

LITERATURE REVIEW PENGARUH AKUPRESUR PADA IBU MENYUSUI TERHADAP PENINGKATAN KECUKUPAN ASUPAN ASI BAYI

Ainun Sajidah¹, Agustine Ramie², Ghayatus Sa'adah³

^{1,2,3}Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

Email: ainunsajidah@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Pemberian ASI sebagai makanan pertama bayi masih kurang, hanya 38% bayi disusui sampai enam bulan secara eksklusif. Didunia kesehatan banyak dilakukan intervensi non farmakologi salah satunya dengan pemberian terapi akupresur untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI pada ibu menyusui. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi berdasarkan *literature review*. **Metode:** *study literatur* dengan strategi pencarian menggunakan PRISMA sehingga didapatkan delapan literatur. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian *literatur riview* ini yaitu akupresur, kecukupan ASI. Sumber database berasal dari *Science Direct, google scholar, EBSCO* kemudian dianalisa menggunakan *PICOT frame work*. **Hasil:** cakupan ASI ibu pasca melahirkan setelah diberikan terapi akupresur rata-rata mengalami peningkatan ASI dan delapan literatur menyatakan bahwa ada pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi. **Kesimpulan:** terapi akupresur berpengaruh terhadap peningkatan jumlah ASI pada ibu menyusui pasca melahirkan dibanding dengan yang tidak mendapat terapi akupresur. **Saran:** perlu dilakukan sosialisasi hasil riset terhadap pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi.

Kata kunci : akupresur, kecukupan ASI

ABSTRACT

Introduction: *The breastfeeding is the baby's first food that is still lacking, only 38% of infants were exclusively breastfed until six months. In the world of health, many non-pharmacological interventions are carried out, one of which is the provision of acupressure therapy to overcome the inability to produce breast milk in breastfeeding. Aims: to determine the effect of acupressure on breastfeeding mothers on increasing the adequacy of infant milk intake. Methods: The literature study used with PRISMA strategy including eight literatures were obtained. The keywords used are acupressure, adequacy of breastfeeding. The database sourced of Science Direct, Google Scholar, EBSCO and then analyzed by PICOT framework. Results: the coverage of postnatal mother's milk after being given acupressure therapy experienced an average increase in breast milk and eight literatures stated that there was an effect of acupressure on breastfeeding mothers increased the adequacy of infant milk intake. Conclusion: the acupressure therapy has an effect on increasing the amount of breast milk in postpartum breastfeeding mothers compared to those who do not receive acupressure therapy. Sugestion: it is necessary to disseminate research results on the effect of acupressure on breastfeeding mothers on increasing the adequacy of infant milk intake.*

Keywords: *acupressure, adequacy of breast milk*

Cite this as : Sajidah, A, Ramie, A, & Sa'adah,G.(2021). *Literature Review: Pengaruh Akupresur pada Ibu Menyusui terhadap Peningkatan Kecukupan Asupan ASI Bayi . Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat, 9(2), 101-108.*

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) sebagai makanan alamiah adalah makanan terbaik yang dapat diberikan oleh seorang ibu kepada bayi yang baru dilahirkannya. Air susu ibu mengandung zat pelindung yang dapat menghindari bayi dari berbagai penyakit infeksi. ASI

(Air Susu Ibu) merupakan bahan makanan utama bagi bayi usia 0-6 bulan dimana ASI akan memenuhi kebutuhan nutrisi (Rahayu et al.2015; Pollard, 2015 dalam Saraung et al 2017). Kecukupan ASI adalah keadaan di mana bayi atau ibu menunjukkan beberapa tanda yang menunjukkan adanya kepuasan dalam

produksi ataupun konsumsi ASI. ASI Eksklusif atau lebih tepat disebut pemberian ASI secara eksklusif, artinya bayi hanya diberi ASI saja, tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, juga tanpa tambahan makanan padat, seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi ataupun tim mulai lahir sampai usia 6 bulan. Kenyataan di lapangan menunjukkan produksi dan ejsksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala dalam pemberian ASI secara dini.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Budiati, Setyowati, Helena, 2010), indikator kecukupan ASI dapat dibagi menjadi dua yaitu dari segi bayi dan dari segi ibu. Indikator yang diteliti dari segi bayi meliputi frekuensi dan karakteristik BAK dan BAB, frekuensi, warna, jumlah jam tidur, serta berat badan bayi. Penilaian kecukupan ASI pada indikator ibu, aspek yang dinilai adalah payudara ibu tegang, *let down reflek* baik (ibu merasakan payudara kenceng-kenceng dan ASI terasa menyemprot dengan lancar), ibu tidak tampak merasa nyeri saat menyusui, ibu terlihat memerah payudara karena penuh, ibu menggunakan kedua payudara secara bergantian, bayi dapat menyusui pada satu payudara sampai puas dan tenang, ibu menyusui bayinya tanpa jadwal (sesuai kebutuhan bayi), ibu tampak rileks, keadaan puting payudara dan areola bersih, tidak lecet, payudara ibu tampak kosong setelah bayi menyusui sampai kenyang dan tertidur, ibu dapat memberikan ASI peras menggunakan cangkir dan sendok. Salah satu hal yang dapat menyebabkan meningkatnya kecukupan ASI dari indikator ibu adalah adanya dukungan suami (Hani, 2014).

Tanda-tanda bayi cukup ASI (Ambarwati & Wulandari, 2009: 29-30) antara lain: jumlah buang air kecilnya dalam satu hari paling sedikit 6 kali, warna seni biasanya tidak berwarna kuning pucat, bayi sering BAB berwarna kekuningan berbiji, bayi kelihatan puas, sewaktu-waktu merasa lapar bangun dan tidur dengan cukup, bayi paling sedikit menyusui 10 kali dalam 24 jam, payudara ibu terasa lembut setiap kali selesai menyusui, ibu dapat merasakan rasa geli karena aliran ASI setiap kali bayi mulai menyusui, ibu dapat mendengar suara menelan yang pelan ketika bayi menelan ASI, dan bayi bertambah berat badannya.

Data Badan Kesehatan Dunia (2016) masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38 persen. Jika dibandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%, maka angka tersebut masih jauh dari target. Hal ini menunjukkan, pemberian ASI sebagai makanan pertama bayi masih kurang. Padahal, penurunan gizi anak hingga menyebabkan anak bergizi kurang hingga buruk dan tumbuh pendek (*stunting*) dapat dicegah sedini mungkin dengan pemberian ASI eksklusif dan MPASI yang benar (Paramita, 2017).

Menurut Kemenkes RI (2019), bahwa cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 68,74%.

Pemberian ASI di Provinsi Kalimantan Selatan (2018) adalah sebesar 92,6%, namun persentase bayi yang mendapat makanan pra laktasi (bayi diberi sesuatu selain ASI pada tiga hari pertama kehidupan) mencapai 70,7%, angka ini berada di atas angka nasional, yaitu 64,6%. Median lama pemberian ASI eksklusif di Provinsi Kalimantan Selatan adalah 1,9 bulan. Provinsi Kalimantan Selatan menduduki peringkat ke 16 dari 34 provinsi di Indonesia dengan cakupan pemberian ASI Eksklusif sebesar 49,32% pada tahun 2018.

Menurut Cox 2006 (Rahayu, 2015), disebutkan bahwa ibu yang tidak menyusui bayinya pada hari-hari pertama menyusui disebabkan oleh kecemasan dan ketakutan ibu akan kurangnya produksi ASI serta tidak memiliki ASI yang cukup adalah suatu alasan yang paling sering dikemukakan oleh ibu yang mulai gagal menyusui, berhenti menyusui terlalu cepat, atau memulai pemberian makanan tambahan sebelum makanan itu dibutuhkan. Salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI tersebut adalah melalui teknik *acupressure points for lactation*.

Akupresur berasal dari kata *accus* dan *pressure*, yang berarti jarum dan menekan. Akupresur merupakan istilah yang digunakan untuk memberikan rangsangan (stimulasi) titik akupunktur dengan teknik penekanan atau teknik mekanik. Penekanan dilakukan sebagai pengganti penusukan jarum yang dilakukan pada akupunktur dengan tujuan untuk melancarkan aliran energi vital (*qi*) pada seluruh tubuh (Kemenkes RI, 2015). Pada Stimulasi akupresur akan ditransmisikan ke sum-sum tulang belakang dan otak melalui saraf akson. Sehingga terjadi rangsangan sinyal mencapai ke otak. Aktivasi sistem saraf pusat (SSP) menyebabkan perubahan neurotransmitter, hormon (termasuk prolaktin dan oksitosin), system kekebalan tubuh, efek biomekanik, dan zat biokimia lainnya (*endorphin*, sel kekebalan tubuh seperti sitokin). Hal tersebut menimbulkan normalisasi modulasi dan efek keseimbangan pada Qi (Sharp & Moriarty, 2013 dalam Rahmaika Arumsari, Wayan Agung Indrawan dan Sri Wahyuni, 2018). Dengan demikian akupresur dapat memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin serta meminimalkan efek samping tertundanya proses menyusui.

BAHAN DAN METODE

Dalam penulisan artikel ini penulis menggunakan metode *literature review*, yaitu sebuah pencarian *literature* baik nasional maupun internasional yang diperoleh dari *Science Direct*, *google scholar*, *EBSCO* yang dibatasi 5 tahun terakhir dari tahun 2015 - 2020 dengan menggunakan kata kunci: Kecukupan ASI, akupresur. Dari beberapa artikel yang penulis temukan hanya 8 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi sampel yaitu pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI

Ainun Sajidah, Agustine Ramie, Ghayatus Sa'adah , *Literature Review*: Pengaruh Akupresur pada Ibu Menyusui bayi. Selanjutnya artikel yang digunakan sebagai sampel diidentifikasi dan disajikan serta dibahas secara deskriptif untuk menjelaskan metode yang ada. Adapun kriteria sampel dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel. 1 Format PICOT dalam *Literature Review*

Kriteria	Inklusi	Ekslusi
Population	Ibu pasca melahirkan	Ibu hamil
Intervention	Terapi akupresur	Tidak ada terapi
Comparators	-	-
Outcomes	Pengaruh akupresur terhadap kecukupan ASI bayi	Tidak ada pengaruh terapi terhadap kecukupan ASI
Study Design & Publication type	Literatur review, penelitian kuantitatif	Bukan literature review, penelitian kualitatif
Publication Years	2015-2020	<2015
Language	English, Indonesian	Selain bahasa English dan Indonesian

Table 2. Hasil Literature Review Berdasarkan Kriteria Sampel

Author/tahun	Judul	Metode penelitian	Populasi/Sampel penelitian	Hasil penelitian
Fetrisia & Yanti, 2019	Pengaruh Acupresure Point for Lactation Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui	Metode penelitian desain quasi-eksperimen dengan rancangan with control group pretest posttest. Dengan variabel yang diteliti : pengaruh produksi ASI ibu sebelum dan sesudah dilakukan intervensi acupresur.	Ibu menyusui yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Muaro Paiti Kecamatan kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota, berjumlah 118 orang	Ada pengaruh acupresure point for lactation terhadap produksi ASI ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Muaro Paiti Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota tahun 2018.
Djanah & Muslihatun /2017	Akupresur Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum	Desain quasi-eksperimen dengan rancangan one group pretest posttest dengan variabel yang diteliti yaitu : Perbandingan skor produksi ASI dengan indikator berat badan bayi (gram) dan frekuensi bayi BAK sebelum dan sesudah perlakuan akupresur.	Ibu postpartum yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak ada kriteria eksklusi. Melahirkan secara normal dengan umur kehamilan aterm, berat bayi lahir 2500 – 4000 gram, ibu dan bayi sehat yang ditentukan dari pemeriksaan dokter atau bidan jaga di Klinik Mujahidah, ibu bersedia memberi ASI secara eksklusif, serta bersedia menjadi responden	Ada pengaruh akupresur terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di klinik Mujahidah Bantul dengan indikator berat badan bayi dan frekuensi bayi BAK.
Renityas, 2020	Pengaruh Acupresure Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Postpartum SC Hari Ke 7	Pre-eksperiment dengan pendekatan pre-post group design dengan variable yang diteliti yaitu: 1) Frekuensi kecukupan ASI sebelum perlakuan selama 1-3 hari, dan 2) Frekuensi Kecukupan ASI sesudah perlakuan selama 1-3 hari yaitu pada postpartum hari ke 5,6,7	20 ibu postpartum SC dari 4 Rumah Sakit di Kabupaten dan Kota Blitar.	Terdapat perbedaan yang signifikan kecukupan ASI sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan.
Rahayu et al., 2015	Produksi Asi Ibu Dengan Intervensi Acupresure Point for Lactation Dan Pijat Oksitosin	Quasi eksperimen dengan rancangan pre-posttest with control group. Teknik pengambilan sampel adalah consecutive sampling dengan variabel yang diteliti yaitu : perbandingan antara <i>acupressure points for lactation</i> dan pijat	27 ibu postpartum primipara, dibagi 3 kelompok (kelompok <i>acupressure points for lactation</i> , pijat oksitosin, dan kelompok control).	Hasil penelitian ini yaitu ibu yang dilakukan <i>acupressure points for lactation</i> mempunyai tingkat kenyamanan yang lebih besar dan produksi ASI yang lebih banyak dibandingkan ibu yang mendapat pijat oksitosin.

Author/tahun	Judul	Metode penelitian	Populasi/Sampel penelitian	Hasil penelitian
Susilawati & Halim, 2018	Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Rose Dan Akupresur Pada Ibu Menyusui Pasca Saesar Caesarea Terhadap Kecukupan Asi Pada Bayi	oksitosin dalam meningkatkan comfort & produksi ASI ibu postpartum Quasi eksperimen dengan desain penelitian one group time series design dengan variabel yang diteliti yaitu : pengaruh relaksasi aroma terapi rose dan akupresur pada ibu menyusui pasca SC terhadap kecukupan ASI bayi usia 1-3 hari	Seluruh ibu menyusui pasca SC dengan sampel berjumlah 105 orang yang diambil dengan tehnik incidental dan quota sampling.	Pengaruh relaksasi aroma terapi rose dan akupresur di tangan secara bersama-sama mempengaruhi 46,8% kecukupan ASI bayi usia 1-3 hari. Sedangkan pengaruh relaksasi aroma terapi rose dan akupresur di kaki secara bersama-sama mempengaruhi 38% kecukupan ASI bayi usia 1-3 hari. Selanjutnya pengaruh relaksasi aroma terapi rose dan akupresur di leher dan punggung secara bersama-sama mempengaruhi 79,8% kecukupan ASI bayi umur 1-3 hari dan pengaruh relaksasi aroma terapi rose dan akupresur di tangan, kaki, leher dan punggung pada ibu menyusui post SC yakni secara bersama sama mempengaruhi 100% kecukupan ASI bayi usia 1-3 hari.
Ahmad, 2020	Potential combination of back massage therapy and acupressure as complementary therapy in postpartum women for the increase in the hormone oxytocin	Quasi eksperimen dengan pretest - posttest control group design. Dengan variabel yang diteliti yaitu : pengaruh pijat punggung, kombinasi pijat punggung dan akupresur terhadap kadar hormon oksitosin dan involusi uterus ibu postpartum primipara.	Terdiri dari 45 ibu postpartum primipara yang dibagi menjadi tiga kelompok yang masing-masing kelompok terdiri dari 15 ibu.	Perawatan komplementer mampu meningkatkan produksi hormon oksitosin berdasarkan bukti kadar hormon oksitosin sebelum dan sesudah perawatan komplementer terutama kombinasi pijat punggung dan akupresur.
Nur Anita et al., 2019	Potency of back message and acupressure on increasing of prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care	Desain one group pre dan post test. Variabel yang diteliti yaitu : potensi back message dan akupresur dalam meningkatkan hormon prolaktin pada ibu post-partum primipara yang diberikan pijat punggung dengan akupresur	30 orang ibu postpartum hari pertama primipara.	Pijat punggung dan terapi akupresur mampu meningkatkan kadar hormon prolaktin sehingga terapi ini dapat diberikan pada ibu nifas dan menyusui untuk produksi ASI.

Kecukupan ASI Bayi Sebelum Dilakukan Intervensi Akupresur

Berdasarkan artikel (Masdinarsah et al., 2019) Pengaruh akupresur terhadap pengeluaran air susu ibu (ASI) pada ibu nifas di Bidan Praktik Mandiri Bidan M Desa Cipinang Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung, pengeluaran ASI ibu nifas pada hari kelima 18,08 ml pada kelompok kontrol dan 18,29 pada kelompok intervensi.

Pada artikel kedua (Fetrisia & Yanti, 2019) Pengaruh *acupressure point for lactation* terhadap produksi ASI ibu menyusui, hasil penelitian ini diketahui rata-rata produksi ASI sebelum intervensi

acupressure point for lactation pada ibu menyusui adalah 67,9 ml dengan standar deviasi 11,9 ml, sedangkan rata-rata produksi ASI pada kelompok kontrol adalah 63,6 ml dengan standar deviasi 9,2 ml.

Pada artikel ketiga (Djanah & Muslihatun, 2017) Akupresur terhadap produksi ASI pada ibu post partum, menunjukkan bahwa rata-rata berat bayi saat lahir adalah 3195 gram dengan nilai minimal 2950 gram dan nilai maksimal 3450 gram. Rata-rata frekuensi bayi BAK dalam hari pertama adalah 6 kali dengan frekuensi minimal 5 kali dan maksimal 8 kali. Pada artikel keempat (Renityas, 2020) Pengaruh akupresur terhadap kecukupan ASI pada ibu post

Ainun Sajidah, Agustine Ramie, Ghayatus Sa'adah, *Literature Review: Pengaruh Akupresur pada Ibu Menyusui partum SC hari ke 7*, hasil penelitian pada sebelum perlakuan hari pertama sekitar 80% ASI yang dikeluarkan oleh ibu tidak cukup, hari kedua 50% ASI yang dikeluarkan cukup, dan hari ketiga 80% ASI yang dikeluarkan mencukupi, ini disebabkan karena produksi ASI pada ibu post partum hari ke 3 sudah mencukupi lambung bayi yaitu sekitar 25-30 ml.

Pada artikel kelima (Rahayu et al., 2015) Produksi ASI ibu dengan intervensi acupresure point for lactation dan pijat oksitosin, berdasarkan hasil penelitian didapatkan ada perbedaan antara kelompok acupresure points for lactation, pijat oksitosin dan kelompok yang tidak dilakukan perlakuan dengan nilai $p = 0,035$ ($p < 0,05$).

Pada artikel keenam (Susilawati & Halim, 2018) Pengaruh pemberian aroma terapi rose dan akupresur pada ibu menyusui pasca caesarea terhadap kecukupan ASI pada bayi, hasil penelitian yang diobservasi menggunakan lembar observasi adalah hari pertama, belum terdapat tanda kecukupan ASI. Hari kedua, ASI keluar sudah mulai lancar. Tanda kecukupan ASI tercapai sebanyak 67%. Hari ketiga, kecukupan ASI meningkat menjadi 71%, walaupun masih ada juga ibu yang menyusui bayinya dengan menambahkan susu formula.

Pada artikel ketujuh (Ahmad, 2020) *Potential combination of back massage therapy and acupresure as complementary therapy in postpartum women for the increase in the hormone oxytocin*, menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara semua karakteristik mata pelajaran antar kelompok.

Pada artikel kedelapan [Nur Anita et al., 2019] *Potency of back message and acupresure on increasing of prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care*, hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar prolaktin pada ibu kelompok pijat punggung lebih rendah dibandingkan kelompok akupresur, dengan rata-rata hormon prolaktin sebelum pemberian pijat punggung yaitu 80,06 nm / dL dan tekanan acu 84,47 nm / dL.

Berdasarkan penelitian Penerimaan Ibu Nifas Terhadap Terapi Akupresur Untuk Meningkatkan Produksi ASI Ditinjau Dari Sudut Penerima Dan Pemberi Layanan Di Puskesmas Tabanan III, hasil penelitian ini menemukan sebagian besar informan belum mengetahui dan memahami secara jelas tentang akupresur. Setelah mendapatkan pelayanan akupresur di Puskesmas Tabanan III sebagian besar informan penelitian ini memiliki persepsi bahwa terapi akupresur baik untuk mengatasi masalah ASI yang kurang lancar. Sebagian besar informan menyatakan bahwa mereka memang pernah melakukan terapi pijat di beberapa tempat pada saat mengalami kecapaian, badan pegal maupun untuk relaksasi. Namun mereka kurang mengetahui tentang istilah akupresur.

Kecukupan ASI bayi sesudah dilakukan intervensi akupresur

<http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>

Berdasarkan artikel (Masdinarsah et al., 2019) Pengaruh akupresur terhadap pengeluaran air susu ibu (ASI) pada ibu nifas di Bidan Praktik Mandiri Bidan M Desa Cipinang Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung, hasil penelitian ini yaitu pada hari ketujuh jumlah ASI yang dikeluarkan ibu 18,29 mL untuk kelompok control dan 35,13 kelompok intervensi. Berdasar atas uji statistik perbedaan kelompok kontrol dengan kelompok akupresur yang diberikan tindakan akupresur terhadap peningkatan jumlah ASI diperoleh hasil $p=0,003$ ($p<0,05$).

Pada artikel kedua (Fetrisia & Yanti, 2019) Pengaruh acupresure point for lactation terhadap produksi ASI ibu menyusui, hasil penelitian ini diketahui rata-rata produksi ASI sesudah intervensi acupresure point for lactation pada ibu menyusui adalah 85,7 ml dengan standar deviasi 11,4 ml, sedangkan rata-rata produksi ASI pada kelompok kontrol adalah 65,2 ml dengan standar deviasi 7,9 ml.

Pada artikel ketiga (Djanah & Muslihatun, 1930) Akupresur terhadap produksi ASI pada ibu postpartum, hasil penelitian ini yaitu setelah dilakukan akupresur, rata-rata berat bayi pada umur dua minggu adalah 3318 gram dengan berat bayi minimal 3000 gram dan maksimal 3600 gram. Pada umur 4 minggu rata-rata berat bayi adalah 3668 gram dengan berat bayi minimal 3100 gram dan maksimal 4200 gram. Setelah dilakukan akupresur, rata-rata frekuensi bayi BAK pada umur dua minggu adalah 8 kali dengan frekuensi minimal 6 kali dan maksimal 9 kali. Pada umur empat minggu rata-rata frekuensi bayi BAK adalah 9 kali dengan frekuensi minimal 8 kali dan maksimal 10 kali.

Pada artikel keempat (Renityas, 2020) Pengaruh acupresure terhadap kecukupan ASI pada ibu postpartum SC hari ke 7, hasil penelitian menunjukkan bahwa angka kecukupan ASI pada responden hari pertama 60%, hari kedua 75% dan hari ketiga 85%. Sehingga terjadi kenaikan setiap harinya setelah dilakukan akupresure.

Pada artikel kelima (Rahayu et al., 2015) Produksi ASI ibu dengan intervensi acupresure point for lactation dan pijat oksitosin, hasil penelitian uji statistic perbedaan peningkatan produksi ASI antara 3 kelompok, yang didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok acupresure points for lactation, dengan didapatkan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$). hasil yang tidak signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok pijat oksitosin, dengan nilai $p = 0.349$ ($p > 0.05$), dan perbedaan yang signifikan antara kelompok acupresure points for lactation dan kelompok pijat oksitosin, dengan nilai $p = 0.037$ ($p < 0,05$).

Pada artikel keenam (Susilawati & Halim, 2018) Pengaruh pemberian aroma terapi rose dan akupresur pada ibu menyusui pasca caesarea terhadap kecukupan ASI pada bayi, hasil penelitian menyimpulkan bahwa gambaran pengaruh aroma terapi rose dan akupresur terhadap kelancaran produksi ASI

pada ibu menyusui post SC yang dirawat ialah pada hari pertama yang keluar hanya colostrum, hari ke-2 (dua) terjadi peningkatan kelancaran ASI antara 8 % - 38 % dan semakin meningkat pada hari ke-3 (tiga), peningkatan kelancaran ASI pada hari ke-3 (tiga) antara 34 % -70%.

Pada artikel ketujuh (Ahmad, 2020) Potential combination of back massage therapy and acupressure as complementary therapy in postpartum women for the increase in the hormone oxytocin, hasil penelitiannya adalah semua kelompok yang diberikan terapi komplementer menunjukkan peningkatan yang signifikan pada hormon oxytocin. Namun peningkatan tertinggi terjadi pada kombinasi pijat punggung dan akupresur.

Pada artikel kedelapan [Nur Anita et al., 2019] *Potency of back massage and acupressure on increasing of prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care*, hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar prolaktin pada ibu kelompok pijat punggung lebih rendah dibandingkan kelompok akupresur, dengan rata-rata hormon prolaktin sebelum pemberian pijat punggung yaitu 80,06 nm / dL dan tekanan acu 84,47 nm / dL sedangkan hormon prolaktin setelah intervensi pada pijat punggung 98,33 nm / dL dan akupresur pasti 96,13 nm /dL yang berarti terjadi peningkatan jumlah hormon prolaktin setelah pijat punggung dan intervensi akupresur.

Berdasarkan penelitian Djanah & Muslihatun, (2017) yang berjudul akupresur terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di klinik Mujahidah Bantul, hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan akupresur, rata-rata berat bayi pada umur dua minggu adalah 3318 gram dan pada umur empat minggu rata-rata berat bayi adalah 3668 gram.

Pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi

Dari hasil analisa delapan literatur yang dilakukan menyatakan bahwa ada pengaruh terhadap pemberian terapi akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi dimana keadaan ibu setelah diberikannya intervensi membuat ibu merasa lebih rileks, menimbulkan rasa aman, melepaskan rasa sakit dan stres. Sejalan dengan hasil penelitian (Renityas, 2020), tentang pengaruh acupressure terhadap kecukupan ASI pada ibu postpartum SC hari ke 7, hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan kecukupan ASI sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan.

Menurut (Rahayu et al., 2015)], teknik *acupressure points for lactation* merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI (Anamed, 2012). Tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin serta meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi (Evariny, 2008). *Acupressure*

points for lactation juga dapat meningkatkan perasaan rileks pada ibu postpartum. *Acupressure points for lactation* melalui titik meridian sesuai dengan organ yang akan dituju dapat membantu mengurangi rasa ketidaknyamanan.

DISKUSI PEMBAHASAN

Kecukupan ASI Bayi Sebelum Dilakukan Intervensi Akupresur

Berdasarkan penelitian Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di PKU Muhammadiyah Bantul, menunjukkan bahwa kecukupan produksi ASI pada kelompok intervensi sebelum dilakukan akupresur dalam kategori tidak cukup (100 %). Diperoleh data hasil wawancara kepada enam responden didapatkan beberapa hambatan yang dialami responden untuk mencukupi kebutuhan ASI bayinya diantaranya dua responden bayinya rewel, empat responden mengatakan ASI nya belum keluar, enam responden payudaranya tidak terasa penuh sebelum menyusui, satu responden putting lecet, satu responden bayinya belum BAB, dua responden bayinya belum BAK, enam responden mengatakan belum pernah melakukan atau diberikan terapi akupresur untuk melancarkan atau meningkatkan produksi ASInya.

Menurut penulis berdasarkan hasil dari ulasan beberapa artikel, faktor kurangnya cakupan ASI pada ibu tergantung dari kecemasan dan ketakutan ibu serta tidak memiliki ASI yang cukup, dari beberapa artikel khususnya pada ibu yang baru menjalani terapi kemungkinan tingkat kecemasannya lebih berat karena berbagai macam faktor seperti sebagian besar informan belum mengetahui dan memahami secara jelas tentang akupresur. Sedangkan faktor ASI yang tidak mencukupi disebabkan karena nutrisi ibu yang belum memadai, sesuai hasil penelitian Hastuti & Irfana (2017) bahwa pemenuhan nutrisi pada ibu nifas di desa Sumber kategori tercukupi 53,3% dan 46,7% tidak tercukupi. Kecemasan ibu kategori cemas sedang 56,7% dan 43,3% cemas ringan. Kelancaran pengeluaran ASI 53,3% lancar dan 46,7% ASI tidak lancar.

Kecukupan ASI bayi sesudah dilakukan intervensi akupresur

Berdasarkan penelitian Penerimaan Ibu Nifas Terhadap Therapi Akupresur Untuk Meningkatkan Produksi ASI Ditinjau Dari Sudut Penerima Dan Pemberi Layanan Di Puskesmas Tabanan III, seluruh informan dalam penelitian ini memiliki persepsi bahwa terapi akupresur sangat baik diberikan untuk mengatasi masalah kesulitan menyusui terutama produksi ASI yang kurang. Alasan mereka melakukan terapi ini secara umum karena mereka mengalami keluhan sulit mengeluarkan ASI dan payudara terasa bengkak.

Berdasarkan hasil analisa yang dilakukan, dari delapan literatur yang didapatkan mengalami peningkatan pengeluaran ASI atau karena kasus pada

Ainun Sajidah, Agustine Ramie, Ghayatus Sa'adah, *Literature Review: Pengaruh Akupresur pada Ibu Menyusui* Kecamatan Mungkid menjelaskan bahwa kecukupan ASI bayi pada kelompok intervensi meningkat dari 35% menjadi 85%. Hal ini membuktikan bahwa Akupresur dapat meningkatkan kecukupan ASI.

Delapan literatur yang sudah dikumpulkan menyatakan pada kelompok intervensi mengalami peningkatan tingkat pengeluaran ASI setelah diberikannya terapi akupresur kepada ibu pasca melahirkan. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan tidak ada peningkatan pengeluaran ASI yang dirasakan ibu.

Menurut penulis berdasarkan hasil dari ulasan beberapa artikel, ada pengaruh terhadap pemberian terapi akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi, yang mana pada beberapa artikel terapi non-farmakologi salah satunya terapi akupresur ini sangat membantu dalam menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan ibu, karena pada intervensi akupresur ini ibu mampu melakukannya secara mandiri sesuai dengan titik pemijatan dan juga pada terapi akupresur ini tidak menimbulkan efek samping dibandingkan pemberian terapi farmakologi sehingga bisa dilakukan dalam rentang waktu yang lama. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Senudin (2019) yaitu terapi akupresur berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil sebelum dan setelah Intervensi dan dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil kelompok Intervensi ($p < 0,001$ Vs $p < 0,001$). Terapi akupresur tidak berpengaruh terhadap kadar hormon endorfin ibu hamil sebelum dan setelah intervensi dan tidak dapat meningkatkan kadar hormon endorfin ibu hamil kelompok intervensi ($p = 0,078$ Vs $p = 0,424$).

Pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi

Berdasarkan hasil dari ulasan beberapa artikel, terapi komplementer (akupresur) ini diperlukan dalam salah satu intervensi untuk terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi. Terapi akupresur ini berpengaruh untuk peningkatan kecukupan asupan ASI bayi karena dapat menurunkan penggunaan terapi farmakologi.

Berdasarkan penelitian Penerimaan Ibu Nifas Terhadap Therapi Akupresur Untuk Meningkatkan Produksi ASI Ditinjau Dari Sudut Penerima Dan Pemberi Layanan Di Puskesmas Tabanan III, setelah mendapatkan terapi dari petugas kesehatan tentang akupresur untuk meningkatkan produksi ASI, persepsi para informan ini sangat baik dan menganggap terapi ini sangat bermanfaat. Seluruh informan pada penelitian ini menerima terapi akupresur sebagai salah satu terapi untuk meningkatkan produksi ASI dan berharap terapi ini ditingkatkan serta diberikan kepada semua pasien.

Berdasarkan penelitian Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Cholifah dkk, (2014) dengan judul akupresur pada ibu menyusui meningkatkan kecukupan ASI asupan ASI bayi di <http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>

Dari hasil analisa delapan literatur yang dilakukan menyatakan bahwa ada pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi dimana keadaan pasien setelah diberikannya intervensi membuat pasien merasa lebih rileks, menimbulkan rasa nyaman, melepaskan rasa sakit dan stres. Sejalan dengan hasil penelitian (Renityas, 2020), tentang pengaruh acupresure terhadap kecukupan ASI pada ibu postpartum SC hari ke 7, hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan kecukupan ASI sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan.

Menurut penulis berdasarkan hasil dari ulasan beberapa artikel, terapi komplementer (akupresur) ini diperlukan dalam salah satu intervensi untuk peningkatan kecukupan asupan ASI bayi. Terapi akupresur ini berpengaruh untuk peningkatan kecukupan asupan ASI bayi karena dapat menurunkan penggunaan terapi farmakologi. Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian Cholifah, Heni dan Reni (2001) bahwa Akupresur dapat meningkatkan kecukupan ASI pada bayi, dibuktikan dengan penelitian menggunakan kuasi eksperimen dengan desain *pre and posttest control group design*. Hasil: Dari hasil uji menunjukkan ada perbedaan kecukupan ASI yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan mean different 14.12 dan nilai $p < 0,000$ ($p \text{ value} < \alpha < 0,05$), sehingga disimpulkan bahwa akupresur dapat meningkatkan kecukupan ASI pada bayi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uraian pada *Literatur Review* ini dapat disimpulkan bahwa: Terapi akupresur berpengaruh terhadap peningkatan jumlah ASI pada ibu menyusui pasca melahirkan dibanding dengan yang tidak mendapat terapi akupresur, Produksi ASI ibu pasca melahirkan sebelum diberikan terapi akupresur rata-rata mengalami produksi ASI yang kurang pada ibu pasca melahirkan setelah diberikan terapi akupresur rata-rata mengalami peningkatan ASI, dan Berdasarkan 8 artikel yang sudah di analisis terdapat pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi.

SARAN

Perlu dilakukan sosialisasi hasil riset terhadap pengaruh akupresur pada ibu menyusui terhadap peningkatan kecukupan asupan ASI bayi.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, M, (2020), *Kombinasi potensial dari terapi pijat punggung dan akupresur sebagai terapi*

- pelengkap pada wanita postpartum untuk peningkatan hormon oksitosin*. 30, 30–32.
- Anwar, S., Salsabila, I., Sofyan, R., & Amna, Z. (2019). Laki-Laki Atau Perempuan, Siapa Yang Lebih Cerdas Dalam Proses Belajar? Sebuah Bukti Dari Pendekatan Analisis Survival. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 281.
- Cholifah, S., Heni Setyowati, dan Reni M, (2015). Akupresur pada Ibu Menyusui Meningkatkan Kecukupan ASI Bayi di Kecamatan Mungkid Tahun 2014. *Jurnal Keperawatan Maternitas PPNI Volume 3 Nomor 2 Tahun 2015*. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/4035>. Diakses tanggal 23 November 2021 pukul 10.45 WITA.
- Djanah, N., & Muslihatun, W, N, (1930), Akupresur Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 8(01), 73–77. <https://doi.org/10.37859/jp.v8i01.533>
- Fetrisia, W., Yanti, Y (2019). Pengaruh Acupresure Point for Lactation Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui. *Jurnal Kesehatan*, 10 (10, 41. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i1.383>.
- Hanum, S., Puetri, N. R., Marlinda, M., & Yasir, Y. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan, Motivasi, Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 10(1), 30–35. <https://doi.org/10.32695/jkt.v10i1.28>
- Hastuti, Puji & Irfana Tri Wijayanti. (2017). Analisis Deskriptif Faktor yang Mempengaruhi Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang. <https://journal.unimma.ac.id/index.php/urecol/article/view/1028>. Di Akses tanggal 23 November 2021 pukul 10.00 WITA.
- Kemendes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. *Kemendrian Kesehatan RI*, 1–5. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Masdinarsah, I., Anwar, R., & Sutisna, M. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Nifas Di Bidan Praktik Mandiri Bidan M Desa Cipinang Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung. *Jurnal Asuhan Ibu&Anak (Jaia)*, 4(1), 23–29.
- Mayasari, M., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Azzam, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 344–353. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i2.849>
- Notoatmodjo, S, (2012), *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Purnawan, (2008). *Dukungan Keluarga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Rahayu, D., Santoso, B., & Yunitasari, E, (2015), Produksi Asi Ibu dengan Intervensi Acupresure Point for Lactation dan Pijat Oksitosin. *Ners*, 10(1), 9–19. <http://repository.unair.ac.id/62680/>
- Renityas, N. N, (2020), Pengaruh Acupresure terhadap Kecukupan ASI pada Ibu Post Partum SC hari ke 7. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(2), 293–300. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.art.p293-300>
- Risikesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Senudin, Putriatri Krimasusini. (2019). Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Tingkat Kecemasan dan Kadar Hormon Endorpin pada Ibu Hamil. <https://repoitory.unhas.ac.id/id/eprint/4957> Diakses pada tanggal 23 November 2021 Pukul 10.30 WITA.
- Sinuraya, R. K., Siagian, B. J., Taufik, A., Destiani, D. P., Puspitasari, I. M., Lestari, K., & Diantini, A. (2017). Assessment of Knowledge on Hypertension among Hypertensive Patients in Bandung City: A Preliminary Study. *Indonesian Journal of Clinical Pharmacy*, 6(4), 290–297. <https://doi.org/10.15416/ijcp.2017.6.4.290>
- Susilawati, F., & Halim, A. (2018). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Rose dan Akupresur pada Ibu Menyusui Pasca Saesar Caesarea terhadap Kecukupan ASI pada Bayi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 59. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1009>
- Utami, R. S., & Raudatussalamah, (2016), Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi di Puskesmas Tualang Relationship Between Family Social Support With Medical Treatment Adherence Of Hypertension Sufferers In Puskesmas Tualang. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 91–98.