

Tersedia online di: journal.gunabangsa.ac.id

Journal of Health (JoH)

ISSN (online): 2407-6376 | ISSN (print): 2355-8857



The Effect of Acupressure on Breast Acupoints CV 17 and ST 18 on Breastmilk Ejection Time in Breastfeeding Mothers

Pengaruh Akupresur Acupoint Payudara Titik CV 17 dan ST 18 Terhadap Waktu Pengeluaran ASI pada Ibu Menyusui

Dian Monalisa Rusliani^{1*}, Zesika Intan Navelia², Novita Puspita Dewi³

STIKES Guna Bangsa Yogyakarta

ABSTRACT

Exclusive Breastmilk is given at the babies' age 0-6 months, it is the best food for babies can't be replaced by any food and drink, and it's given until 2 years old of babies. Some problem the can obstructed the breastfeeding process, such as the time current of breast milk. It may overdue of oxytocin and prolactin hormone. One example to stimulate and incase the breastmilk time production are acupressure. CV 17 and ST 18 are the dots of acupressure can increase the production of breastmilk. This research means to determine the effectiveness of acupressure breast acupoint on CV 17 ang ST 18 for time production of breastmilk in breastfeeding mother. The method of this research is true experiment one control post-test design with, the sample is 44 breastfeeding mother which have problem with late production of breastmilk chosen by purposive sampling. Observation is use as data collection and independent analysis of the T-Test confidence with $\alpha=0,005$. The main result we identified the p-value $0,002 < 0,05$, its Interpreted as having an influence acupressure acupoint breast spot CV 17 and ST 18 by increase the production of breastmilk on intervention group. The conclusion's there is influence the production time of breastmilk between intervention acupressure acupoint breast spot CV 17 and ST 18 by significant value (p-Value) $0,002 (p < 0,05)$.

Keyword: acupressure, breastmilk ejection time, breastfeeding mother

INFORMASI ARTIKEL

Diterima : 20 November 2023
 Direvisi : 08 Desember 2023
 Disetujui : 08 Desember 2023
 Dipublikasi : 15 Januari 2024

KORESPONDENSI

Dian Monalisa Rusliani
dianmonalisaa@gmail.com

INTISARI

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi tidak dapat tergantikan oleh makanan dan minuman apapun, ASI eksklusif di berikan pada umur 0-6 bulan, dan dilanjutkan pemberian ASI sampai usia 2 tahun. Proses pemberian ASI sering terhambat karena belum lancarnya ASI pada awal menyusui. Proses pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin dan prolaktin. Akupresure merupakan salah satu stimulasi pada titik accupoint untuk merangsang kemampuan tubuh agar menjadi rileks. *Acupoint* untuk memperlancar ASI yaitu berada pada titik CV 17 dan ST 18. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Akupresur Acupointt Payudara Titik CV 17 dan ST 18 Terhadap Pegeluaran ASI Pada Ibu menyusui dengan metode eksperimen murni menggunakan *posttest control design*, sampel yang digunakan 44 ibu menyusui yang belum mengeluarkan ASI menggunakan tehnik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan metode observasi dengan analisis *independent t-test* dengan tingkat kepercayaan $\alpha=0,005$. Hasil Penelitian didapatkan nilai p value $0,002 < 0,05$, dapat diartikan ada Pengaruh Akupresur acupointt payudara Titik CV 17 dan ST 18 terhadap pegeluaran ASI pada responden yang diberikan perlakuan. Kesimpulannya Terdapat pengaruh waktu pengeluaran ASI antara ibu menyusui yang diberikan Akupresur

Copyright © 2024 Author(s)



Di bawah lisensi *Creative Commons Attribution 4.0 International License*.

DOI: doi.org/10.30590/joh.v11n1.762

acupoint payudara Titik CV 17 dan ST 18 dengan ibu yang diberikan breastcare dimana nilai signifikan p value 0,002 ($p < 0,05$).

Kata kunci: Akupresur, waktu pengeluaran ASI, ibu menyusui

PENDAHULUAN

Proses pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin dan prolactin ibu. Selama masa kehamilan hormon prolaktin dari plasenta meningkat tetapi ASI belum keluar karena dipengaruhi hormon estrogen dan progesterone yang cenderung lebih besar saat kehamilan. Setelah persalinan hormon prolactin meningkat, dan diikuti oleh peningkatan hormon oksitosin, akan tetapi dari beberapa wanita setelah proses persalinan ASI tidak langsung keluar karena dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu gizi, stress, gaya hidup, dan perawatan payudara (Maryunani, 2022).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar susu ibu dan cocok sebagai makanan optimal bagi bayi berusia 0-6 bulan (Depkes RI, 2020). Di Indonesia, anjuran pemberian ASI eksklusif saat ini dikukuhkan dengan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif, berdasarkan undang-undang tersebut, ibu wajib memberikan bayinya ASI saja sejak lahir sampai usia enam bulan (Peraturan Pemerintah Tentang Pemberian ASI Eksklusif, 2012). Survei Demografi Kesehatan Indonesia 2019 pencapaian ASI eksklusif di Indonesia sebesar 61,33 %, akan tetapi bayi yang memperoleh ASI di hari ke-1 sampai ke-3 setelah lahir hanya berkisar 10% saja (Dinkes DIY, 2019).

Upaya dalam meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan menggunakan beberapa cara, yaitu terapi farmakologi dan non farmakologi (Kiswojo, 2015). Terapi farmakologi itu sendiri adalah dengan mengkonsumsi obat pelancar ASI, sedangkan untuk terapi non farmakologi diantaranya dapat dilakukan Akupresur payudara (Wong, 2018).

Akupresure untuk memperlancar ASI dapat dilakukan dengan pemijatan dan penekanan pada titik *acupoint*. *Acupoint* atau titik-titik akupresure

merupakan merupakan penghantar listrik pada permukaan kulit yang dapat mengarahkan energi penyembuhan paling efektif sehingga energi penyembuhan terbaik adalah dengan menggunakan titik akupresur (Abdurachman, 2016). Akupresur dapat dilakukan oleh setiap ibu postpartum dan ibu menyusui, selain untuk membantu memperlancar produksi ASI, Akupresur juga dapat memulihkan energi ibu pasca persalinan atau selama merawat bayi sehari-hari (Esfahani dkk., 2015).

Menurut (Wong, 2023) penggunaan titik meridian sudah banyak digunakan sejak ribuan tahun yang lalu untuk meningkatkan hormon prolaktin dalam memproduksi ASI. Penyebab ASI yang tidak keluar atau keluar sedikit dapat disebabkan kurangnya atau tersumbatnya darah (Qie Sie), karena kelelahan pasca persalinan, perdarahan dan pembekuan darah sehingga mengakibatkan penyumbatan aliran darah. Titik titik meridian Qi utama yang digunakan pada sekitar payudara adalah ST 18 untuk melancarkan Qi meridian Yang Ming (penuh Qi), titik ST 18 terletak pada bawah daerah kelenjar susu. Titik CV17 Titik Dominan Qi (Energi) sebagai promotor Sie (darah), titik CV 17 terletak pada garis median antara kedua papilla mammae.

Menurut hasil penelitian yang berjudul "*The Effect of Lactapuncture Massage on Breast Milk Production through Prolactin Hormone Levels Changes in Dr. M. Ashari Hospital, Pemalang, Central Java*" menerangkan bahwa akupresure payudara meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin dan prolactin sehingga memperlancar produksi ASI (Patimah dkk., 2019). Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa akupresure laktasi pada payudara dapat meningkatkan produksi ASI, Akupresur dilakukan pada seluruh bagian payudara, perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu peneliti menggunakan titik acupoint payudara yaitu ST 18 dan CV 17, dimana titik ST 18 dan CV 17

merupakan titik dominan Qi. Meridian Qi (energi) merupakan energi vital yang mengalir di dalam manusia terus menurun secara teratur melalui system meridian (Cing Lo) selama seseorang masih hidup. Selama manusia dalam keadaan sehat sirkulasi energi vital ini dalam keadaan seimbang dan harmonis. Bila terjadi hal-hal yang dapat menyebabkan gangguan keseimbangan aliran ini, orang akan menjadi sakit. Dengan merangsang titik-titik pada media utamanya, keseimbangan aliran energi ini dapat diperbaiki dengan akupresur meridian (Wong, 2023).

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen murni dengan rancangan Posttest Control Group Design yaitu penelitian yang menggunakan dan memilih 2 kelompok secara acak, kemudian 1 kelompok diberi treatment Akupresur payudara titik CV 17 dan ST 18 sedangkan yang lainnya diberi perlakuan breastcare dan kemudian langsung diamati dan diukur. Penelitian ini dilakukan di PMB wilayah kerja puskesmas Ngemplak dalam kurun waktu penelitian 6 bulan.

Populasi yang di gunakan adalah ibu menyusui dan dilakukan pemilihan sampel dengan tehnik *purposive* sampling. Sampel terpilih berdasarkan kriteria inklus yaitu ibu menyusui (nifas 2 jam), ASI belum keluar dan paritas pertama, didapatkan sebanyak 44 ibu

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai pengaruh akupresure CV 17 dan ST 18 terhadap waktu pengeluaran asi berdasarkan karakteristik yang terdiri dari usia, pendidikan, dan pekerjaan. Untuk membandingkan perbedaan waktu pemompaan ASI antara responden yang diberikan tindakan dengan yang tidak diberikan tindakan, dapat dilakukan uji t sampel independen (unpaired t-test). Sebelum melakukan uji independen sampel t, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analitis atau uji normalitas. Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui

menyusui lalu di bagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan 22 sampel dan kelompok kontrol 22 sampel. Kelompok perlakuan mendapatkan Akupresur titik meridian CV 17 dan ST 18 sedangkan kelompok kontrol mendapatkan breastcare. Tehnik pengumpulan data menggunakan yaitu dengan melakukan Akupresur pada acupoint payudara titik CV 17 dan ST 18 dengan menggunakan SOP yang sebelumnya sudah di lakukan proses uji expert ke ahli materi.

Penelitian ini perlakuan akupresure dilakukan oleh peneliti sendiri, yang sebelumnya sudah melakukan pelatihan Akupresur dan bersertifikat. Akupresur dilakukan dengan cara menekan secara lembut titik meridian CV 17 dan ST 18 secara bergantian, untuk satu titik Akupresur dilakukan dengan ketukan 5 kali hitungan lalu pindah ketitik yang lain, penekanan diulang sebanyak 5-10 kali putaran atau selama 15 menit. Akupresur dilakukan menggunakan aroma minyak bulus dan minyak zaitun. Setelah dilakukan perlakuan lalu di observasi dengan cara mengukur waktu pengeluaran ASI setelah di lakukan perlakuan Akupresur menggunakan form observasi. Data yang sudah di peroleh lalu di analisis menggunakan analisis *independent t-test* dengan tingkat kepercayaan $\alpha=0,005$. Penelitian ini sudah mendapatkan uji etik dengan nomor No. LB.02.02/1.3/186/2023.

apakah data kedua kelompok berdistribusi normal.

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov Z, dan diperoleh p-value pada kelompok perlakuan sebesar 0,214 dan pada kelompok kontrol 0,829 > 0,05 sehingga data dapat diartikan berdistribusi normal (Ajat, 2018). Rincian masing-masing karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1 Perbandingan rata-rata umur pada kedua kelompok penelitian

No	Variabel	Perlakuan		Kontrol	
	Perilaku Marah	f	%	f	%
Umur	< 20 tahun	5	23	2	9
	20-30 tahun	15	68	19	86
	> 35 tahun	2	9	1	5
	Total	22	100	22	100

Tabel 2 Perbandingan rata-rata pekerjaan pada kedua kelompok penelitian

No	Variabel	Perlakuan		Kontrol	
	Perilaku Marah	f	%	f	%
Umur	IRT	11	50	6	27
	Swasta	6	27	12	55
	PNS	5	13	4	16
	Total	22	22	22	100

Tabel 3 Perbedaan waktu pengeluaran ASI pada kedua kelompok penelitian

Kelompok	Mean	SD	t	p
Akupresure	92.75	94.40	7.599	0,002
Kontrol	643.25	309.94		

Berdasarkan tabel 3 didapatkan rata-rata waktu (menit) yang didapat pada kelompok perlakuan adalah 94,40 menit sedangkan pada kelompok kontrol adalah 643,25 menit. Nilai p sebesar 0,002, dengan demikian nilai p lebih kecil dari nilai α (5%) atau 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, dan melalui hasil yang telah diperoleh dapat diartikan bahwa secara statistik ada perbedaan waktu pengeluaran ASI antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Hasil yang diperoleh pada penelitian yaitu dengan cara mengukur perbedaan waktu keluarnya ASI pada responden yang diberikan perlakuan dan kontrol. Perbedaan waktu yang didapatkan sesuai dengan teori yang disampaikan oleh (Wong, 2023) yaitu akupresure untuk memperlancar ASI dapat dilakukan dengan pemijatan dan penekanan pada titik *acupoint*. *Acupoint* atau titik akupresure yang merupakan penghantar listrik pada permukaan kulit dan dapat mengarahkan energi penyembuhan paling efektif sehingga energi penyembuhan terbaik adalah dengan menggunakan titik akupresur (Abdurachman, 2016). Akupresur dapat dilakukan oleh setiap ibu postpartum dan ibu menyusui, selain untuk membantu memperlancar

produksi ASI, Akupresur juga dapat memulihkan energi ibu pasca persalinan atau selama merawat bayi sehari-hari (Masdinarsah dkk., 2019).

Akupresure dapat memberikan stimulasi pada titik titik tertentu untuk merangsang kemampuan tubuh agar menjadi rileks (Djanah & Muslihatun, 2017). Tujuan teknik akupresure adalah untuk membantu meningkatkan endoprin. Pelepasan zat yang mampu menghambat sinyal rasa sakit ke otak untuk membangun kembali sel-sel dalam tubuh yang melemah serta mampu membuat sistem pertahanan dan meregenerasi sel tubuh (Bohari dkk., 2020).

Menurut (Kiswojo, 2015) regenerasi sel tubuh menjadikan tubuh rileks dan aliran darah menjadi lancar, diaplikasikan pada titik titik meridian payudara untuk membantu menstimulasi pengeluaran hormon oksitosin, karena salah satu manfaat hormon oksitosin adalah untuk memperlancar pengeluaran Air Susu Ibu (ASI). Hormon Oksitosin itu sendiri dihasilkan oleh kelenjar pituitary dalam otak, lalu menstimulasi hipotalamus yang akan merangsang hipofisis posterior untuk membuat saluran ASI lebih lebar, membuat ASI mengalir lebih mudah (Maritalia, 2014).

Hormon oksitosin diproduksi lebih cepat dari hormon prolaktin, hormon oksitosin juga di produksi sebelum bayi mulai mengisap, hal itulah yang mempengaruhi perbedaan waktu pengeluaran ASI pada kelompok yang diberikan tindakan akupresure payudara pada titik CV 17 dan ST 18 pada kelompok yang tidak diberikan tindakan akupresure payudara.

Tindakan pemberian akupresure payudara melalui titik meridian sesuai organ yang dituju dapat membantu meningkatkan endorpin. Endorpin dihasilkan oleh kelenjar pituitary yang bermanfaat untuk mengurangi nyeri, mempengaruhi memori dan mood yang kemudian akan memberikan perasaan rileks. Pelepasan zat yang mampu menghambat sinyal rasa sakit ke otak dapat di stimulasi melalui akupresure, hal ini dapat membantu bayi mendapatkan ASI eksklusif yang dapat mempunyai antibody untuk pertahanan terhadap penyakit, mempunyai gizi yang baik untuk bayi serta dapat membantu meningkatkan rasa kasih sayang terhadap ibu dan bayi (Legawati, 2018), meskipun dalam hasil penelitian yang di uji secara statistik ada pengaruh akupresure payudara acupoint CV 17 dan ST 18 terhadap waktu pengeluaran ASI.

KESIMPULAN

Berdasarkan kajian hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan akupresur acupoint payudara pada titik CV 17 dan ST 18 dapat mempersingkat jeda waktu pengeluaran ASI pada ibu menyusui yang belum mengeluarkan ASI. Akupresur telah di lakukan pada 22 sampel perlakuan dan 22 sampel kontrol, sampel yang masuk dalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sama-sama belum mengeluarkan ASI lalu di beri perlakuan dan diobservasi dimana hasil dari rata-rata waktu pengeluaran ASI pada kelompok perlakuan yaitu 92,75 menit dari 22 sampel, dan para kelompok kontrol yaitu 643,25 menit dari 22 sampel.

Manfaat akupresure yaitu membantu menghasilkan endorpin dengan mempengaruhi area otak untuk menstimulasi sekresi beta-endorpin dan mempengaruhi sistem imun dan

sistem antinoceptive endorpin ini diproduksi oleh kelenjar pituitari dan tidak hanya mengurangi rasa sakit, tetapi juga mempengaruhi memori dan suasana hati, menciptakan perasaan rileks. Perasaan rileks dan nyaman dapat merangsang impuls saraf pusat untuk menstimulasi hipofisis untuk mengsekresi hormon oksitosin dan prolactin, dimana hormon tersebut sangat berpengaruh terhadap volume ASI (Kiswojo, 2015).

Setelah dilakukan penelitian ini, saran untuk tenaga kesehatan dalam rangka mengatasi keluhan ibu menyusui tentang kurangnya produksi ASI yaitu dapat dilakukan dengan memberikan terapi non farmakologi yaitu salah satunya adalah melakukan akupresure pada titik meridian acupoint CV 17 dan ST 17 sebagai upaya peningkatan produksi ASI, hal ini juga dapat diajarkan kepada pasien karena akupresur dapat dilakukan sendiri oleh ibu tanpa bantuan orang lain dengan cara yang baik dan benar. Bagi Ibu Menyusui dapat ikut berperan aktif dan memiliki motivasi tinggi untuk dapat menyusui bayinya dan melakukan Akupresur di rumah dengan bantu oleh suami ataupun keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurachman. (2016). Mudah Akupunktur Melalui Anatomi. *Arti Bumi Intaran*, 51(1), 51. artibumiintara@gmail.com
- Bohari, N. H., As'ad, S., Khuzaimah, A., Miskad, U. A., Ahmad, M., & Bahar, B. (2020). The effect of acupressure therapy on the improvement of breast milk production in postpartum mothers. *Enfermeria Clinica*, 30(2), 612–614. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.173>
- Depkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. Depkes. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>

- Dewi Maritalia. (2014). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui* (September 2014, Vol. 2). Pustaka Pelajar. <https://doi.org/10.26911/theijmed.2019.04.01.03>
- Dinkes DIY. (2019). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan DIY*. Kesehatan DIY. <https://www.dinkes.jogjaprovo.go.id/>
- Djanah, N., & Muslihatun, N. W. (2017). 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>
- Esfahani, M. S., Berenji-Sooghe, S., Valiani, M., & Ehsanpour, S. (2015). Effect of acupressure on milk volume of breastfeeding mothers referring to selected health care centers in Tehran. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 20(1), 7-11.
- Kiswojo. (2015). Titik Akupunktur. *E-Book*, 1-76.
- Legawati. (2018). *Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Wineka Media. https://www.google.co.id/books/edition/ASUHAN_PERSALINAN_DAN_BAYI_BARU_LAHIR/BTGIDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- M. Fery Wong. (2023). *Hipnosure "Kombinasi Hipnosis dan Akupresur"* (B. Prasetya W, Ed.).
- Maryunani, A. (2012). *Inisiasi Menyusu Dini, Asi Eksklusif dan Manajemen Laktasi*.
- 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.
- Patimah, S., Mashoedi, I. D., & Hadisaputro, S. (2019). The Effect of Lactapuncture Massage on Breast Milk Production through Prolactin Hormone Levels Changes in Dr. M. Ashari Hospital, Pemalang, Central Java. *Indonesian Journal of Medicine*, 4(1), 15-20.
- Peraturan Pemerintah Tentang Pemberian ASI Eksklusif, (2012). [http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PP No. 33 ttg Pemberian ASI Eksklusif.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PP_No_33_ttg_Pemberian_ASI_Eksklusif.pdf)
- Rukayat Ajat. (2018). *Pendekatan Penelitian*. Deepublish. https://www.google.co.id/books/edition/Pendekatan_Penelitian_Kualitatif_Qualita/qy1qDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=prosedur+penelitian+suatu+pendekatan+praktik&printsec=frontcover
- Wong, F. (2018). *Holistic Care with Jaripunktur*. Wong Publishing. Jawa barat.