


# **Masalah dalam Menyusui dan Pijat Oksitosin**

---

**dr. Annisa'Hasanah, Sp.A, M.Si**

**Ilmu Kesehatan Anak**

**FK UMM**

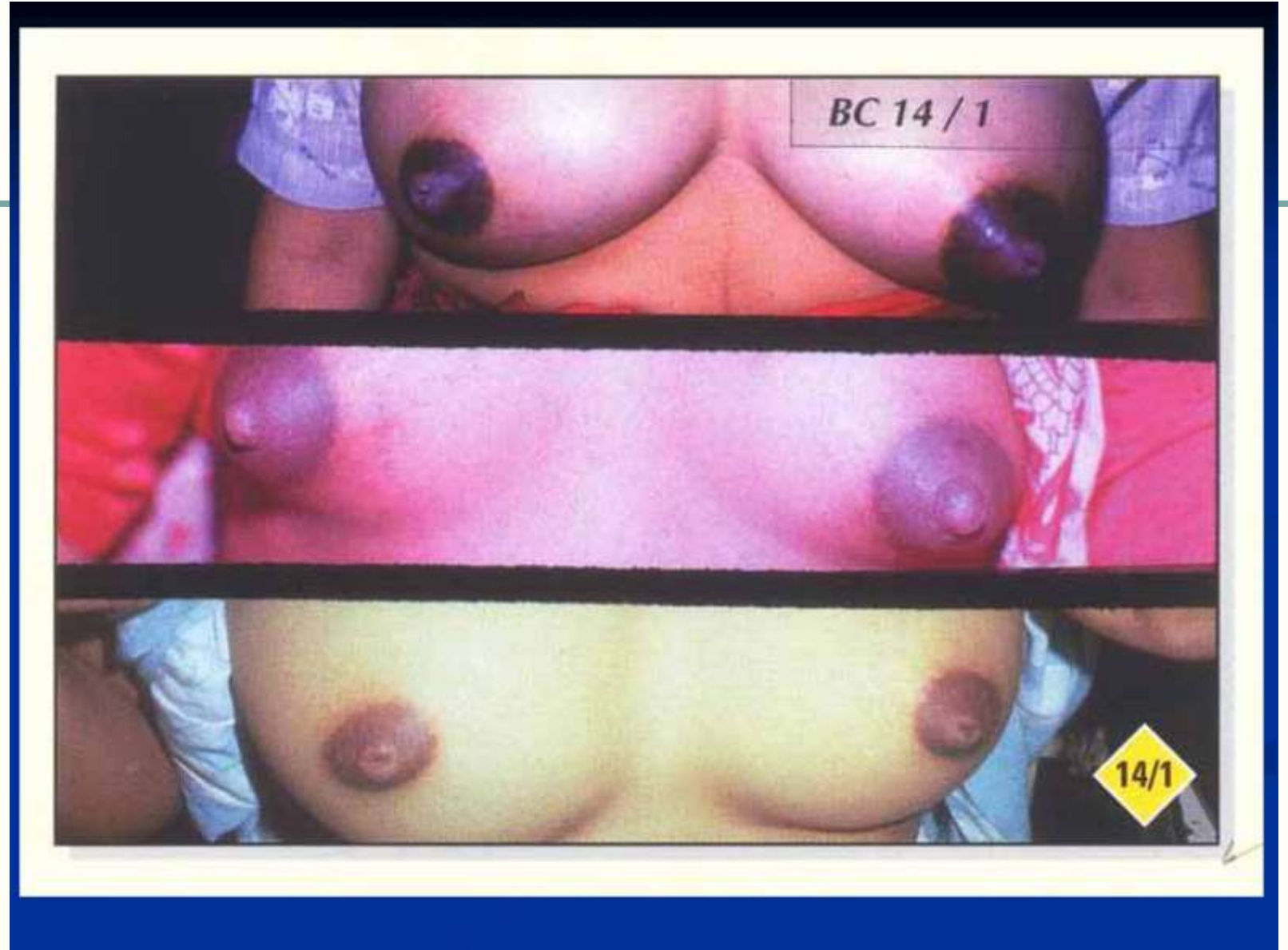


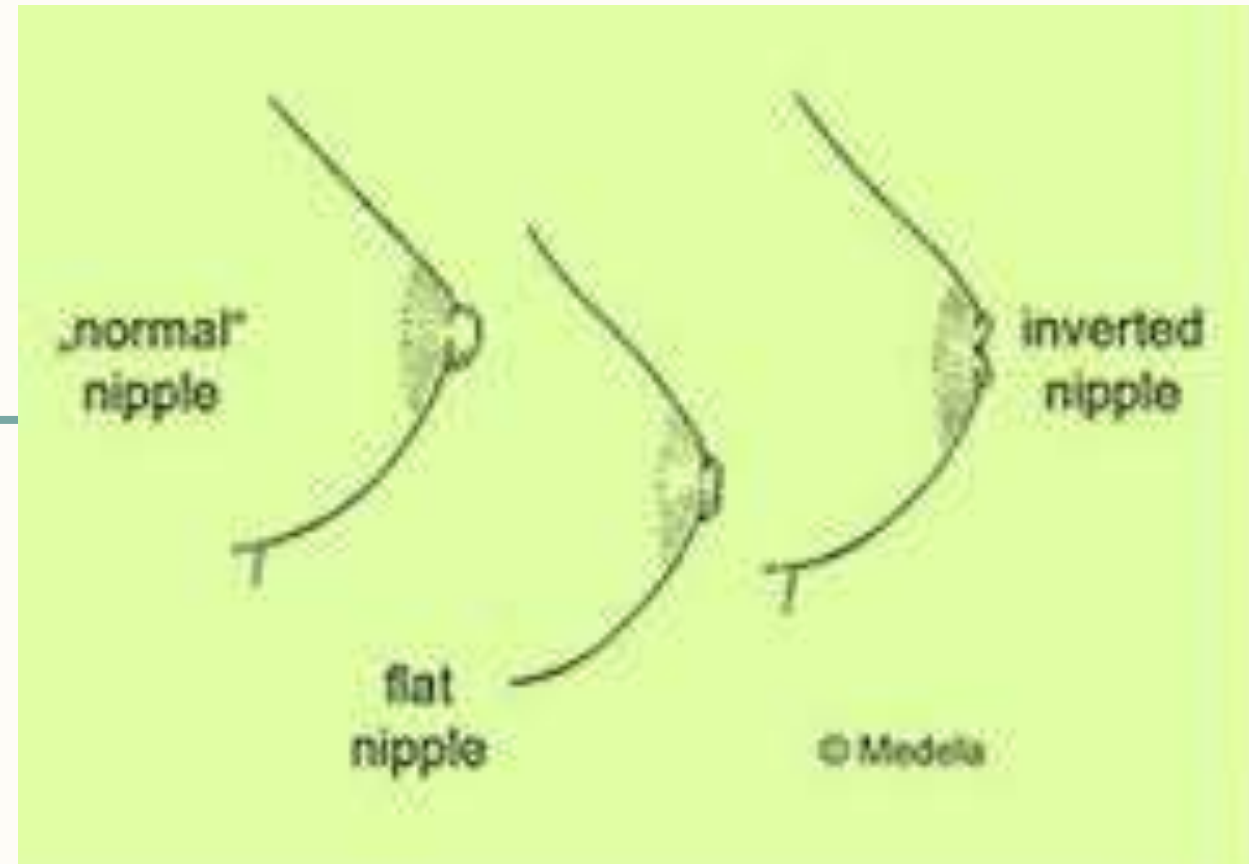
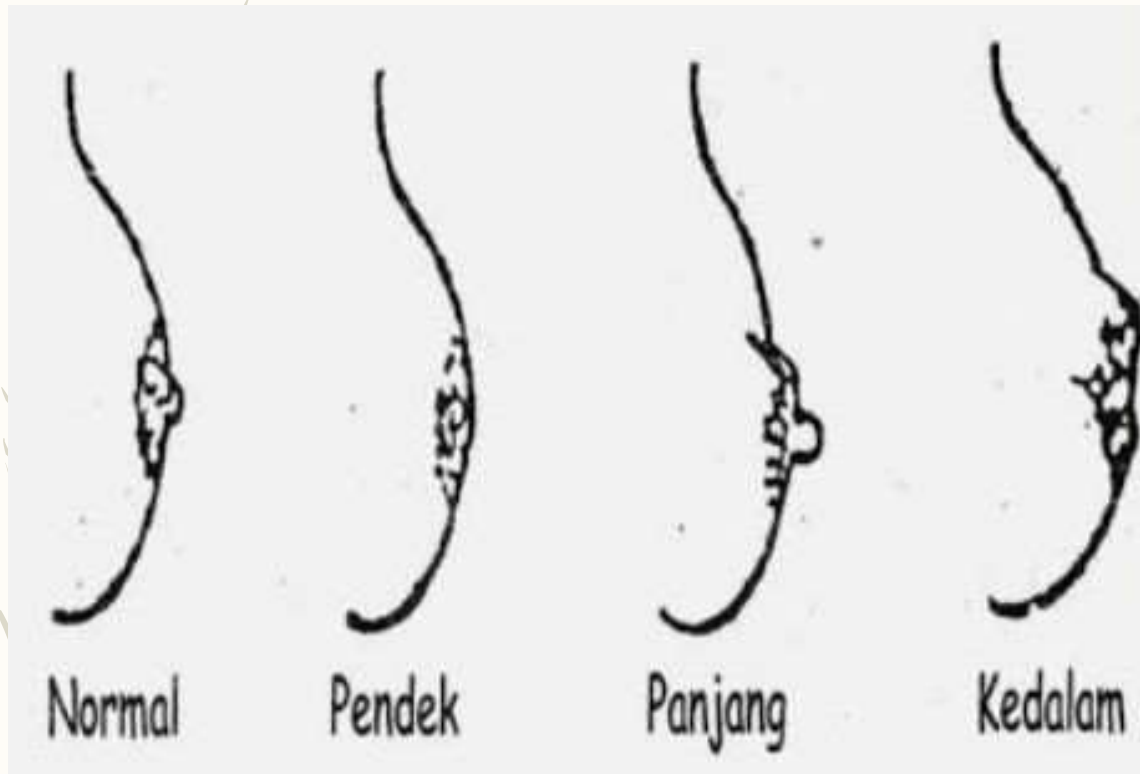
# Kondisi umum payudara yang menyebabkan kesulitan menyusui

---

1. Puting datar, terbenam (*inverted nipple*), dan besar/panjang
2. Payudara bengkak (*breast engorgement*)
3. Saluran tersumbat dan mastitis
4. Puting lecet dan retak (*cracked nipple*)

# Berbagai Bentuk Payudara





Periksa kelenturan puting susu :

- Mudah ditarik → lentur
- Tertarik sedikit → kurang lentur
- Masuk ke dalam → tidak lentur

Kelenturan (protraktilitas) payudara lebih penting daripada bentuk puting

## Posisi menyusui:

1. Seluruh badan bayi tersangga dengan baik, jangan hanya leher dan bahunya saja.
2. Kepala dan tubuh bayi lurus
3. Badan bayi menghadap ke dada ibunya
4. Badan bayi dekat ke ibunya.

## 4. KELEKATAN MENYUSUI YANG BAIK



Dagu  
menyentuh  
payudara

Mulut  
terbuka  
lebar

Bibir  
bawah  
terlipat ke  
arah luar

Lebih banyak daerah  
gelap payudara yang  
terlihat di atas mulut  
daripada di bawah  
mulut bayi

## AKIBAT DARI PERLEKATAN YANG TIDAK BAIK <sup>3/10</sup>

Nyeri dan kerusakan puting

Puting lecet  
Puting retak

ASI tidak dikeluarkan dengan efektif

Payudara bengkak

Pasokan ASI ber kurang

Bayi tidak puas  
Ingin menyusui lebih lama

Bayi frustrasi,  
Menolak menyusui

Payudara kurang memproduksi ASI

Berat badan bayi tidak naik



## PENANGANAN PUTING DATAR DAN TERBENAM

*Perawatan Antenatal*

Mungkin tidak menolong

*Segera setelah lahir*

Bangun kepercayaan diri ibu payudara akan membaik

Jelaskan bahwa bayi mengisap PAYUDARA bukan puting

Biarkan bayi menjelajahi payudara, dengan kontak kulit

Bantu ibu mengatur posisi bayi kepayudara

Cobalah berbagai posisi – misalnya bawah lengan

Bantu ibu agar puting ibu lebih menonjol keluar

Gunakan pompa, tabung suntik

*Untuk pekan pertama  
atau kedua apabila  
diperlukan*

Perah ASI dan berikan dengan cangkir

Perah ASI ke dalam mulut bayi

# Metode Alat Suntik untuk Mengatasi Puting Terbenam



gambar 2. bag penyedot dipasang dari depan



gambar 3. nipple puller menarik puting



*Nipple Puller*









1. Puting besar
2. Puting panjang





## Puting Besar Fibrosa

- Bantu bayi membuka mulut selebar mungkin agar melekat dengan baik
- Biarkan bayi dalam kontak kulit ke kulit dan menemukan sendiri puting ibu
- Coba posisi lain misal ibu di atas bayi atau posisi di bawah lengan
- Perah ASI dan beri minum bayi dengan cangkir sampai mulutnya bertambah besar



1. Payudara penuh
2. Payudara bengkak

- Batas tegas
- Payudara tegang
- Kulit mengkilap
- Puting datar



# Perbedaan Payudara Penuh dan Bengkak

---

## Penuh

- Panas
- Berat
- Keras
- ASI mengalir
- Tidak ada demam

## Bengkak

- Nyeri/sakit
- Edema
- Keras terutama daerah puting mengkilat kemerahan melebar
- ASI tidak mengalir (bisa menetes)
- Demam selama 24 jam



## **PENYEBAB DAN PENCEGAHAN PAYUDARA BENGGAK**

### ***PENYEBAB***

- ASI berlimpah
- Terlambat memulai menyusui
- Pelekatan kurang baik
- Jarangnya pengosongan ASI
- Pengosongan ASI tidak sering
- Pembatasan lama/jarak menyusui

### ***PENCEGAHAN***

- Mulai menyusui segera setelah persalinan
- Pastikan pelekatan yang baik
- Doronglah menyusui tanpa dijadwal



## PENANGANAN PAYUDARA BENGGAK

Jangan "mengistirahatkan" payudara

- |   |   |
|---|---|
| <i>Jika bayi mampu mengisap:</i>                            | Susui sering-sering, bantu dengan posisi yang baik  |
| <i>Jika bayi tak mampu mengisap:</i>                        | Perah ASI dengan tangan atau pompa  |
| <i>Sebelum menyusui untuk merangsang refleks oksitosin:</i> | Kompres hangat atau mandi air hangat<br>Pijat tengkuk dan punggung<br>Pijatan ringan pada payudara<br>Merangsang kulit puting<br>Bantu ibu untuk relaks |
| <i>Setelah menyusui untuk mengurangi edema:</i>             | Kompres dingin pada payudara  |



Teknik Memerah ASI

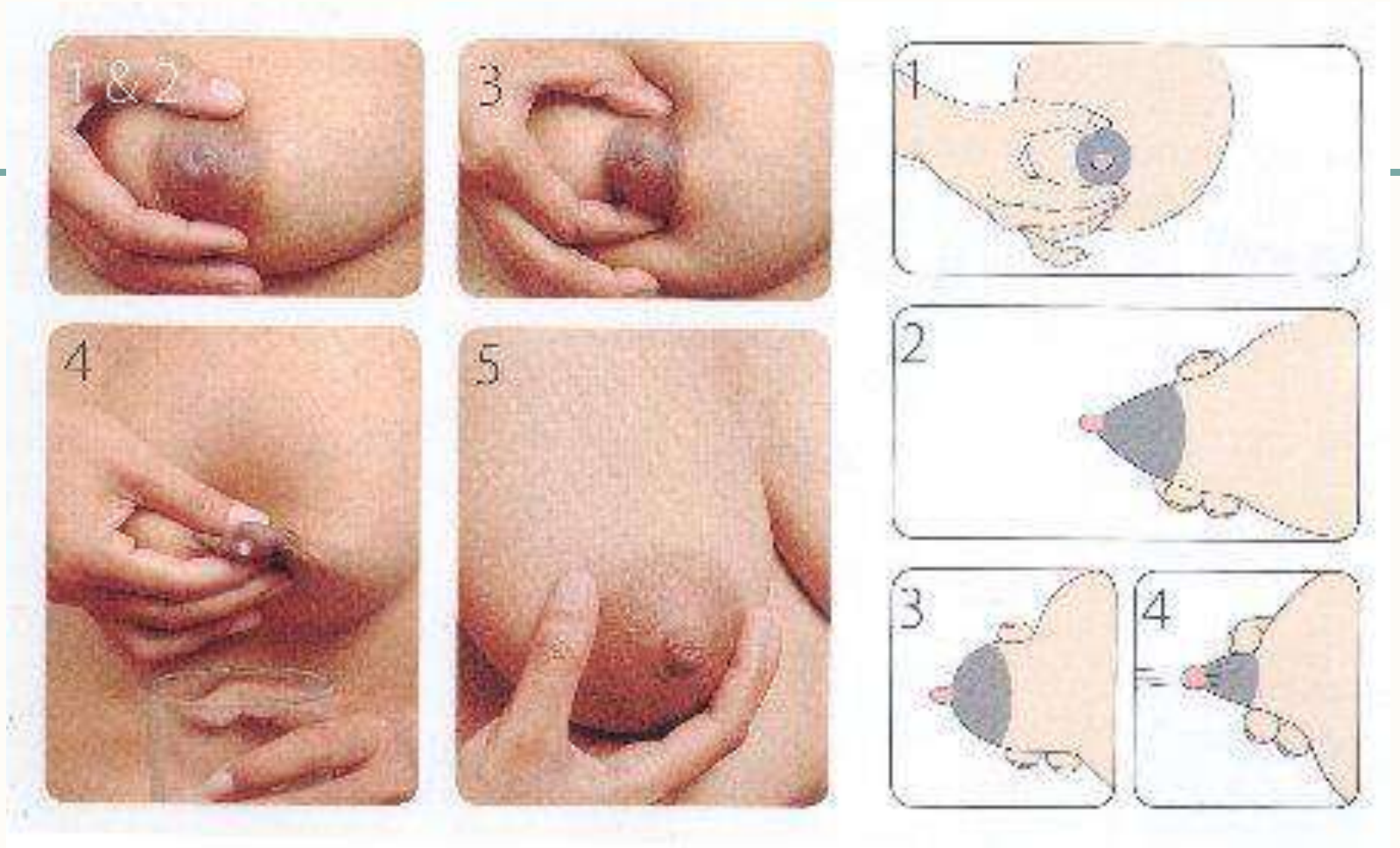


**Gambar 16. Cara Memerah ASI**  
**Sumber: Handy, 2010**

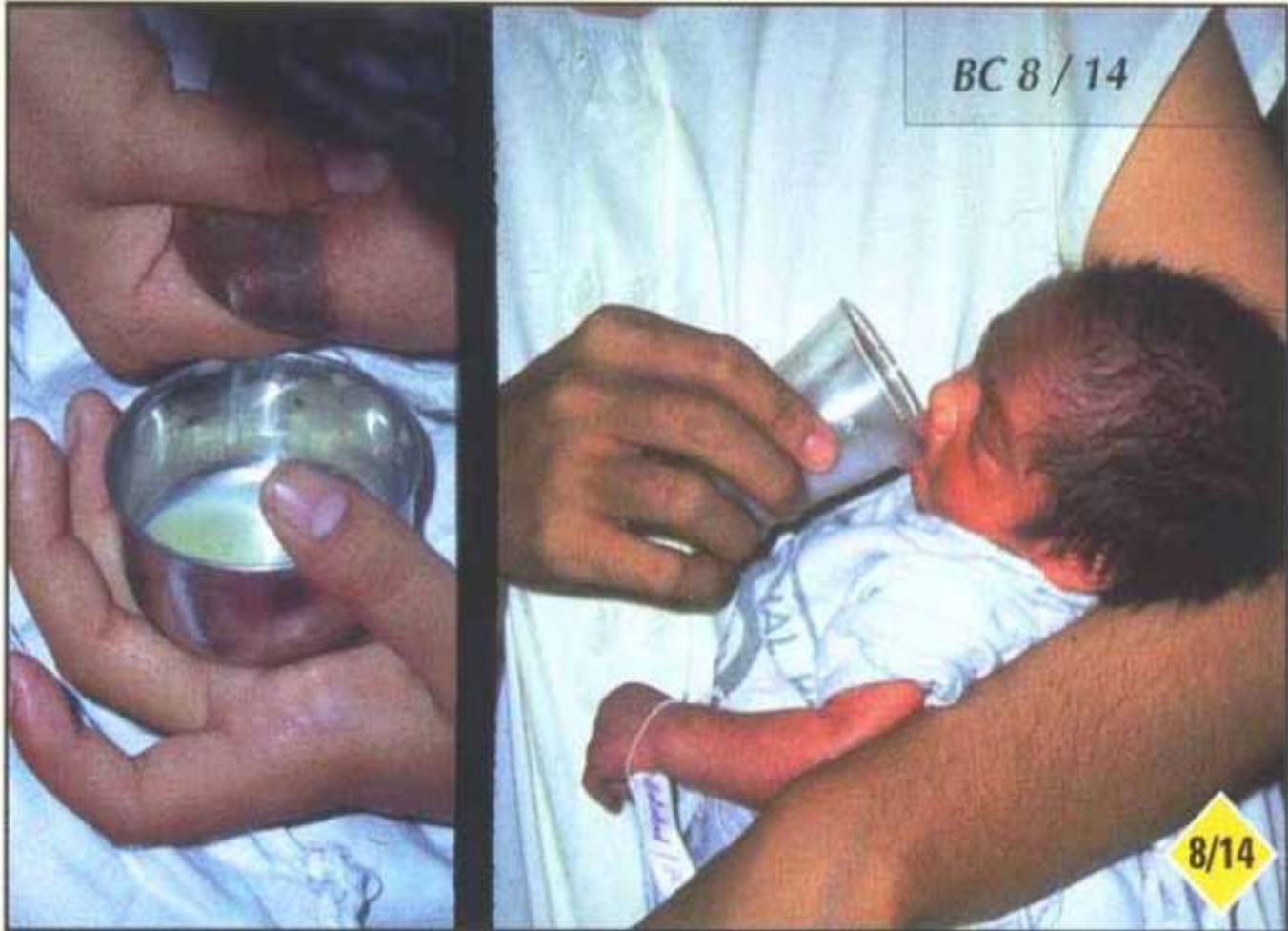




# Teknik Memerah ASI



Pemberian ASI perah  
(ASIP) dengan gelas/cup  
feeder/pipet/sendok

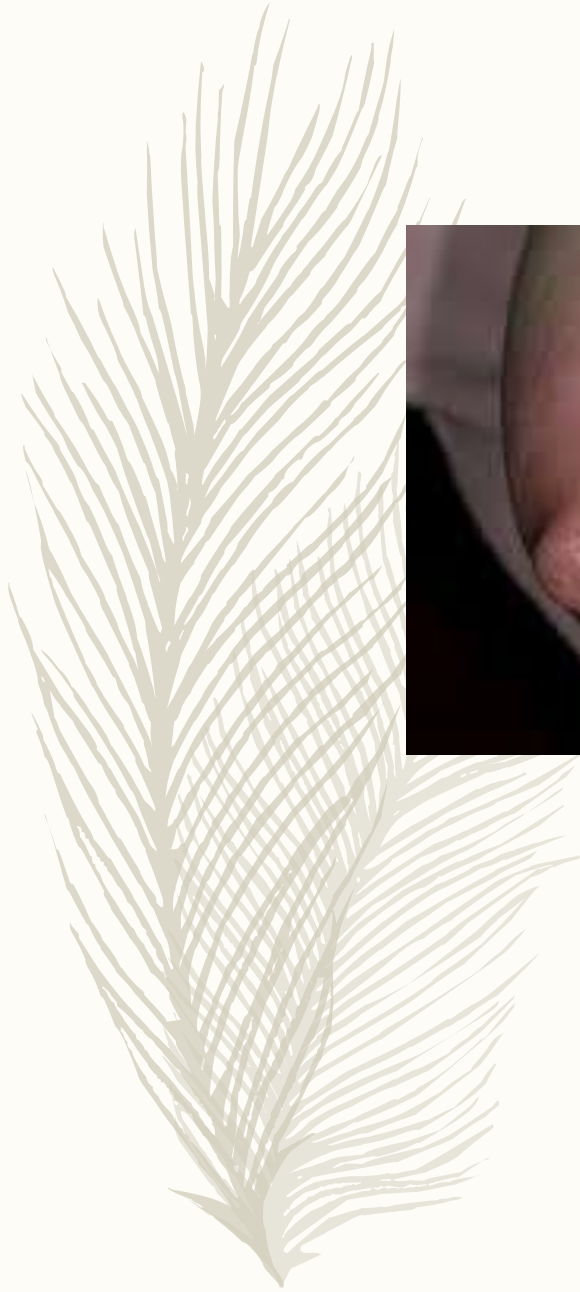


# Perbedaan Mastitis dan Payudara Bengkak

Mastitis	Bengkak
<ul style="list-style-type: none"><li>- Biasanya terjadi pada 1 payudara</li><li>- Sebagian payudara</li><li>- Kemerahan dan berbeda jelas dengan jaringan yang ada di sekitarnya</li><li>- Keras dan terasa ada gumpalan di daerah yang mengalami kemerahan</li><li>- Keras menetap walaupun ASI telah dikeluarkan</li><li>- Nyeri di daerah kemerahan</li><li>- Demam berlangsung lama</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Biasanya terjadi pada kedua payudara</li><li>- Seluruh payudara terpengaruh</li><li>- Kemerahan tidak rata, menyebar dan tidak berbeda jelas</li><li>- Keras dan bengkak berkurang jika ASI dikeluarkan</li><li>- Nyeri pada semua bagian di kedua payudara</li><li>- Demam mungkin 24 jam</li></ul>



**Mastitis**





## GEJALA SALURAN TERSUMBAT DAN MASTITIS

Saluran tersumbat → Stasis ASI → Mastitis tanpa infeksi → Mastitis terinfeksi



Gumpalan  
Mulai terasa sakit  
kemerahan terlokalisir  
Tidak demam  
Merasa sehat

meningkat  
jadi

Bengkak yang keras  
Sangat sakit  
Area merah  
Demam  
Merasa sakit

## PENYEBAB SALURAN TERSUMBAT DAN MASTITIS

- Menyusui kurang sering atau terlalu singkat      Karena
  - ibu sangat sibuk
  - bayi tidur semalaman
  - rutinitas berubah
  - ibu stres
- Aliran ASI pada sebagian atau seluruh payudara kurang baik      Karena
  - pengisapan tidak efektif
  - tekanan dari pakaian
  - tekanan jari selama menyusui
  - payudara besar mengalirkan ASI secara kurang baik
- Jaringan payudara rusak      Karena
  - trauma pada payudara
- Kemasukan bakteri      Karena
  - retakan/lekahan puting



# PENANGANAN SALURAN TERSUMBAT DAN MASTITIS

## ***PERTAMA:***

### **Perbaiki aliran pada payudara**

*Cari penyebabnya dan perbaiki:*

- pelekatan yang kurang baik
- tekanan pakaian atau jari
- buruknya aliran pada payudara berukuran besar

Anjuran:

- menyusui lebih sering
- analgesik (paracetamol atau ibuprofen)
- urut lembut ke arah puting
- kompres hangat

*Sarankan apabila membantu:*

- mulai menyusui pada payudara yang tidak sakit
- mengubah posisi

## ***KEMUDIAN***

*•Jika ada di antara yang berikut:*

- gejala-gejalanya parah, atau
- keretakan, atau
- tidak ada perbaikan setelah 24 jam

*Selain itu tangani juga dengan:*

- Antibiotik
- Istirahat total



# Penggunaan Antibiotik untuk Mastitis Terinfeksi

---

Bakteri penyebab tersering pada mastitis terinfeksi (abses payudara adalah *Staphylococcus aureus* → antibiotika resisten *penicillinase*)

1. **Flucloxacillin** : 250 mg PO tiap 6 jam sekali selama 7-10 hari (diminum 30 menit sebelum makan)
2. **Erythromycin** : 250-500 mg PO 6 jam sekali selama 7-10 hari → menyebabkan efek samping pada GIT seperti mual

Bila 2 obat tersebut tidak tersedia maka bisa menggunakan :

1. **Amoxicillin/Clavulanate** : 875 mg PO 2x sehari selama 7-10 hari
2. **Cephalexin** : 500 mg PO tiap 6 ajm selama 7-10 hari
3. **Clindamycin** : 300 mg PO tiap 6 jam selama 7-10 hari
4. **Dicloxacillin** : 500 mg tiap 6 jam selama 7-10 hari



1. Retakan di sekeliling dasar puting
2. Posisi dan perlekatan bayi kurang baik





# Kondisi / Masalah Ibu

---

## PUTING LECET

### - Penyebab:

- \* Posisi dan pelekatan yang salah
- \* Melepaskan penghisapan bayi salah
- \* Membersihkan puting dengan sabuni/ alkohol

### - Penatalaksanaan:

- \* Memperbaiki posisi menyusui
- \* Tetap mengeluarkan ASI dari payudara
- \* Oleskan ASI ke puting yang lecet
- \* Boleh minum obat bila sangat sakit

# Puting Lecet dan Nyeri

- Perbaiki posisi dan perlekatan menyusui
- Teruskan menyusui
- Oles ASI sebelum & sesudah menyusui
- Jika tidak membaik dan gejala klinis memberat segera ke dokter

Puting Lecet





# Penanganan Luka Basah pada Ulkus Puting

---

## **Luka terbuka atau ulkus**

Luka membutuhkan penyembuhan dari bagian dasar

Sel-sel baru perlu tumbuh pada permukaan basah

Jika lukanya kering maka akan menghambat penyembuhan

## **Penanganan**

- Tempelkan paraffin putih yang lembut atau lanolin murni di antara waktu-waktu menyusui
- Tutupi dengan bantalan payudara (braest pad) yang bersih, kassa atau kain
- Jika luka meradang atau mengeluarkan nanah, mungkin perlu antibiotik



# Infeksi Candida pada Payudara

---

- Puting terasa nyeri dan gatal
- Seringkali karena pemakaian Ab untuk mastitis yang tidak dikontrol dokter
- Kulit payudara terlihat merah, berkilat, bersisik
- Periksa apakah nyerinya karena perlekatan bayi yang kurang baik
- Periksa apakah bayi punya noda putih di bagian dalam pipi atau di lidah, atau ruam di pantat
- Obati ibu dan bayi dengan nystatin → jika tidak memberikan hasil, berikan fluconazole PO
- Bersihkan puting dengan kapas/kassa dan air dari arah luar ke dalam
- Anjurkan ibu untuk menghentikan pemakaian empeng, dot, dan *nipple shield* → benda-benda ini sebaiknya direbus selama 20 menit tiap hari dan diganti tiap minggu



# Pengobatan Candida pada Payudara

---

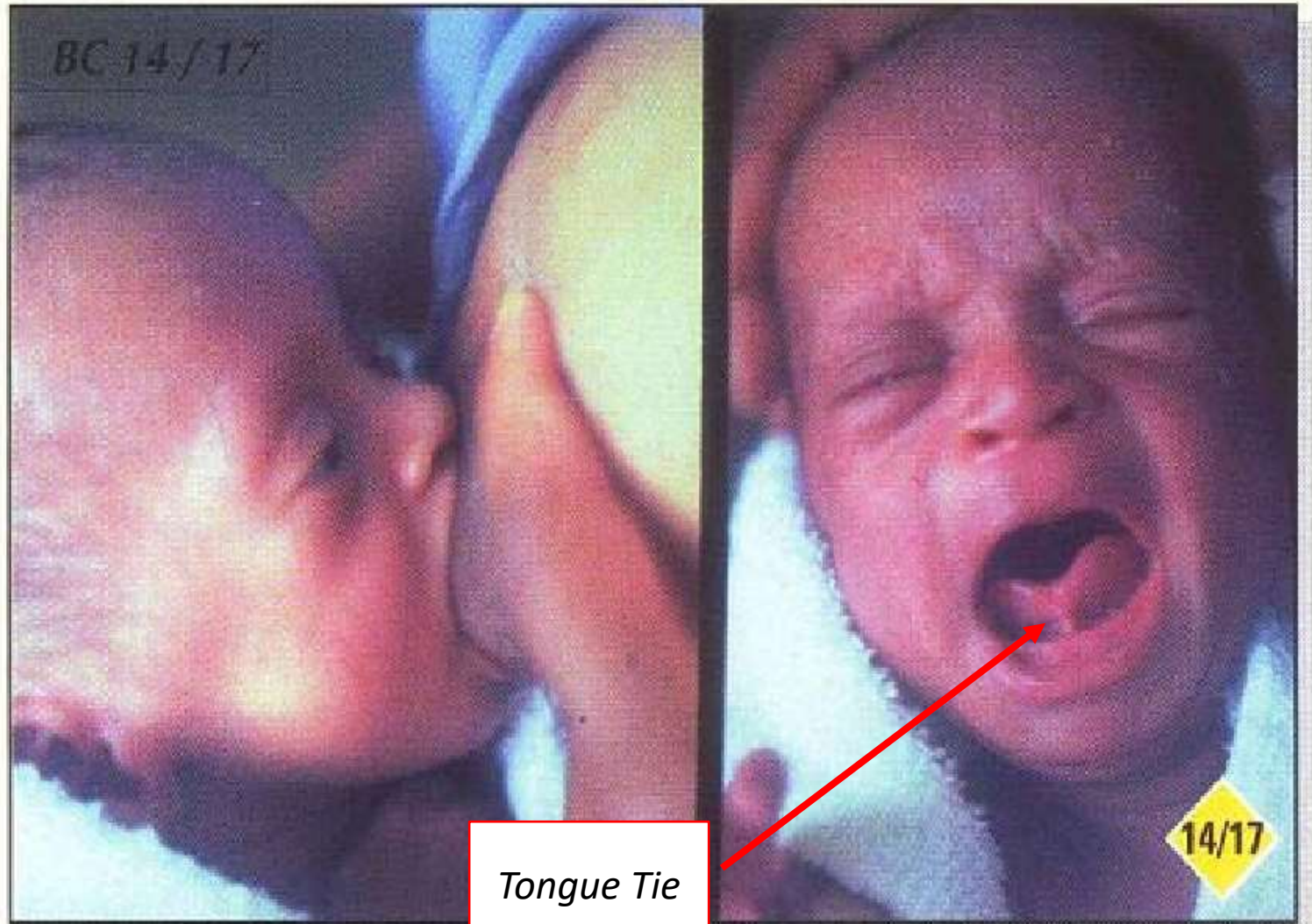
## **Krim Nystatin 100.000 IU/g**

- Oleskan ke puting 4x sehari setelah menyusui. Teruskan pemakaian sampai 7 hari setelah sembuh
- Suspensi Nystatin 100.000 IU/mL → teteskan sebanyak 1 mL dengan alat tetes ke mulut bayi selama 7 hari, 4x sehari setelah menyusui atau selama ibu diobati

## ATAU

Untuk ibu → Flukonazole 150-300mg PO 1x dilanjutkan dgn 50-100 mg 2x per hari selama 2-3 minggu

Untuk bayi → Flukonazole 6mg/kg PO 1x dilanjutkan 3mg/kg per hari selama 14 hari



Tongue Tie

# Tatalaksana Puting Lecet / Nyeri

## 1. Carilah penyebabnya

- Periksa perlekatan
  - Periksa payudara → bengkak, puting retak, candida
  - Periksa bayi → adakah candida, *tongue tie*
- 

## 2. Berikan penanganan yang tepat

- Bangun rasa percaya diri ibu
- Perbaiki perlekatan dan teruskan menyusui
- Kurangi pembengkakan, sarankan sering menyusui dan perah ASI
- Obati candida apabila kulit merah, berkilat dan bersisik, apabila gatal atau nyeri dan jika nyeri berlanjut

## 3. Anjurkan ibu untuk :

- Membersihkan payudara sekali sehari saja dengan menghindari pemakaian sabun
- Hindari lotion dan salep untuk payudara maupun puting
- Mengoleskan ASI akhir pada areola dan puting tiap selesai menyusui







# PIJAT OKSITOSIN

Pijat oksitosin adalah tindakan yang dilakukan oleh suami pada ibu menyusui yang berupa back massage pada punggung ibu untuk meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin.

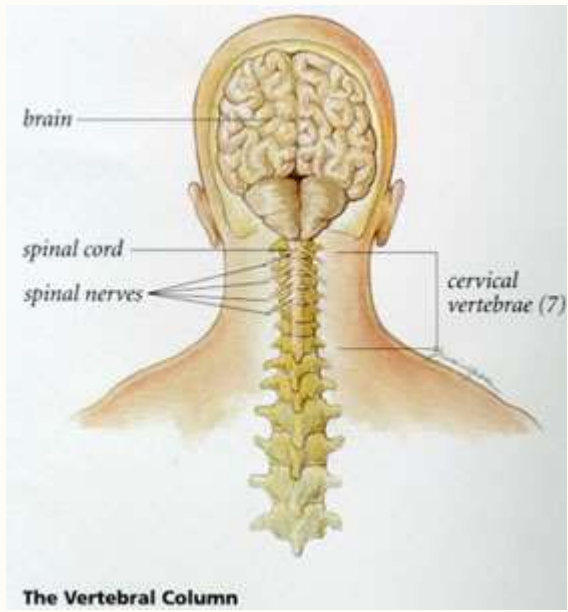
Pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami akan memberikan kenyamanan pada ibu sehingga akan memberikan kenyamanan pada bayi yang disusui.

---

### **MANFAAT**

- Membantu ibu secara psikologis, menenangkan, tidak stress
- Membangkitkan rasa percaya diri
- Membantu ibu agar mempunyai pikiran dan perasaan baik tentang bayinya
- Meningkatkan ASI
- Memperlancar ASI
- Melepas lelah
- Ekonomis
- Praktis

1. Sebelum mulai dipijat ibu sebaiknya dalam keadaan telanjang dada dan menyiapkan cangkir yang diletakkan di depan payudara untuk menampung ASI yang mungkin menetes keluar saat pemijatan dilakukan.
2. Ibu juga bisa melakukan kompres hangat dan pijat pada payudara terlebih dahulu.
3. Mintalah bantuan pada orang lain untuk memijat. Lebih baik jika dibantu oleh suami.
4. Ada 2 posisi yang bisa ibu coba. Yang pertama ibu bisa telungkup di meja atau posisi ibu telungkup pada sandaran kursi.
5. Kemudian carilah tulang yang paling menonjol pada tengkuk/ leher bagian belakang atau disebut cervical vertebrae 7.
6. Dari titik tonjolan tulang tadi turun ke bawah kurang lebih 2 cm dan ke kiri kanan kurang lebih 2 cm. Di situlah posisi jari diletakkan untuk memijat.
7. Memijat bisa menggunakan jempol tangan kiri dan kanan atau punggung telunjuk kiri dan kanan.
8. Untuk ibu yang gemuk bisa dengan cara posisi tangan dikepal lalu gunakan tulang-tulang di sekitar punggung tangan.
9. Mulailah pemijatan dengan gerakan memutar perlahan-lahan lurus ke arah bawah sampai batas garis bra. Dapat juga diteruskan sampai ke pinggang.
10. Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi 3-5 menit. Lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah AS



# Pijat Oksitosin



## Cara memijat punggung:

- Ibu duduk rileks bersandar ke depan, tangan dilipat diatas meja dg kepala diletakkan di atasnya
- Payudara tergantung lepas tanpa bra
- Penolong memijat di sepanjang sisi tulang belakang
- Menggunakan dua kepalan tangan dg ibu jari menunjuk ke depan
- Tekan kuat membentuk gerakan melingkar-lingkar kecil
- Lakukan pemijatan hingga sebatas tali bra
- Lakukan selama 2 – 3 menit



# PIJAT PAYUDARA

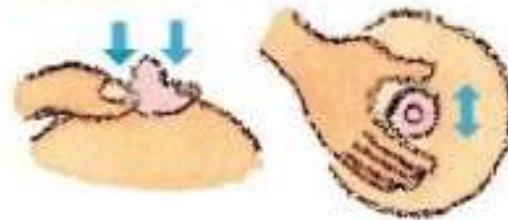
## 2 Mulai pemijatan

### 1 Pemanasan



Hangatkan payudara dengan handuk hangat selama 2 menit, 4-5 kali

### Puting



Pijat perlahan keatas dan kebawah.

### Areola



Pijat dengan perlahan ke arah atas & bawah dari kanan ke kiri (5-6 kali untuk tiap payudara)

### Payudara



Pijat melingkar mengikuti bundaran payudara (5-6 kali untuk tiap payudara)

### Dari ujung



Pijat bentuk melingkar dan spiral ke arah areola (3-4 kali untuk tiap payudara)



# TERIMA KASIH

ASI adalah anugerah terindah dari Allah SWT