berikatan dengan zat besi dan menghambat pertumbuhan bakteri yang bergantung pada zat besi. Lisozim menghancurkan bakteri dengan mengganggu membran selnya, sedangkan IgA mencegah infeksi pada saluran pencernaan bayi. Asam amino, nukleotida, urea, asam urat, kreatin, kreatinin, dan asam amino, dengan asam glutamat dan taurin merupakan mayoritas dari 25% kandungan nitrogen dalam ASI. Selain itu, dibandingkan susu sapi, ASI memiliki konsentrasi nukleotida yang lebih tinggi, yaitu golongan senyawa organik yang mencakup basa nitrogen, karbohidrat, dan fosfat. Selain itu, nukleotida yang terdapat dalam ASI memiliki kualitas yang lebih tinggi. Perkembangan dan pematangan usus, perkembangbiakan bakteri menguntungkan, serta penyerapan dan daya tahan zat besi semuanya ditingkatkan oleh nukleotida.

### 3) Lemak

ASI mengandung sekitar 50% lemak berdasarkan jumlah kalori. Mayoritas energi bayi berasal dari lemak. Perkembangan otak yang pesat pada masa bayi juga membutuhkan pola makan yang kaya lemak. Asam alfa linolenat, asam linoleat, asam palmitat, dan asam oleat merupakan asam lemak yang melimpah dalam ASI. Dengan kandungan berkisar antara 97-98%, trigliserida merupakan jenis lemak yang dominan.

#### 4) Karbohidrat

ASI mengandung laktosa sebagai karbohidrat utamanya. Usus halus mengandung enzim laktase yang memecah laktosa menjadi glukosa. Laktosa penting untuk mikrobiota di usus bayi, membantu tubuh menyerap lebih banyak kalsium dan zat besi, serta penting untuk perkembangan otak.

#### 5) Karnitin

Agar metabolisme tubuh tetap lancar, karnitin merupakan komponen penting dalam proses produksi energi. Selama tiga minggu pertama menyusui, khususnya pada kolostrum, kadar karnitin dalam ASI sangat tinggi. Bayi yang diberi ASI memiliki konsentrasi karnitin yang lebih tinggi dibandingkan bayi yang diberi susu formula.

### b. Mikronutrien

#### 1) Vitamin

##### Vitamin K

Karena perannya sebagai faktor pembekuan, vitamin K merupakan nutrisi penting. Kandungan vitamin K pada ASI 25% lebih rendah dibandingkan susu formula. Bayi yang satu-satunya sumber nutrisinya adalah ASI memiliki risiko pendarahan yang sangat kecil. Oleh karena itu, suntikan vitamin K diperlukan untuk pemberian pada bayi saat lahir.

##### Vitamin D

Vitamin D, seperti vitamin K, terdapat dalam jumlah yang sangat kecil dalam ASI. Bisa mendapatkan tambahan vitamin D dari sinar matahari jika mengajak bayi keluar di pagi hari. Pencegahan penyakit

tulang akibat kekurangan vitamin D pada bayi dapat dilakukan melalui pemberian ASI eksklusif dan paparan sinar matahari pagi.

#### Vitamin E

Vitamin E membantu sel darah merah tubuh tetap kuat dengan memperkuat dindingnya. Defisiensi vitamin E dapat menyebabkan anemia hemolitik. Kolostrum dan ASI transisi dini memiliki konsentrasi vitamin E tertinggi dibandingkan ASI lainnya.

#### 2) Mineral

Baik pola makan ibu maupun status gizinya tidak mempunyai dampak yang signifikan terhadap kadar mineral yang terdapat dalam ASI, berbeda dengan kadar vitamin. Jika dibandingkan dengan mineral yang terdapat pada susu sapi, mineral yang terdapat pada ASI memiliki kualitas yang lebih unggul dan lebih mudah diserap. Kalsium, mineral utama dalam ASI, membantu perkembangan tulang dan otot, konduksi saraf, dan pembekuan darah. (Wijaya, 2019)

#### 4. Jenis-Jenis ASI

ASI mengandung berbagai macam nutrisi yang unik bagi setiap ibu. Komposisi ASI dapat bervariasi dari waktu ke waktu untuk memenuhi perubahan kebutuhan bayi yang menua. Ada tiga fase berbeda dalam perkembangan ASI menurut waktunya, yaitu:

##### a. Kolostrum (ASI hari 1-7)

Kolostrum, cairan khas berwarna kekuningan yang keluar beberapa hari setelah lahir, merupakan ASI awal yang melewati proses laktasi. Ini berbeda dengan ASI transisi dan matur. Terdapat banyak molekul

air (85,1%) dan vitamin yang larut dalam lemak dalam kolostrum, serta banyak protein (8,5%), sedikit karbohidrat (3,5%), lemak (2,5%), garam (0,4%), dan mineral. Kolostrum mengandung lebih banyak protein dan lebih sedikit laktosa dibandingkan ASI penuh lemak. Selain itu, kolostrum mengandung leukosit konsentrasi tinggi, imunoglobulin A (IgA) sekretorik, laktoferin, dan faktor perkembangan seperti faktor pertumbuhan epidermal. Sistem pencernaan bayi dapat dibersihkan dengan menggunakan kolostrum yang juga berfungsi sebagai pencahar. Ibu hanya memproduksi sekitar 7,4 sendok teh, atau 36,23 mililiter kolostrum setiap hari. Setelah satu hari, perut bayi dapat menampung sekitar 12–13 mL (seukuran kelereng kecil), dan setelah tiga hari, dapat menampung sekitar 22–27 mL (seukuran kelereng atau gundukan besar). Kolostrum sangat penting untuk tumbuh kembang bayi baru lahir, sehingga jumlahnya cukup walaupun ukurannya kecil.

b. ASI masa transisi (ASI hari 7-14)

ASI matang adalah tahap selanjutnya setelah kolostrum. Meskipun jumlah protein dalam ASI akan menurun, nutrisi lain seperti lemak, laktosa, vitamin yang larut dalam air, dan volume akan meningkat. Lamanya waktu seorang ibu menyusui menentukan seberapa cepat suplai ASInya bertambah dan selanjutnya digantikan oleh ASI yang lebih berkembang.

c. ASI Matur

ASI matang memiliki komposisi yang konsisten dan mulai dikeluarkan sekitar hari ke 14. ASI awal, juga dikenal sebagai ASI

primer, dan ASI akhir, juga dikenal sebagai ASI sekunder, adalah dua fase berbeda dari ASI matang.

- 1) ASI yang diproduksi ibu menyusui sesaat sebelum mulai menyusui. Kebutuhan air bayi dipenuhi oleh ASI pada tahap awal. Kebutuhan air bayi dapat tercukupi jika ia banyak mengonsumsi ASI di usia muda.
- 2) Laktasi diakhiri dengan produksi ASI akhir, yaitu ASI. Karena kandungan lemaknya yang meningkat, susu akhir memiliki warna yang lebih terang dibandingkan susu mentah. Karena lemak merupakan sumber energi yang baik, penting untuk membiarkan bayi menyusui selama mungkin agar mereka dapat memperoleh susu yang kaya akan lemak. Nutrisi dalam ASI ada yang berasal dari makanan, ada yang berasal dari gen ibu, dan ada pula yang berasal dari sintesis di laktosit. Ketiga sumber ini digabungkan untuk menjadikan ASI bergizi. (Lain et al., 2022)

## **5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI**

### **a. Pola Makan**

Pola makan ibu mempunyai dampak yang signifikan terhadap suplai ASI karena kelenjar yang bertanggung jawab memproduksi ASI tidak dapat berfungsi dengan baik jika tidak ada nutrisi yang cukup. Di antara banyak hal yang dapat mendorong ibu menyusui untuk memberikan makanan sehat kepada bayinya, makanan merupakan salah satu hal yang paling penting. Ibu menyusui yang makan dengan baik saat menyusui akan memiliki banyak ASI untuk diberikan kepada bayinya.

b. Dukungan Suami

Terdapat hubungan yang bermakna dan positif antara dukungan suami dengan kemampuan istri dalam menyelesaikan menyusui. Kami berharap dengan bantuan suami, ibu dapat lebih mudah menjalankan perannya sebagai perawat dan mengurangi stres pasca melahirkan, sehingga mendorong ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Semakin banyak informasi yang didapat tentang pentingnya ayah dalam menyusui, semakin besar kesadaran suami akan perannya dalam membantu istri agar sukses menyusui.

c. Pola Istirahat

Karena aktivitas berat membuat ibu lelah, dan karena kondisi ibu yang terganggu dapat mempengaruhi kemampuannya memproduksi ASI, maka penting bagi ibu untuk mendapatkan istirahat yang cukup pada masa nifas untuk memastikan produksi ASInya berjalan lancar. Penurunan produksi ASI, melambatnya involusi uterus, peningkatan risiko perdarahan, depresi, dan ketidakmampuan merawat diri sendiri dan bayi merupakan gejala kurang tidur selama kehamilan. Semua ibu, terutama yang sedang menyusui, perlu mendapatkan tidur yang cukup. Ibu menyusui yang kurang tidur dapat menyebabkan kelelahan yang pada akhirnya meningkatkan emosi dan tingkat stres, yang semuanya dapat mengganggu suplai ASI.

d. Teknik Menyusui

Salah satu faktor yang berhubungan dengan produksi ASI yang optimal adalah teknik menyusui. Saat menyusui, penting bagi ibu dan bayi untuk

merasa nyaman, karena hal ini memengaruhi jumlah ASI yang diproduksi. Kunci keberhasilan pemberian ASI adalah kemampuan ibu dalam menciptakan lingkungan yang nyaman bagi bayi dan kondusif bagi produksi ASI yang maksimal. Posisi dan pelekatan yang tepat selama menyusui memastikan bahwa isapan bayi efektif dalam merangsang refleks menyusui dan, pada gilirannya, meningkatkan produksi ASI.

e. Penggunaan ASI Booster

Zat laktagog yang terkandung dalam ASI Booster diperkirakan akan meningkatkan produksi ASI. Dalam banyak situasi, seperti kelahiran prematur, gagal tumbuh, adopsi, atau ketika ibu atau bayi sakit, laktagog telah dipelajari dan digunakan untuk menjaga pasokan ASI tetap kuat. Meskipun benar bahwa penggunaan booster ASI dapat meningkatkan harga diri ibu dan mendorongnya untuk memproduksi lebih banyak ASI, ada faktor lain seperti metode menyusui, pola makan, dan jadwal tidur yang dapat menyebabkan produksi ASI tidak memadai dan tetap harus dievaluasi. (Niar et al., 2021)

## **6. Menyusui Tidak Efektif**

a. Definisi Menyusui Tidak Efektif

Menurut Tim Pokja IDDP PPNI (2016), ketika ibu dan bayinya mengalami kendala atau tidak puas dengan proses menyusui, maka hal tersebut disebut dengan pemberian ASI yang tidak efektif. Masalah pada ibu atau bayi dapat muncul kapan saja selama proses menyusui, dan hal ini dapat menyebabkan kegagalan. Beberapa ibu yang tidak memahami masalah ini mungkin menganggap ketidakmampuan anak mereka untuk

menyusui semata-mata karena kekurangan mereka sendiri.

b. Data Mayor dan Minor Menyusui Tidak Efektif

Menurut standar yang ditetapkan oleh sistem diagnosis keperawatan Indonesia (SDKI, 2016), informasi penting dan minor bagi pasien yang terdiagnosis kurang menyusui adalah sebagai berikut::

Tabel 2. 1  
Data Mayor dan Minor Menyusui Tidak Efektif

<b>Data Mayor</b>	<b>Data Minor</b>
<b>Subjektif</b>	<b>Subjektif</b>
Kelelahan maternal	<i>(tidak tersedia)</i>
Kecemasan maternal	
<b>Objektif</b>	<b>Objektif</b>
Bayi tidak mampu melekat pada payu dara ibu	Intake bayi tidak adekuat
ASI tidak menetes/memancar	Bayi menghisap tidak terus menerus
BAK bayi kurang dari 8 kali dalam 24 jam	Bayi menangis saat disusui
Nyeri dan/atau lecet terus menerus setelah minggu kedua	

*Sumber: (Tim Pokja SDKI DPP PPNI,2016)*

c. Faktor Penyebab Menyusui Tidak Efektif

Persediaan ASI yang tidak mencukupi, obstruksi neonatal, kelainan pada payudara ibu, kurangnya refleks oksitosin, refleks menghisap bayi yang tidak efektif, payudara membesar, riwayat operasi payudara, dan kehamilan ganda menjadi alasan fisiologis yang tercantum dalam SDKI (2016). berkontribusi terhadap ketidakefektifan pemberian ASI.

## **A. Konsep Dasar Pijat Oketani**

### **1. Pengertian Pijat Oketani**

Pijat Oketani diperkenalkan pada tahun 1991 oleh Sotomi Oketani, seorang bidan asal Jepang. Korea, Jepang, dan Bangladesh adalah beberapa negara yang telah mempraktikkan pijat oketani. Selain mendorong perkembangan normal fisik dan mental anak, Sotomi mengatakan pemberian ASI dapat mempererat ikatan ibu dan anak. Saat menyusui, ibu mungkin mengalami beberapa tantangan; pijat oketani dapat membantu mereka mengatasi hal tersebut. (Machmudah, 2019).

Wanita pasca melahirkan yang mendapatkan pijat oketani lebih besar kemungkinannya untuk menyusui bayinya. Cara pijat ini bisa diberikan pada ibu baru antara hari pertama hingga hari kelima setelah melahirkan. Biasanya berlangsung sekitar lima belas hingga dua puluh menit dan terdiri dari tujuh gerakan (Junita et al., 2022). Istilah "pijat pemerahan" menggambarkan gaya pijat tangan tertentu yang menggabungkan delapan teknik berbeda: tujuh untuk memisahkan kelenjar, satu untuk setiap payudara, dan satu untuk memerah susu secara umum. Dengan harapan dapat menghilangkan ketidaknyamanan ibu nifas terkait menyusui melalui penggunaan pijatan lembut.

Salah satu cara merawat payudara tanpa rasa sakit adalah dengan pijat oketani. Pijat oketani dapat memperkuat otot pektoralis yang pada gilirannya meningkatkan produksi ASI, melembutkan dan mengenyalkan payudara, serta memudahkan menyusui bayi. Pijat oketani memiliki banyak manfaat, antara lain menghilangkan rasa sakit dan ketidaknyamanan,

meningkatkan produksi ASI, melindungi dari mastitis dan nyeri pada puting, serta membantu mengatasi masalah laktasi akibat puting datar atau terbalik. Delapan dari sepuluh sampel yang dievaluasi menemukan bahwa pijat oketani 80% efektif dalam mengatasi masalah payudara, seperti meningkatkan pemberian ASI dan menghindari bendungan ASI. (Ii & Pustaka, 2015)

## **2. Manfaat Pijat Oketani**

Ibu baru yang juga sedang menyusui bayinya bisa mendapatkan banyak manfaat dari pijat oketani, seperti:

- a. tidak mempunyai efek samping negative
- b. membantu meningkatkan produksi ASI dari payudara
- c. membuat areola, leher puting, dan puncak puting lebih elastis
- d. Mengatur suplai susu untuk bayi menyusui
- e. Mencegah dan mengatasi puting terbalik, puting rata, dan kekurangan karbohidrat pada ASI
- f. Meningkatkan kandungan protein dan karbohidrat ASI (Junita et al., 2022)

## **3. Karakteristik Pijat Oketani**

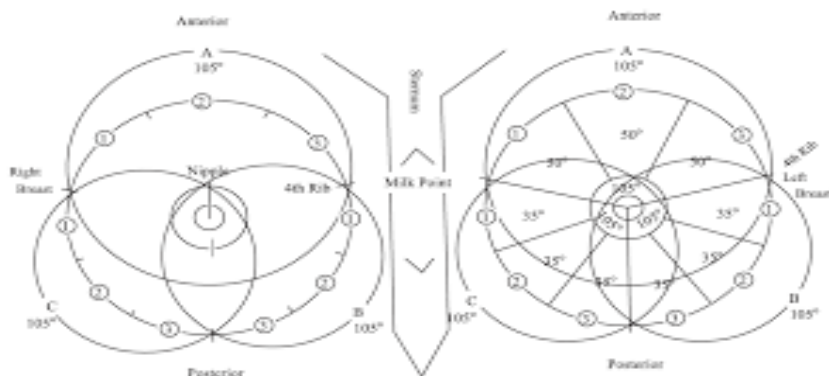
- a. Pijat oketani tidak menimbulkan rasa sakit dan non-invasif.
- b. Pasien melaporkan segera merasa lebih baik.
- c. Cocok untuk semua ukuran dan bentuk payudara dan puting, sehingga dapat membantu laktasi.
- d. Meningkatkan standar ASI menyusui
- e. Dapat memperbaiki puting yang terbalik atau datar, serta kelainan bentuk

puting lainnya

f. Dapat melindungi dari mastitis dan nyeri pada puting (Fasiha, 2022)

#### 4. Teknik Pijat Oketani

Sisi kiri dan kanan payudara dianggap sebagai entitas terpisah dalam metode pijat Oketani. Garis yang tegak lurus dengan puting susu dan mengarah ke garis payudara terlebih dahulu ditarik. Dengan menggunakan ini sebagai referensi, mengukur luas  $105^\circ$  pada masing-masing sisi dan memberinya nama B dan C. Dalam hal ini, A mewakili  $150^\circ$  teratas dari kedua payudara, B mewakili sisi kanan dalam dan luar payudara, dan C sisi kanan payudara. Payudara di sisi kanan dan kiri, luar dan dalam. Di semua sisi, B dan C berukuran  $105^\circ$ . Selanjutnya A, B, dan C masing-masing dibagi lagi menjadi tiga bagian tambahan. Di kedua payudara. Bagian pertama, kedua, dan ketiga Bagian A dibagi rata searah jarum jam, sedangkan Bagian B dan C dibagi rata dari atas ke bawah, dimulai dari (1) dan dilanjutkan dengan (2) dan (3). Batas B dan C ditentukan di tengah-tengah oleh B-(3) dan C-(3), yang saling berdekatan. Pada sumbu payudara yang memberikan tumpuan saat berdiri terdapat B(3) dan C-(3). (Fabiana Meijon Fadul, 2019)



Gambar 2. 1 Titik-Titik Pijat Oketani pada Payudara

## 5. Langkah – Langkah Gerakan Pijat Oketani

Pijat oketani terdiri dari langkah-langkah berikut::

### a. Langkah I:

Dengan tiga jari tangan kanan dan kelingking tangan kiri mengarah ke bahu, dorong area C ke atas menuju A1 dan B2.



Gambar 2. 2 Langkah Pertama Pijat Oketani

### b. Langkah II

Tarik ke atas dari bagian tengah A (1-2) ke ketiak kiri dengan menggunakan jari kedua tangan, dorong ke arah C 1-2.



Gambar 2. 3 Langkah Pertama Pijat Oketani

### c. Langkah III

C(2) didorong dan ditarik ke atas melewati A(3) dan B(1) dengan jari telunjuk kanan, ibu jari, dan jari ketiga tangan kiri, dengan ibu jari kanan diletakkan di atas ruas kedua ibu jari kanan. . Selanjutnya, lakukan manuver dengan pola jajar genjang ke payudara lainnya. Fasia pektoralis

mayor dipisahkan dari payudara yang keras dengan menggunakan gerakan menarik dan mendorong nomor 1, 2, dan 3.



Gambar 2. 4 Langkah Pertama Pijat Oketani

d. Langkah IV

Berikan tekanan pada seluruh payudara, tarik ke arah umbilikus, dengan ibu jari kanan pada C (1), jari tengah, ketiga, dan kelingking pada sisi B, dan ibu jari kiri pada C (1), tengah, ketiak, dan jari kelingking di sisi A.



Gambar 2. 5 Langkah Pertama Pijat Oketani

e. Langkah V

Dengan putaran lembut, arahkan payudara ke arah praktisi menggunakan tangan kanan, yang seharusnya memegang bagian bawah payudara.



Gambar 2. 6 Langkah Pertama Pijat Oketani

f. Langkah VI

Seperti pada metode 5, dekatkan payudara ke arah praktisi sambil memutar tangan kiri secara perlahan dari atas ke bawah payudara. Berbeda dengan langkah 5, ini adalah proses sebaliknya.



Gambar 2. 7 Langkah Pertama Pijat Oketani

g. Langkah VII

Seperti pada manipulasi 5, dekatkan payudara ke arah praktisi menggunakan tangan kiri sambil memutarnya secara perlahan dari tepi atas untuk meraih tepi bawah. Kebalikan dari prosedur (5) adalah ini. Metode (5) dan (6) melibatkan teknik manual untuk memisahkan fascia pektoralis mayor dari dasar keras payudara C (2) hingga C (1). (Fabiana Meijon Fadul, 2019)



Gambar 2. 8 Langkah Pertama Pijat Oketani

## **B. Konsep Asuhan Keperawatan**

### **1. Pengkajian Keperawatan**

#### **a. Identitas Pasien**

Pengkajian keperawatan mencakup rincian identifikasi pasien sebagai berikut: nama, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, agama, kebangsaan, alamat, dan tempat lahir.

#### **b. Identitas Penanggung Jawab**

Nama, alamat, usia, hubungan dengan pasien, dan nomor telepon individu yang bertanggung jawab untuk evaluasi keperawatan.

#### **c. Keluhan Utama**

Keluhan pasien yang paling umum selama evaluasi Riwayat Kesehatan Sekarang

##### **1) Riwayat Kesehatan Sekarang**

Data yang berkaitan dengan keadaan kesehatan pasien saat ini, dimulai dari keluhan dan berlanjut melalui langkah-langkah yang diambil untuk mencari pertolongan medis hingga saat penilaian.

##### **2) Riwayat Kesehatan Dahulu**

Riwayat kesehatan penyakit masa lalu yang dialami pasien.

##### **3) Riwayat Kesehatan Keluarga**

Informasi lengkap mengenai kondisi medis apa pun yang pernah atau sedang dialami oleh anggota keluarga dekat pasien, terlepas dari seberapa erat kaitannya dengan kondisi pasien saat ini.

d. Riwayat Persalinan Ibu

Rincian mengenai urutan lahir anak, cara melahirkan, lokasi, tenaga medis yang membantu persalinan, tahun lahir, berat badan bayi, panjang badan, dan jenis kelamin semuanya menjadi bagian dari pemeriksaan.

e. Riwayat Imunisasi

Catatan vaksinasi berisi::

- 1) Vaksin yang telah diberikan
- 2) Usia pemberian vaksin.
- 3) Kapan vaksinasi habis masa berlakunya.
- 4) Durasi respon imunisasi

f. Riwayat Tumbuh Kembang

Ada dua bagian utama dalam pertumbuhan dan perkembangan anak:

1) Pertumbuhan Fisik

Berat badan, tinggi badan, waktu tumbuh gigi, jumlah gigi, pengukuran lingkar lengan atas dan kepala merupakan bagian dari kumpulan data antropometri.

2) Perkembangan Tiap Tahap

Ada banyak tahapan dalam perkembangan anak, seperti saat mereka pertama kali duduk, merangkak, berdiri, berjalan, tersenyum, berbicara, mengucapkan kalimat pertama, dan mulai

berpakaian sendiri secara mandiri.

g. Pola Kebutuhan Dasar Manusia

1) Pola Nutrisi

Detail mengenai kebiasaan makan dan minum khas pasien, termasuk ukuran porsi, frekuensi, dan jenis makanan.

2) Pola Eliminasi

Merinci frekuensi dan kualitas buang air besar/kecil pasien, serta frekuensi terjadinya.

3) Kebersihan Diri

Detail tentang rutinitas kebersihan pribadi pasien sebelum dan sesudah sakit, termasuk frekuensi mandi yang disarankan.

4) Pola Tidur

Rincian mengenai kebiasaan tidur pasien sebelum dan selama sakit, termasuk jumlah jam tidur setiap hari dan frekuensi kesulitan untuk tertidur atau tetap tertidur.

## **2. Diagnosa Keperawatan**

Mengevaluasi secara klinis reaksi klien terhadap masalah kesehatan atau proses kehidupan saat ini dan masa depan adalah inti dari diagnosis keperawatan. Berdasarkan gejala-gejala yang diamati dalam studi kasus ini—termasuk ketidakmampuan bayi menyusu pada payudara ibu, ASI tidak menetes atau keluar, asupan bayi tidak mencukupi, bayi tidak menyusu terus-menerus, dan bayi menangis saat disusui—diagnosisnya adalah pemberian ASI yang tidak efektif karena suplai ASI yang tidak mencukupi. (Tim Pokja DPP SDKI PPNI Tahun 2016)

### 3. Intervensi Keperawatan

Semua perawatan yang diberikan oleh perawat yang mengandalkan keahlian dan penilaian klinis mereka untuk mencapai tujuan mereka disebut sebagai intervensi keperawatan. Pendidikan menyusui akan menjadi intervensi utama dalam studi kasus ini. (Kelompok Pakar SIKI DPP PPNI, 2018)

**Tabel 2. 2**  
**Perencanaan Keperawatan pada Ibu Postpartum dengan Menyusui Tidak Efektif**

<b>Diagnosis Keperawatan (SDKI)</b>	<b>Tujuan Keperawatan dan Kriteria Hasil (SLKI)</b>	<b>Intervensi Keperawatan (SIKI)</b>
<b>(1)</b>	<b>(2)</b>	<b>(3)</b>
Menyusui Tidak Efektif (D.0029) berhubungan dengan Ketidakadekuatan suplai asi di buktikan dengan bayi tidak mampu melekat pada payu dara ibu, ASI tidak menetes/ memancar, intake bayi tidak adekuat, bayi menghisap tidak terus menerus, bayi menangis saat disusui	Setelah dilakukan intervensi keperawatan 3 x 20 menit maka diharapkan status menyusui (L.03029) membaik dengan kriteria hasil: 1. Perlekatan bayi pada payudara ibu meningkat 2. Miksi bayi lebih dari 8 kali/ 24 jam meningkat 3. Tetesan / pancaran ASI meningkat 4. Suplai ASI adekuat meningkat 5. Putting tidak lecet setelah 2 minggu	<b>Edukasi Menyusui (I.12393)</b> <b>Observasi</b> 1. Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi 2. Identifikasi tujuan atau keinginan menyusui <b>Terapeutik</b> 3. Sediakan materi dan media pendidikan kesehatan 4. Jadwalkan pendidikan Ajarkan

(2)	
<p>melahirkan meningkat</p> <p>5. Kepercayaan dari ibu meningkat</p> <p>6. Lecet pada puting menurun</p> <p>7. Kelelahan maternal menurun</p> <p>8. Kecemasan maternal menurun</p> <p>Bayi menangis setelah disusui menurun</p>	<p>kesehatan sesuai kesepakatan</p> <p>1. Berikan kesempatan untuk bertanya</p> <p>2. Dukung ibu meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui</p> <p>3. Libatkan system pendukung: suami, keluarga, tenaga kesehatan dan masyarakat</p> <p><b>Edukasi</b></p> <p>4. Ajarkan perawatan payudara postpartum (mis. Memerah ASI, pijat payudara, pijat oksitosin dan juga pijat oketani)</p>

*Sumber: (SDKI DPP PPNI, 2016),(SLKI DPP PPNI, 2019),(SIKI DPP PPNI, 2018)*

## 5. Implementasi Keperawatan

Pelaksanaan rencana asuhan keperawatan merupakan tahapan pelaksanaan keperawatan dalam proses asuhan keperawatan. Pijat oketani adalah salah satu komponen pendidikan intervensi keperawatan pendidikan menyusui yang dipraktikkan dalam studi kasus ini.

## 6. Evaluasi Keperawatan

Di akhir setiap intervensi keperawatan, perawat akan menilai seberapa baik pasien merespons perawatan yang mereka terima. Sebagai landasan evaluasi keperawatan, Standar Hasil Keperawatan (SLKI) menetapkan dan

menguraikan kriteria hasil keperawatan yang diharapkan berdasarkan diagnosis keperawatan. Berikut ini adalah hasil utama dari status menyusui, yang diantisipasi setelah intervensi keperawatan terhadap ketidakefektifan pemberian ASI, sesuai dengan tujuan dan kriterianya: Bayi mengembangkan ikatan yang lebih kuat pada payudara ibu, lebih sering buang air besar (lebih dari 8 kali per 24 jam ), menghasilkan lebih banyak ASI, dan memiliki laju aliran ASI yang meningkat. Manfaat-manfaat berikut ini diamati: peningkatan kecukupan; peningkatan rasa percaya diri ibu; berkurangnya luka pada puting; peningkatan kelelahan dan kecemasan ibu; dan peningkatan kemampuan bayi untuk berhenti mengonsumsi ASI. ( SLKI DPP PPNI, 2019)