



PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI BPM ELVIRA JUNITA

Heny Sepduwiana, M. Kes⁽¹⁾, Elvira Junita, M. Kes⁽²⁾, Evi Kristina, M. Keb⁽³⁾,

(1) S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email : henysepuwiana@gmail.com

(2) S 1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email: viraromi@gmail.com

(3) S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email: vie_cristina@yahoo.com

ABSTRAK

ASI merupakan makanan pertama dan utama bagi bayi. World Health Organization (WHO) merekomendasikan bahwa semua bayi harus mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif sejak dini. Pemberian ASI mempunyai banyak manfaat bagi bayi diantaranya, bayi dapat terlindung dari infeksi, mendapatkan makanan yang bergizi, meningkatkan kekebalan tubuh, mengurangi tingkat kematian bayi dan balita (Asiah, 2016). Manfaat pemberian ASI eksklusif sesuai dengan salah satu tujuan dari Millenium Development Goals (MDGs), yaitu mengurangi tingkat kematian anak dan meningkatkan kesehatan ibu. Upaya dalam menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB) adalah dengan memberikan ASI eksklusif. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (WBW, 2007). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosi terhadap peningkatan ASI ibu nifas. Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah rancangan *Quasi eksperimen* dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest design*. Design penelitian ini mengungkapkan hubungan sebab-akibat dengan melibatkan satu kelompok subjek. Dengan jumlah sampel 13 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di PBM Elvira Junita dengan menggunakan *Uji Wilcoxon* adalah 0.001 dengan selisih mean 4. Pada uji wilcoxon Hipotesa diterima apabila birai rerata ssetelah pijat oksitosin lebih besar dari nilai rerata pretest (6,08 >2,08) maka hipotesa (Ha) diterima, dengan demikian setelah dilakukan pijat oksitosin memiliki pengaruh terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di PMB Elvira Junita.

Kata kunci: Pijat, Oksitosin, ASI, Ibu Nifas





ABSTRACT

Breast milk is the first and main food for babies. The World Health Organization (WHO) recommends that all babies should receive breast milk (ASI) exclusively from an early age. Breastfeeding has many benefits for babies, including: babies can be protected from infection, get nutritious food, increase body immunity, and reduce infant and toddler mortality rates (Asiaah, 2016). The benefits of exclusive breastfeeding are in line with one of the goals of the Millennium Development Goals (MDGs), namely reducing child mortality rates and improving maternal health. Efforts to reduce the Infant Mortality Rate (IMR) are by providing exclusive breastfeeding. Breast milk production can be influenced by two factors, namely production and expenditure. Breast milk production is influenced by the hormone prolactin, while production is influenced by the hormone oxytocin. The hormone oxytocin will be released through stimulation of the nipple through sucking on the baby's mouth or through massage on the baby's mother's spine. By massaging the spine the mother will feel calm, relaxed, increase the pain threshold and love her baby, so that the hormone oxytocin will come out and Breast milk comes out quickly (WBW, 2007). The aim of this research is to determine the effect of oxytocin massage on increasing breast milk in postpartum mothers. The type of research used by researchers is a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest design. This research design reveals a cause-and-effect relationship by involving one group of subjects. With a sample size of 13 people. The results of this study show that the effect of oxytocin massage on the smooth flow of breast milk in postpartum mothers at PBM Elvira Junita using the Wilcoxon test is 0.001 with a mean difference of 4. In the Wilcoxon test the hypothesis is accepted if the mean after oxytocin massage is greater than the pretest mean value ($6.08 > 2.08$) then the hypothesis (H_a) is accepted, thus after massage oxytocin has an influence on the smooth flow of breast milk in postpartum mothers at PMB Elvira Junita.

Key words: Massage, Oxytocin, breast milk, postpartum mothers

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Seorang ibu sering mengalami masalah dalam pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya yakni produksi ASI yang tidak lancar. Hal ini akan menjadi faktor penyebab rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif kepada bayi baru lahir (Dewi, 2011).

Manfaat pemberian ASI eksklusif sesuai dengan salah satu tujuan dari Millenium Development Goals (MDGs), yaitu mengurangi tingkat kematian anak dan meningkatkan kesehatan ibu. Upaya dalam menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB) adalah dengan memberikan ASI eksklusif (Septiani, et al., 2017). Selain itu, menurut United Nations Childrens fund (UNICEF), sebanyak 30.000 kematian bayi di Indonesia dapat dicegah melalui pemberian ASI secara eksklusif (UNICEF, 2012).

Menurut Purwoastuti dan Elisabeth (2015), masalah kesehatan anak di Indonesia salah satunya dipengaruhi oleh kurangnya pemberian ASI. Salah satu faktor yang dapat





mempengaruhi kurangnya pemberian ASI adalah kelancaran dalam pengeluaran ASI. Ibu postpartum sering mengalami masalah terhadap pengeluaran ASI. Ibu dengan pengeluaran ASI yang kurang baik akan mengalami kecemasan dan pada akhirnya memilih memberikan susu formula untuk memastikan bahwa kebutuhan nutrisi bayinya dapat terpenuhi. Pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan berbagai hormon (Soetjiningsih, 2005). Proses pengeluaran ASI dapat terjadi karena adanya refleks menghisap serta dapat dipengaruhi oleh proses hormonal terutama oksitosin dan prolaktin (Hidayat, 2009). Berdasarkan data statistika World Health Organization (WHO) tahun 2017 diperoleh data cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia dibawah 50%. Di Negara berkembang, seperti Nigeria 23,3%, di Paraguay 29,6%, Afganistan 43,1%, Mexico 30,1%, Myanmar 50,1%, Nigeria 23,3%. World Health Organization (WHO) telah mengkaji atas lebih dari 3000 penelitian menunjukkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan adalah jangka waktu yang paling optimal untuk pemberian ASI eksklusif. Hal ini didasarkan pada bukti ilmiah bahwa ASI eksklusif mencakupi kebutuhan gizi bayi dan pertumbuhan bayi lebih baik.¹ Menurut UNICEF, cakupan rata-rata ASI eksklusif di Dunia yaitu sekitar 38%. Menurut data WHO (2016)

Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (WBW, 2007). Pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal (Guyton, 2007)

Berdasarkan uraian diatas betapa pentingnya pemberian Asi kepada bayi untuk menghindari penyakit – penyakit yang tidak diinginkan dan menjaga imunitas bayi sejak lahir. Oleh karena itu penulis memandang perlu adanya pijatan oksitosin pada ibu nifas terhadap peningkatan produksi ASI.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah rancangan *Quasi eksperimen* dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest design*. Desain penelitian ini mengungkapkan hubungan sebab-akibat dengan melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, yaitu akan diberi *pre-test* kemudian akan diobservasi kembali setelah pemberian perlakuan atau intervensi untuk mengetahui akibat dari perlakuan atau intervensi yang telah





diberikan (Nursalam, 2011). Desain penelitian ini menggunakan pendekatan waktu *cross sectional* yaitu merupakan pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*poin time approach*), dengan melakukan sekali saja pengukuran terhadap status karakter atau variabel (Saryono dan Anggraeni, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Pada Ibu Nifas Di PBM Elvira Junita yang telah dilakukan di BPM Elvira Junita dari Bulan Oktober 2023 sampai dengan Juni 2024 dengan 13 responden, Untuk hasil pengumpulan data yang sudah dilakukan peneliti akan disajikan dalam bentuk data univariat dan bivariat

A. Data univariat

1. Kecukupan ASI sebelum dilakukannya Pijat Oksitosin

Tabel 4.1 Kecukupan ASI sebelum dilakukannya Pijat Oksitosin

VARIABEL		MEAN	SD	MIN	MAX
Kelancaran ASI					
Sebelum Pijat Oksitosin		2,08	0,862	1	3

Dari tabel 4.1 dengan responden 13 orang menunjukkan bahwa rerata Kelancaran Asi sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu nifas di PMB Elvira Junita adalah 2,08 dengan nilai minimal 1 dan nilai maksimal 3.

2. Kecukupan ASI Sesudah dilakukannya Pijat Oksitosin

Tabel 4.2 Kecukupan ASI sebelum dilakukannya Pijat Oksitosin

VARIABEL	N	MEAN	SD	MIN	MAX
Kelancaran ASI					
Sesudah Pijat Oksitosin	13	6,08	0,760	5	7

Dari tabel 4.1 dengan responden 13 orang menunjukkan bahwa rerata Kelancaran Asi sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu nifas di PMB Elvira Junita adalah 2,08 dengan nilai minimal 1 dan nilai maksimal 3. Sedangkan rerata kelancaran Asi sesudah dilakukan pijat oksitosin pada ibu nifas di PMB Elvira Junita adalah 6,08, nilai minimalnya 5 dan nilai maksimumnya 7.

A. Data bivariat

Tabel 4.3 Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Di PBM Elvira Junita

Variabel		Mean	Selisih Mean	P Value
Kelancaran ASI				
Sebelum Pijat Poksitosin		2,08	4	0,001
Sesudah Pijat Oksitosen		6,08		

Dari tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di PBM Elvira Junita dengan menggunakan *Uji Wilcoxon*



adalah 0.001 dengan selisih mean 4. Pada uji wilcoxon Hipotesa diterima apabila birai rerata ssetelah pijat oksitosin lebih besar dari nilai rerata pretest (6,08 >2,08) maka hipotesa (H_a) diterima, dengan demikian setelah dilakukan pijat oksitosin memiliki pengaruh terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di PMB Elvira Junita.

A. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata Kelancaran ASI ibu nifas Sebelum dilakukan pijat oksitosin 2.08 dengan standar deviasi 0,862. Pada saat setelah dilakukan pijat oksitosin didapat rata-rata sebesar 6.08 dengan standar deviasi adalah 0,760 Dari uraian tersebut kita bisa mendapat informasi perbedaan nilai mean antara sebelum pijat oksitosin dan setelah pijat oksitosin adalah 4. Hasil *Uji Wilcoxon* dependen didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,001$. Nilai ini kecil dari nilai α (alpha) sebesar 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kelancaran ASI ibu nifas antara sebelum pijat oksitosin dan setelah pijat oksitosin. Sehingga H_0 ditolak artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan ASI pada ibu nifas. Berdasarkan penelitian, menunjukkan bahwa Pijat Oksitosin pada ibu nifas yang dilakukan dikatakan berhasil, hal ini dikarenakan pijat oksitosin bermanfaat bagi ibu nifas untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang berperan dalam meningkatkan produksi ASI, karena hormon oksitosin dapat menyebabkan sel – sel alveoli berkontraksi sehingga Asi dapat meningkat, dan hormon prolaktin yang mempengaruhi produksi ASI

Pijat oksitosin ASI merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat ASI adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai ketulang costae ke lima- keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Endah, 2011).

Pijat Oksitosin adalah pemijatan pada kedua sisi tulang belakang (Vertebrae) membentuk gerakan melibgkar dari leher ke arah tulang belikat dan merupakan usaha untuk merangsang hormon oksitosin yang berfungsi untuk merangsang kontraksi uterus dan sekresi ASI (Suherni dkk, 2010)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Belasari.R tahun 2017 dengan judul pengaruh pijat oksitosin terhadap kecukupan ASI pda ibu nifas dengan uji wilcoxon signed dengan hasil adanya hubungan yang signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI dimana $p\text{ value} = 0,000$ ($P < 0,05$).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakuak oleh Naziroh. U tahun 2017 dengan judul pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu primipara.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil peelitian dan pembahasan tentang Pengaruh Pijat Oksitosinr terhadap Peningkatan ASI pada Ibu nifas diPBM Elvira Junita .Dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengeluaran ASI ibu nifas rerata sebelum dilakukan pijat oksitosin di PBM Elvita Junita adalah 2.08 (tidak lancar).
2. Pengeluaran ASI ibu nifas rerata ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin PBM Elvira Junita adalah 6.08 (lancar).





3. Ada pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan ASI pada ibu nifas di PBM Elvira Junita dari nilai p value yaitu 0,001

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, S & Syahrir, S. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan teknik menyusui pada ibu di puskesmas pattallassang kabupaten takalar. *Public health science journal*. Vol.3. No.2, 130-138
- Anggraeni,D.M & Saryono. (2013). *Metodelogi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Andina Vita Sutanto. 2018 . *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui- Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*.Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Dewi. (2011). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Guyton, A. C., dan Hall, J.E. (2008). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC
- Hidayat, A.A. 2009. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak*. Buku 1. Jakarta: Salemba Medika
- Meironita Natani Manik, 2020, *ASI Eksklusif*,
- Mufdlilah, Mufdlilah (2017), *PEMBERDAYAAN IBU MENYUSUI PADA PROGRAM ASI EKSKLUSIF*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta.
- Nursalam. (2011). *Konsep dan Penerapan metodelogi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Proverawati (2018). *Kapita Selekta ASI & Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Septiani Hanulan Ulan, Dkk, 2017, *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif Oleh Ibu Menyusui yang Bekerja Sebagai Tenaga Kesehatan*, *Jurnal Ilmu Kesehatan Aisyiah*, Vol 2, No 02
- Suherni, dkk, 2009. *Perawatan masa nifas*, cetakan ketiga. Yogyakarta: Fitramaya
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Cetakan ke-24. Bandung: Alfabeta
- Soetjiningsih. 2005. *ASI: Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta:EGC
- WHO. (2016). *Pekan ASI Se-Dunia (World Breastfeeding Week)*. <https://www.ibi.or.id>,Diakses Tanggal 20 Oktober 2023 Pukul. 13.30 WIB.
- WHO (2020). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan pencapaian pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang*. <http://scholar.unand.ac.id>. Diakses Tanggal Pukul. 10.30 WIB.
- Zuly Daima Ulfa, Yuli Setyaningsih. *Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak nKasih Ibu Manado*. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan* Vol. 16 No. 1 Juni 2020
- Zumrotun, A., Wigati, A., Andriani, D., dan Nurul, F., 2018. *Panduan Praktik Keberhasilan Menyusui*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.

