ABSTRAK

Kegagalan proses menyusui sering kali disebabkan karena timbulnya beberapa masalah laktasi, salah satunya adalah bendungan asi yang dapat terjadi baik pada ibu postpartum maupun post seksio sesarea. Bendungan asi merupakan peningkatan aliran vena dan limfe pada payudara yang dapat menyebabkan peningkatan suhu tubuh, payudara terasa keras, bengkak, kemerahan dan nyeri. Pijat Oketani merupakan salah satu metode perawatan payudara yang dapat menstimulus kekuatan otot *pectoralis* untuk meningkatkan produksi asi serta menjadikan payudara lebih lembut dan elastis, memperbaiki masalah laktasi serta memudahkan bayi menghisap asi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pijat Oketani terhadap pencegahan bendungan asi pada ibu postpartum dan post seksio sesarea. Desain penelitian ini menggunakan pra eksperimen atau *pre experimental design* dengan rancangan *post test only design* atau *the one shot case study* untuk meneliti suatu program yang inovatif dalam bidang pendidikan kesehatan dan tidak mempunyai dasar untuk melakukan perbandingan. Perlakuan atau intervensi yang telah dilakukan (x) dalam rancangan ini akan diukur secara observasi atau *post test* (O2). Hasil observasi (O2) memberikan informasi yang bersifat deskriptif. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Sarah Medan pada tanggal 19 Juni s/d 02 Juli 2020. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum dan post seksio sesarea yang dirawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Sarah Medan dengan subjek penelitian sebanyak 35 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi dengan teknik analisis data Univariat dan Bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) tidak mengalami bendungan asi dan mengalami peningkatan produksi asi. Hasil analisis data diperoleh dengan uji *Wilcoxon* menggunakan *software* SPSS, nilai $Z=-4.472^b$ dan nilai $p\text{-value}=0.000$ dengan taraf signifikansi $p<0.05$. Kesimpulan dari hasil penelitian ini menyatakan bahwa kejadian bendungan asi pada ibu postpartum dan post seksio sesarea efektif dapat dicegah dengan pijat Oketani.

Kata kunci :

Perawatan payudara; pijat oketani; bendungan asi