

# Pengaruh Paket Cinta Asi Terhadap Kecukupan Asi di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2020

Novita<sup>1</sup>

1Department of Midwifery, STIKes Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p><b>Kata Kunci :Paket Cita ASI, Kecukupan ASI</b></p> <p>Dikirim : 5 Maret 2020                      Direvisi : 10 Maret 2020                      Diterima : 10 Maret 2020</p> <p> Novita   novita@gmail.com   <a href="https://orcid.org/0009-0000-0144-2247">https://orcid.org/0009-0000-0144-2247</a></p>	<p>Kecukupan ASI merupakan salah satu cara yang efektif dalam meningkatkan kesehatan dan kelangusangan hidup bagi bayi. Salah satu tehnik untuk meningkatkan kualitas ASI yaitu dengan intervensi paket cinta ASI. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh paket cinta asi terhadap kecukupan ASI di puskesmas Baros. Tujuan Penulisan : mengetahui pengaruh paket cinta asi terhadap kecukupan ASI di puskesmas Baros Tahun 2024. Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif, dengan rancangan penelitian <i>Quasy Eksperimental</i> dengan <i>Pre and post test without control</i> dengan sampel penelitian sebanyak 20 responden ibu yang sedang menyusui ASI usia 0-12 bulan tanpa di campur susu formula. Hasil Penelitian : penelitian menunjukkan bahwa rata - rata responden sebelum intervensi paket cinta ASI adalah 35,85 dengan standar deviasi 2,560 dengan CI 95% 34,63-37,05 dan rata - rata responden sesudah intervensi paket cinta ASI adalah 40,35 dengan standar deviasi 2,834 dengan CI 95% 39,02-41,68 . Peningkatan nilai mean antara sebelum dan sesudah mendapat intervensi paket cinta ASI sebesar 4,50 dengan sandar deviasi 1,100. Hasil uji statistik didapat nilai <i>p value</i> 0,000, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh peket cinta ASI terhadap kecukupan ASI di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2024. Kesimpulan dan Saran: peket cinta ASI berpengaruh terhadap kecukupan ASI ibu menyusui. Penggunaan paket cinta dapat menngkatkan efektivitas kecukupan ASI ibu menyusui.</p>
	<p><i>This is an open access article under the <a href="#">CC BY-SA</a> license.</i></p> 

## 1. Pendahuluan

Air Susu Ibu merupakan sumber makanan yang tepat untuk bayi terutama pada bayi baru lahir, karena ASI mengandung zat gizi yang diperlukan bayi untuk membangun dan menyediakan energi. dimana kandungan zat gizinya yang lengkap, sehingga sangat gampang untuk dicerna dan diserap secara efisien oleh bayi (Quдриani et al., 2018). *World Health Organization* sudah mentargetkan untuk

pemberian ASI pada bayi minimal 50% pada tahun 2025. Capaian ASI pada saat ini sebesar 36% dan beberapa negara di Asia Tenggara seperti India sebesar 46%, Philipina 34%, dan Vietnam 17% (*World Health Organization*, 2016). Di Indonesia pada tahun 2019 untuk cakupan ASI eksklusif ini masih dibawah target Nasional 80% yaitu kisaran 52,3%, kemudian di propinsi Banten 61,6% dan Kabupaten Lebak sendiri dengan 40,28 Atau masih dibawah target 45% (Dinas Kesehatan Provinsi Banten, 2019). Produksi ASI secara umum dapat dipengaruhi oleh masalah payudara dan masalah kelelahan dari ibu, faktor fisik dan faktor psikis. (Renityas, 2020). Produksi ASI akan meningkat apabila ibu terus menyusui bayinya. Kondisi payudara yang kosong dapat merangsang bagian otak untuk memproduksi hormon oksitosin dan prolaktin agar memproduksi ASI. (Prastiwi et al., 2017). Kekurangan ASI pada bayi akan menimbulkan masalah sindrom ASI kurang yang menyebabkan bayi mengalami ketidakpuasan pada saat menyusui, bayi akan sering menangis atau rewel, tinja bayi keras dan payudara ibu tidak terasa membesar. (Liliana &Wahyuningsih, 2020).

Ada beberapa cara atau metode komplementer yang dapat merangsang produksi ASI diantaranya dengan teknik akupresur yang dapat menstimulasi prolaktin dan oksitosin. Akupresur tersebut dapat memberikan instruksi kepada hipofisis untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin Tehnik akupresur juga merupakan tehnik pijat dengan lembut dengan bantuan keluarga. Pijatan dengan bantuan keluarga dapat meningkatkan rasa kasih sayang sehingga ibu dapat merasa rileks dan nyaman (Renityas, 2020). Hasil penelitian sebelumnya dilakukan oleh saraung et al (2017) di Puskesmas Ranotana Weru dengan 65 ibu postpartum di dapatkan hasil bahwa terapi akupresur sangat efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum yang mengalami penurunan produksi ASI. Hasil penelitian ini didukung oleh Rahayu, Budi dan Yunitasari (2015) bahwa terdapat perbedaan produksi ASI antara kelompok yang mendapatkan intervensi akupresur dengan yang tidak mendapatkan intervensi. Intervensi lain yang dapat dilakukan untuk meningkatkan proses menyusui adalah mengupayakan agar ibu dapat relaks selama menyusui sehingga peroses menyusui lebih meningkat. Terapi relaksasi yang dilakukan dapat berupa aroma terapi dan terapi music. Terapi relaksasi aroma terapi merupakan pengobatan alternative tradisional yang dapat membangkitkan efek relak pada ibu dari rasa kesakitan, karena mengandung berbagai kandungan seperti minyak atsiri salah satunya adalah mengandung asam aspartat yang berfungsi sebagai vasodilator pembuluh darah dan asam askorbat yang akan merangsang produksi hormon seperti hormone prolactin (Susilawati & Halim, 2018).

Musik adalah seni yang mempengaruhi pusat fisik dan jaringan saraf. Musik juga mempengaruhi sistem saraf simpatis atau sistem saraf otomatis, baik secara langsung maupun tidak langsung. Beberapa jenis musik yang digunakan adalah musik klasik (Potter & Perry, 2012). Menurut McCaffrey (2003) pemilihan jenis musik yang tepat untuk intervensi keperawatan mutlak dilakukan untuk mendapatkan hasil yang lebih baik, musik yang digunakan adalah musik yang memiliki tempo yang lambat dan teratur, yaitu 60 sampai dengan 80 beats permenit (Damayanti, 2019). Hasil data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 menyatakan bahwa persentase proses bayi mulai mendapat ASI antara 1-6 jam sebesar 35,2%, persentase proses bayi mulai mendapat ASI antara 7-23 jam sebesar3,7%, persentase proses bayi mulai mendapat ASI antara 24-47 jam sebesar 13,0%, persentase proses bayi mulai mendapat ASI lebih dari 47

jam sebesar 13,7%. Berdasarkan data yang di dapat dari Puskesmas Baros tahun 2020 terdapat persentase ibu yang menyusui bayi 0-5bulan sebanyak 57,3% sedangkan persentase ibu yang menyusui bayi selama 6 bulan sebanyak 30,5% capaian tersebut masih sangat jauh dari target yang di tetapkan Dinas Kesehatan Kabupaten Lebak pada tahun 2020.

Berdasarkan data tersebut menunjukkan masih belum optimalnya prosentase capaian pemberian ASI eksklusif, maka peneliti tertarik untuk melakukan paket intervensi , dimana intervensi yang diharapkan dapat meningkatkan proses menyusui yaitu berupa intervensi paket meliputi akupresur, aroma terapi dan terapi musik yang disebut dengan Paket Cinta Asi. Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Pengaruh Paket Cinta Asi Terhadap Kecukupan ASI di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2024. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui Pengaruh Paket Cinta ASI Terhadap Kecukupan ASI di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2020.

## 2. METODE

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain penelitian kuantitatif, dengan rancangan penelitian *Quasy Eksperimental* dengan *Pre and post test without control* (kontrol diri sendiri), yang artinya peneliti hanya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa pembandingan. Pengaruh perlakuan dinilai dengan cara membandingkan nilai *post test* dengan *pre test* (Dharma, 2015). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling* yaitu ibu yang sedang menyusui ASI usia 0-12 bulan, ibu nifas dengan persalinan normal dan SC serta bayi BB lahir normal yang ada di desa Pasri Tangkil tanpa di campur dengan susu formula dengan jumlah 20 orang ibu.

## 3. HASIL PENELITIAN

**Tabel 1. Distribusi Gambaran Kecukupan ASI Sebelum dan Sesudah Intervensi di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2020**

Variabel	N	Mean	Min-Max	95% CI
Sebelum Intervensi	20	35,85	31-39	34,63 – 37,05
Sesudah Intervensi	20	40,35	35-44	39,02 – 41,68

Berdasarkan Tabel 5.1 didapatkan nilai Pasir Tangkil dari 20 responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang Paket Cinta ASI yaitu 35,85 dengan nilai *minimum-maximum* 31-39 dan pada tingkat kepercayaan 95% CI 34,63 – 37,05, . Sedangkan nilai rata-rata rata-rata kecukupan asi di wilayah Desa kecukupan ASI di wilayah Desa Pasir Tangkil sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang Paket Cinta ASI yaitu 40,35 dengan nilai *minimum- maximum* 35-44 pada tingkat kepercayaan 95% CI 39,02 – 41,68.

**Tabel 2. Pengaruh Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Paket Cinta ASI Terhadap Kecukupan ASI di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2020**

Kecukupan ASI	Mean ± SD	SE	T (test)	Nilai P
Sebelum	35,85 ± 2,560	0,573	-5,270	0,000
Sesudah	40,35 ± 2,834	0,634		

Berdasarkan Tabel 5.2 didapatkan nilai rata-rata kecukupan ASI di wilayah Desa Pasir Tangkil sebelum diberikan intervensi yaitu 35,85 dengan nilai standar deviasi 2,560. Sedangkan setelah diberikan intervensi rata-rata kecukupan ASI di wilayah Desa Pasir Tangkil yaitu 40,35 dengan nilai standar deviasi 2,834. Hasil uji statistik menggunakan uji T dependen didapatkan nilai  $p = 0,000$  dimana  $p < \alpha$  (0,05). Maka keputusan uji statistik  $H_0$  ditolak yang artinya terdapat pengaruh paket Cinta ASI terhadap Kecukupan ASI di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2024.

**Tabel 3. Perbedaan Nilai Rata-Rata Kecukupan ASI Sebelum dan Sesudah Intervensi Terhadap Kecukupan ASI di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2024**

Perbedaan rata-rata Kecukupan ASI sebelum dan sesudah intervensi	Selisih ± SD	SE	d f	T (t-test)	Nilai P
Perbedaan rata-rata Kecukupan ASI sebelum dan sesudah intervensi	-4,50 ± 1,100	,246	19	-18,291	0,000

Berdasarkan tabel 5.3 diperoleh data bahwa selisih rata-rata nilai kecukupan ASI sebelum dan sesudah intervensi diperoleh sebesar -4,50 dengan Std. Deviasi sebesar 1,100. Hasil uji statistik paired sample t test diperoleh nilai P sebesar 0,000 jika dibandingkan dengan nilai alpha 0,05 maka disimpulkan ada perbedaan yang bermakna antara Kualitas ASI sebelum dan sesudah pemberian intervensi Paket Cinta ASI di Desa Pasir Tangkil Wilayah Puskesmas Baros tahun 2020

#### 4. PEMBAHASAN

##### Gambaran Responden Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Paket Cinta ASI Terhadap Kecukupan ASI Di Desa pasir tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2024

ASI merupakan nutrisi bayi yang di butuhkan untk meningkatkan kekebalan tubuh, sebagai sumber gizi yang paling baik, untuk memercepat pertumbuhan anak. Sebelum di berikan intervensi Paket Cinta ASI hasil penelitian menunjukan rata-rata ibu menyusui, ibu nifas mengisi kuesioner dengan jawaban kadang-kadang dan tidak pernah pada frekuensi jumlah buang air kecil setiap hari, warna urin, frekuensi BAB, dan berat badan bayi hal ini dikarenakan kecukupan ASI nya masih kurang, sehingga perlu di lakukanya intervensi paket Cinta ASI (Terapi Musik, Tetapi Pijat, dan Aroma Terapi) kepada responden. Berdasarkan hasil penelitaian yang di lakukan oleh peneliti dengan jumlah 20 sampel pada ibu yang menyusui 0-12 bulan dan ibu nifas dengan prsalinan normal dan sc brat badan bayi normal tanpa di bantu oleh susu formula di desa pasir tangkil, di temukan bahwa mereka belum sama sekali mendapat intervensi tentang paket Cinta ASI (Terapi Musik, Tetapi Pijat, dan Aroma Terapi). Berdasarkan gambaran karakteristik bayi banyak mengalami kekurangan ASI di usia 0-12 bulan dimana seharusnya di usia itu bayi harus mendapatkan kecukupan ASI yang banyak, sejalan dengan (Priatna & Evi Nurafiah, 2020) pada periode menyusui eksklusif yaitu 0-6 bulan kebutuhan air susu ibu (ASI) yang dibutuhkan si kecil dengan baik hingga selama masa menyusui. disarankan untuk memperhatikan frekuensi pemberian ASI, yaitu sekitar 8-12 kali dalam 24 jam, tujuannya bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi, tetapi juga membantu menjaga produksi ASI agar terus bertambah banyak. Faktor lain yang mempengaruhi kecukupan ASI adalah adanya Persepsi ketidakcukupan ASI pada ibu dapat mengakibatkan ibu kurang percaya diri, hal tersebut termasuk dalam faktor psikososial, beberapa bentuk faktor telah terbukti memengaruhi durasi menyusui (Suliasih et al., 2019). Pada penelitian ini setelah diberikan intervensi Paket Cinta ASI kepada responden terjadi peningkatan rata-rata jawaban pada responden. Hal ini menunjukan adanya peningkatan rata-rata kualitas ASI yang dirasakan oleh ibu setelah di lakukanya intervensi paket cinta ASI.

Sesudah diberikan intervensi mengenai Paket Cinta ASI (Terapi Musik, Tetapi Pijat, dan Aroma Terapi), responden mampu melakukan terapi pijat dengan tiga tehnik yaitu 1. Terapi pijat (jianjing) dengan menekan yang kuat untuk memijat daerah acromioclaviculae dan vertebra cervical VII tersebut selama 5 menit sambil bernafas dalam-dalam, Terapi pijat shaoze pemijatan dilakukan sekitar 5 menit sambil bernafas dalam-dalam pada sisi ulnair jari tangan ke 5, dan Terapi pijat Hegu gunakan tekanan yang kuat untuk memijat daerah tersebut selama 5 menit sambil bernafas dalam-dalam dititik tertinggi otot tempat ibu jari dan jari telunjuk bertemu, dan bisa mengenal terapi musik dan aroma terapi yang di gunakan untuk meningkatkan kualitas ASI Sehingga bisa di simpulkan paket cinta ASI bisa meningkatkan kecukupan ASI pada bayi yang di butuhkan selama bayi meyusui usia 0-12 bulan. Untuk menilai kecukupan ASI aspek yang di perhatikan adalah dari aspek bayinya sendiri yaitu frekuensi buang air kecil bayi dalam satu hari paling sedikit 6 kali, warna seni biasanya tidak berwarna kuning pucat, bayi sering BAB berwarna kekuningan, bayi kelihatan puas, sewaktu-waktu merasa lapar bangun dan tidur cukup, bayi paling sedikit menyusu 10 kali dalam 24 jam, bayi bertambah berat badanya, dari aspek ibu yaitu payudara ibu terasa lembut setiap kali selesai menyusui, Ibu dapat merasakan rasa geli karena aliran ASI setiap kali bayi mulai meyusui Ibu dapat mendengar suara menelan yang pelan ketika bayi menelan ASI hal ini di rasakan setelah adanya intervensi Paket Cinta ASI yang di berikan oleh peneliti. Penelitian ini sesuai denga teori Kuswandi (2013) yang

mengatakan bahwa terapi musik juga dapat dijadikan pilihan dalam melakukan rileksasi untuk kelancaran menyusui. Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian ini bahwasanya terapi musik klasik berhubungan dengan kecukupan ASI pada bayi jika dinilai dari frekuensi BAK bayi. Semakin sering atau rutin ibu mendengarkan musik klasik maka semakin cukup ASI yang ibu miliki karena musik mempengaruhi tubuh ibu menjadi lebih rileks, pikiran ibu menjadi lebih tenang. Pikiran yang tenang dan tubuh yang santai akan membantu meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin dalam fungsinya menghasilkan ASI ibu. Dengan demikian ibu akan memiliki ASI yang cukup dinilai dari frekuensi BAK bayi lebih sering yaitu minimal 8 kali sehari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rismawani Purba Politeknik Kesehatan Medan tahun 2017 tentang Efektifitas terapi musik klasik terhadap kecukupan ASI pada usia 0-3 bulan bahwa hasil analisis deskriptif memperlihatkan bahwa mayoritas sampel penelitian memiliki ASI cukup berdasarkan penambahan BB bayi yakni sebanyak 16 orang (63,3%) dan mayoritas sampel mendapat musik klasik rutin yakni sebanyak 18 orang (60,0%). Hal ini berarti ada hubungan linear antara terapi musik klasik dengan kecukupan ASI berdasarkan penambahan BB bayi yaitu semakin rutin terapi musik ibu dapatkan, maka ibu akan memiliki kecukupan ASI yang cukup dilihat dari BB bayi bertambah paling sedikit 500 gram setiap bulan, atau 125 gram setiap minggu. Penelitian ini juga sejalan dengan yang telah dilakukan oleh (Hayati et al., 2020) bahwa terapi aroma terapi wangi dari lavender yang bisa dirasakan oleh ibu melalui indra penciumannya adalah usaha yang dengan cepat dapat meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin, hal tersebut memberikan kenyamanan pada ibu sehingga membantu ibu secara psikologis, menenangkan, tidak stress, mengembalikan rasa percaya diri, membuat ibu untuk memiliki pikiran dan perasaan positif terhadap bayinya, meningkatkan produksi ASI, memperlancar ASI. Frekuensi produksi ASI sebelum diberikan aromatherapy lavender terbanyak dalam penelitian ini adalah produksi asi tidak lancar yaitu 16 responden atau sebesar 76,2% dari keseluruhan responden. Frekuensi produksi ASI setelah diberikan aromatherapy lavender terbanyak dalam penelitian ini adalah produksi asi lancar yaitu 19 responden atau sebesar 90,5% dari keseluruhan responden. Dalam penelitian yang dilakukan Wei Chien, dkk tahun 2011 menyatakan bahwa wanita yang menghirup aromaterapi lavender mengalami perubahan yang signifikan dalam kualitas tidurnya. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Koulivand, dkk tahun 2013 menyatakan bahwa menghirup aromaterapi lavender dapat menimbulkan efek relaksasi pada sistem syaraf pusat. Hypothalamus yang terdapat pada system saraf pusat berfungsi menghasilkan hormon oksitosin. Sehingga efek relaksasi pada system syaraf pusat membantu meningkatkan produksi hormone oksitosin yang berdampak terhadap meningkatnya produksi ASI. Demikian juga menurut Fikawati, dkk (2015) menyebutkan bahwa salah satu tindakan yang perlu dilakukan untuk memaksimalkan kualitas dan kuantitas ASI, yaitu pijatan punggung. Pijatan punggung ini berguna untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin menjadi lebih optimal dan pengeluaran ASI menjadi lancar. Menurut Lowdermik, Perry & Bobak (2000), pijat merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidklancaran produksi ASI. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata kecukupan ASI pada bayi yang ditandai adanya beberapa perubahan pada bayi dan payu dara yang dirasakan oleh ibu hal ini terjadi karena dipengaruhi oleh intervensi paket cinta ASI (Terapi Musik, Tetapi

Pijat, dan Aroma Terapi).

## **Pengaruh Responden Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Paket Cinta ASI Terhadap Kecukupan ASI Di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2024**

Berdasarkan penelitian yang di lakukan di desa Pasir Tangkil wilayah kerja puskesmas Baros tahun 2024 didapatkan bahwa hasil uji adanya pengaruh paket cinta ASI terhadap kecukupan ASI. Paket cinta ASI adalah paket intervensi yang terdiri dari terapi musik, terapi pijat dan aroma terapi. Dalam penelitian ini peneliti menggabungkan ketiga terapi ini sebagai intervensi untuk meningkatkan kualitas ASI pada ibu menyusui di desa Pasir Tangkil, berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh peneliti terhadap 20 responden terdapat pengaruh nilai rata-rata peningkatan kualitas ASI. Hal ini dikarenakan paket cinta ASI dapat di optimalkan melalui intervensi terhadap ibu yang sedang menyusui, selain itu aspek ketepatan dalam teknik pijat juga sangat berpengaruh dalam meningkatkan kualitas ASI. Didapatkan hasil bahwa ada perbedaan nilai hasil pretes dan postes pada ibu menyusui sebelum dan sesudah dilakukan intervensi paket Cinta ASI di Desa Pasir Tangkil wilayah kerja Puskesmas Baros. Penilaian skor, bila skor semakin tinggi maka kecukupan ASI semakin baik dan jika skor semakin rendah maka kecukupan ASI semakin buruk. Hasil penelitian Sulistyorini tahun 2014 menunjukkan bahwa terapi musik klasik (mozart) efektif terhadap keberhasilan IMD dan durasi menyusu bayi. Teknik rileksasi ini mulai diberikan saat ibu hamil trimester III dan berlanjut saat memulai proses IMD. Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi musik klasik (Mozart) terbukti mampu merangsang kecerdasan otak bayi, sehingga bayi lebih mampu bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan luar rahim secara lebih cepat serta mampu melalui proses IMD dalam waktu yang lebih singkat. Menurut Feher (1989), dengan bimbingan dan panduan CD relaksasi 5x dalam seminggu, para Ibu menyusui dapat meningkatkan produksi ASI sebesar 63%.

Hal serupa sejalan dengan penelitian yang membuktikan bahwa adanya pengaruh pijat pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI. Terapi ini mudah diterapkan, tidak invasif, dan praktis untuk peningkatan jumlah produksi ASI ibu. Penelitian ini juga sesuai dengan teori Sarwinanti, 2014 Aroma terapi lavender merupakan salah satu metode inhalasi yang menggunakan aromaterapi, dampak positif aroma terapi lavender memberikan efek relaksasi pada sistem syaraf pusat pada hipotalamus yang membantu meningkatkan produksi hormon oksitosin yang berdampak terhadap meningkatnya produksi ASI. Hal ini menunjukkan bahwa paket cinta ASI yang terdiri (Terapi Musik, Terapi Pijat, dan Aroma Terapi) memberikan dampak yang cukup besar dalam peningkatan kualitas ASI, Terapi Musik, Terapi Pijat, dan Aroma Terapi dapat menjadi intervensi buat ibu yang sedang menyusui untuk meningkatkan kualitas ASI yang di butuhkan oleh bayi pada usia 0-12 bulan sesuai dengan tanda kecukupan ASI pada bayi yaitu bisa di lihat dari frekuensi BAB dan warna dari BAB itu sendiri. Hal ini juga dikonfirmasi oleh hasil uji statistik chi-square dimana dari 18 sampel yang rutin mendapatkan musik klasik, ada 15 orang (83,3%) dengan ASI cukup sedangkan dengan ASI kurang yaitu 3 orang (16,7%) berdasarkan frekuensi BAK bayi. Dan dari 12 sampel yang tidak rutin mendapatkan musik klasik, ada 2 orang (16,7%) dengan ASI cukup sedangkan ASI kurang sebanyak 10 orang (83,3%) berdasarkan frekuensi BAK

bayi. Hasil uji chi-square memperlihatkan bahwa hasil  $p$  value =  $0,001 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik memiliki hubungan signifikan dengan kecukupan ASI berdasarkan BAK. Dengan melakukan pijat secara rutin pada ibu post partum maka akan melancarkan produksi ASI ibu. Pemberian pijat oleh suami dapat meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu nifas yang dilihat dengan berat badan bayi hari, frekuensi menyusui, lama tidur bayi, frekuensi Buang Air Besar bayi (BAB), frekuensi Buang Air Kecil bayi (BAK), dan istirahat tidur ibu. (Doko, 2019). Ibu menyusui yang mengikuti intervensi paket cinta ASI terapi pijat dan aroma terapi dengan seksama dapat merasakan manfaat yang di dapat dari terapi tersebut. Penelitian ini sejalan dengan yang di lakukan oleh Mudigdo (2016) yang berjudul *Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: A study in Sukoharjo Provincial Hospital* didapatkan hasil bahwa teknik perawatan payudara dan pijat dapat secara signifikan meningkatkan produksi ASI dengan nilai  $p$ -value. Pemberian terapi pijat pada ibu dapat membantu dalam peningkatan produksi ASI selama masa nifas khususnya dalam mendukung pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan pertama kelahiran. Penelitian yang dilakukan oleh Rusdiati (2013) yang meneliti tentang pengaruh pijat pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI di Kabupaten Jember mendapatkan bahwa ada pengaruh pijat terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata pengeluaran ASI pada ibu nifas yang tidak dilakukan pijat sebesar 4,61 menit dan rata-rata pengeluaran ASI pada ibu nifas yang dilakukan pijat sebesar 11,78 menit. Menurut Yanti 2019 bahwa pijat berpengaruh terhadap produksi ASI pada ibu post partum. Hal ini karena dengan melakukan pijat dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin serta dapat melancarkan sirkulasi darah sehingga dapat mencegah penyumbatan saluran ASI.

Menurut Widiyanti, 2014 ada perbedaan antara dilakukan pijatan dan tidak dilakukan pijatan terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Ambarawa. Produksi ASI pada ibu yang dilakukan pijat lebih banyak dibandingkan ibu yang tidak dilakukan pijat. Diharapkan bagi keluarga dan ibu post partum dapat melakukan tindakan pijat dalam upaya peningkatan produksi ASI melalui petugas kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa 15 menit pijat punggung dari kulit ke kulit dengan tekanan sedang menghasilkan peningkatan hormon oksitosin dan mengurangi hormon adrenokortikotropin pada ibu post partum.

Salah satu terapi dalam meningkatkan kualitas ASI yaitu dengan tehnik aroma terapi penggunaan minyak esensial aroma terapi lavender dapat membantu ibu untuk relaksasi dan kenyamanan sehingga diharapkan produksi ASI dapat meningkat (Tuti, 2018). Dalam penelitian ini aromaterapi lavender sebagai intervensi untuk kelancaran perkembangan ASI pada ibu nifas menunjukkan standar deviasi sebesar 9,74. Menghirup aromaterapi lavender mungkin memiliki efek relaksasi pada sistem saraf pusat hipotalamus, yang terletak di sistem saraf pusat, membantu meningkatkan perkembangan hormon oksitosin, yang berpengaruh pada peningkatan produksi ASI (Ohorella et al., 2021). Penelitian sejalan dengan yang sudah dilakukan oleh (Ohorella et al., 2021) Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektifitas Pemberian Aromatherapi Lavender dan Pijat terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Kota makasar.

## **5. KESIMPULAN**

Berdasarkan kerangka konsep penelitian, hasil penelitian, analisa data serta pembahasan yang mengacu pada tujuan penelitian, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut: Nilai rata-rata kecukupan ASI sebelum diberikan intervensi tentang Paket Cinta ASI yaitu 35,85, nilai Std. Deviasi sebesar 2,560, nilai rata-rata minimum-maksimum adalah 31-39 dan rata-rata setelah diberikan intervensi tentang Paket Cinta ASI yaitu 40,35, nilai Std. Deviasi sebesar 2,834, nilai rata-rata minimum-maksimum adalah 35-44. Ada pengaruh paket cinta ASI Terhadap Kecukupan ASI di dapat  $p \text{ value } (0.000) < \alpha (0.05)$ , artinya ada pengaruh paket cinta ASI terhadap kecukupan ASI di Desa Pasir Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Baros Tahun 2020.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Aini NQ Dan Wirawani Y. 2013. Kontribusi mp-asi biskuit substitusi tepung garut, kedelai, dan ubi jalar kuning terhadap kecukupan protein, vitamin a, kalsium, dan zink pada bayi. *Journal of Nutrition College* 2(4): 458-466.)
- Atikah proverawati, (2010) Kapita Selekta Asi Dan Menyusui (pp. 128)
- Damayanti, R. (2019). *Pengaruh Musik Klasik Terhadap Tingkat Nyeri Luka Dan Produksi ASI Pada Pasien Pst Section Caesarea Di RST dr. Soedjono Magelang.*
- Dharma, 2015, Metodologi Penelitian Keperawatan (Pedoman Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penelitian, CV.Trans Info Media, Jakarta Timur.
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten, 2017, Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2016, Dinas Kesehatan Provinsi Banten, Banten, diakses pada 28 Juli 2024 <https://dinkes.bantenprov.go.id/read/profil-kesehatan-provinsibant/137/PROFIL-KESEHATAN-BANTEN-TAHUN-2017.html>
- Fikawati, Sandra; dkk. 2015. Gizi Ibu dan Bayi. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Hayati, L., Distinarista, H., & Wahyuni, S. (2020). Pengaruh Aromatherapy Lavender Dan Breastcare ( Perawatan Payudara ) Terhadap Produksi Asi Ibu Postpartum Di Rsi Sultan Agung Semarang. Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu) 3, 000, 51–58. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimukes/article/download/10102/458>
- Liliana, A., & Wahyuningsih, M. (2020). PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP PENINGKATAN DI PKU MUHAMADIYAH BANTUL. *Journal Kesehatan*, 8.
- Marwiyah, N., & Khaerawati, T. (2020). Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja di Kelurahan Cipare Kota Serang. *Faletahan Health Journal*, 7(1), 18–29. <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i1.78>
- McCaffrey, R. and Silver, E. A., 1980. Crustal Structure of The Molucca Sea Collision Zone, Indonesia. In Hayes (eds.). *The Tectonic and Geologic Evolution of South-East Asian Seas and Islands*, American Geophysical Union, Monograph 23, 161-177.
- Ohorella, F., Sampara, N. dan Hasriani, H. 2019. Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich Dan Endophine Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Di RSUD Labuang Baji. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Indonesia Timur*. 1(1).290-297.

- Prastiwi, R., Qudriani, M., Ludha, N., & Arsita, R. (2017). Peningkatan Persepsi Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, 1(1).<https://doi.org/10.30591/japhb.v1i1.687>
- Potter, A & Perry, A 2012, Buku ajar fundamental keperawatan; konsep, proses, dan praktik, vol.2, edisi keempat, EGC, Jakarta.
- Purba, R. (2017). Efektifitas Terapi Musik Klasik Terhadap Kecukupan Asi Pada Bayi Usia 0-3 Bulan Di Bidan Praktek Mandiri Risma Dan Bidan Praktek Mandiri Sri Armila Medan Tahun 2017. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Putri, S. R., & Rahmawati, R. (2021). Efektifitas Pijat Oksitosin dan Aromaterapi Lavender terhadap Keberhasilan Relaktasi pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(01), 1–7.
- Qudriani, M., Zulfiana, E., & Hidayah, S. N. (2018). PENGARUH PENGETAHUAN IBU MENYUSUI TERHADAP KECUKUPAN ASI DI WILAYAH KELURAHAN MARGADANA. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(1). <https://doi.org/10.30591/siklus.v7i1.750>
- Priatna, H., & Evi Nurafiah. (2020). Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 22–32. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v9i1.118>
- Rahayu, D., Santoso, B., & Yunitasari, E. (2015). Produksi asi ibu dengan intervensi acupresure point lactation dan pijet oksitosin (The difference in breastmilk production between acupresure point for lactation and oxytocin massage). *Jurnal ners*, 10 (1). Diperoleh tanggal 02 Desember 2018 dari <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/JNERS/article/view/1852>
- 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). <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.art.p293-300>
- Salamah U, Prasetya PH. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ibu dalam Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal kebidanan* 2019;5(3):199–204.
- Saraung, M. W., Rompas, S., & Bataha, Y. B. (2017). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Ranotana Weru. *E-Jurnal Keperawatan*, 5, 1–8.
- Sarinengsih Y, Dirgahayu I. Efektifitas PMK (Perawatan Metode Kanguru) Disertai Terapi Musik Klasik dengan Nesting Disertai Terapi Musik Klasik Terhadap Berat Badan BBLR di RSUD Majalaya. *J Ilmu Kesehat Immanuel*. 2021;14(2):113.
- 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), 59-67. Diperoleh tanggal 28 Juli 2024 <http://www.ejurnal.poltekkestjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/1009>
- Suliasih, R. A., Puspitasari, D., & Dwi Pawestri, D. A. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan ASI Eksklusif. *Sari Pediatri*, 20(6). <https://doi.org/10.14238/sp20.6.2019.375-81>
- Vidayanti, V. (2015). Pengaruh Pijat Punggung Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Produksi Asi Pasca Bedah Sesar Di Rsud Panembahan Senopati Bantul. *Jurnal Medika Respati*. Dosen Program Studi S-1 Ilmu

Keperawatan Universitas Respati Yogyakarta. Volume X Nomor 3 Juli 2015 -ISSN : 1908 -3887. Dari <http://Jurnal.medikarespati.ac.id/jurnal>. Diunduh tanggal 5 Mei 2016. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i01.782>

*World Health Organization* (WHO). 2016. Asthma Fact Sheets. Diunduh dari <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs307/en/> 16 November 2016.

Widiyanto, S., Aviyanti, D., & A, M. T. (2012). Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusif dengan Sikap terhadap Pemberian ASI Eksklusif Subur. *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 1(2), 25–29.