



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 4 Tahun 2024 Page 4788-4795

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Pemberian Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di PMB Sri Endang, Way Kanan

Wulan Dari^{1✉}, Leni Fertina², Marina Ekawati³, Eni Rosmawati⁴

Program Studi Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyah Pringsewu

Email: lenifertina7@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Tahun 2021 persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Kabupaten Way Kanan merupakan kabupaten dengan pencapaian ASI eksklusif sebesar 11,69% menempati urutan ke-6 dari 15 kabupaten/ kota yang ada di provinsi Lampung. Pemberian pijat oksitosin ibu merasa rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang sehingga merangsang hormon oksitosin dan ASI pun cepat keluar. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum. Metode menggunakan desain Pre Eksperimen dengan rancangan *one group pre-test and post-test*. Sampel menggunakan tehnik *incidental sampling* dengan jumlah responden sebanyak 20 orang. Analisis menggunakan analisis univariat dan bivariat yang dihitung menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test*. Hasil penelitian didapat nilai p sebesar 0.000 yang artinya $< (0,05)$ maka dinyatakan adanya perubahan yang signifikan dimana kelancaran produksi ASI meningkat setelah dilakukan perlakuan pijat. Kesimpulan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Bidan Praktik Mandiri Sri Endang Kabupaten Way Kanan. Diharapkan pijat oksitosin bisa dijadikan prosedur tetap untuk pelayanan post partum dan ibu menyusui.

Kata Kunci : *Pijat Oksitosin, Ibu Post Partum, Kelancaran Produksi ASI*

Abstract

In 2021, the percentage of babies under 6 months old who received exclusive breastfeeding in Way Kanan Regency was a district with an exclusive breastfeeding achievement of 11.69%, ranking 6th out of 15 districts/cities in Lampung province. Giving an oxytocin massage makes the mother feel relaxed, fatigue after childbirth will disappear so that it stimulates the hormone oxytocin and breast milk comes out quickly. The purpose of the study was to determine the effect of oxytocin massage on the smooth production of breast milk in postpartum mothers. Method using Pre Experiment design with one group pre-test and post-test design. The sample used an incidental sampling technique with a total of 20 respondents. The analysis used univariate and bivariate analysis calculated using the Wilcoxon Match Pairs Test. The results of the study obtained a p value of 0.000 which means $< (0.05)$, so it was stated that there was a significant change where the smooth production of breast milk increased after the massage treatment. Conclusion There is an effect of oxytocin massage on the smooth production of breast milk in postpartum mothers at the Sri Endang Independent Practice Midwife, Way Kanan Regency. It is hoped that oxytocin massage can be used as a permanent procedure for postpartum and breastfeeding services.

Keyword: *Oxytocin Massage, Post Partum Mother, Smooth Breast Milk Production*

PENDAHULUAN

Di Negara berkembang seperti Indonesia, masa nifas merupakan masa kritis baik bagi ibu maupun bayinya. Pada masa ini ibu mengalami kelelahan setelah melahirkan sehingga dapat mengurangi produksi ASI. (Yulizawati et al., 2022)

Pada tahun 2021, persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Provinsi Lampung mengalami tren yang meningkat selama 2019-2021 yaitu sebesar 74,93% meningkat 2,57 % dibandingkan tahun 2020 (72,36%) dan meningkat sebesar 8,09% dibandingkan tahun 2019 (66,84%). Kabupaten Way Kanan merupakan kabupaten dengan pencapaian ASI eksklusif sebesar 11,69% menempati urutan ke-6 dari 15 kabupaten/ kota yang ada di provinsi Lampung. (Dinas DPPA Provinsi Lampung, 2022)

Terdapat berbagai upaya untuk memperlancar produksi ASI dapat dilakukan secara farmakologi maupun non farmakologi. Beberapa contoh terapi non farmakologi antara lain pijat *oksitosin*, pijat *marmar*, minyak *lavender esensial*, pijat payudara dan teknik jantung pisang. (Jania et al., 2022)

Terapi non farmakologi dengan pijat *oksitosin* dapat merangsang reflex oksitosinya itu dengan pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada daerah tulang belakang leher, punggung atau sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae ke lima sampai ke enam. Petugas kesehatan dapat mendukung pemberian ASI dengan membiarkan bayi bersama ibunya segera sesudah lahir selama beberapa jam pertama, mengajarkan cara

merawat payudara yang sehat pada ibu untuk mencegah masalah umum yang timbul membantu ibu pada waktu pertama kali memberi ASI, memberikan ASI pada bayi sesering mungkin, memberikan kolostrum dan ASI saja, menghindari susu botol dan dot empeng. (Jania et al., 2022)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain Pre Eksperimen rancangan one group pre-test and post-test. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum di Bidan Praktik Mandiri Sri Endang Kabupaten Way Kanan pada bulan Januari-Maret 2023. Sampel dalam penelitian adalah 20 orang ibu postpartum dengan kelompok yang dilakukan intervensi sebanyak 10 orang dan kelompok kontrol sebanyak 10 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *Incidental sampling* yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan incidental bertemu dengan peneliti. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data data primer yaitu pengukuran jumlah ml ASI ibu sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin.

Metode analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan 2 analisis. Analisis univariat yaitu dengan menampilkan tabel-tabel distribusi frekuensi untuk melihat gambaran distribusi frekuensi responden menurut variabel yang diteliti dan analisis bivariat yaitu untuk mengetahui pengaruh antara dua variable apakah signifikan dengan kemaknaan 0,05 menggunakan *Uji Wilcoxon Match Pairs Test*, dimana $p < \alpha = 0,005$ maka ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di Bidan Praktik Mandiri Sri Endang Kabupaten Way Kanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

UNIVARIAT

Tabel 1. Hasil Analisi Univariat

Karakteristik Responden	N	%
Usia Ibu		
a. <20 Tahun	1	5
b. 20-25 Tahun	17	85
c. >25 Tahun	2	10
Perawatan Payudara		
a. Ya	15	75
b. Tidak	5	25

Berdasarkan tabel 1, hampir seluruh responden berusia 20-25 tahun sebanyak 17 responden (85%). Menurut (Ariani, 2022) umur yang baik dalam masa menyusui merupakan umur 25-35 tahun. Hal ini dikarenakan ibu masih berada dalam usia yang reproduktif sehingga memiliki alat reproduksi yang baik pula yang menunjang produksi ASI yang baik. Umur sangat menentukan kesehatan maternal dan berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas serta cara mengasuh dan menyusui bayinya. Ibu yang berumur kurang dari 20 tahun masih belum matang dan belum siap dalam hal jasmani dan sosial dalam menghadapi kehamilan, serta persalinan. Umumnya pada ibu dengan usia < 19 tahun masih ingin mempertahankan bentuk payudara yang baik sehingga ibu menganggap bahwa menyusui bayi dapat membuat payudara menjadi kendur. Sedangkan pada ibu yang berumur > 35 tahun umumnya dianggap berbahaya karena baik alat reproduksinya maupun organ tubuh lainnya sudah mengalami penurunan namun masih banyak pula yang produksi ASI nya lancar dikarenakan pengalaman ibu pada masa menyusui sebelumnya, khususnya pada ibu dengan paritas.

Distribusi responden menurut perawatan payudara menunjukkan distribusi tertinggi adalah tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 17 orang (85%). Dari hasil penelitian menunjukkan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara maka pengeluaran ASI nya tidak lancar. Sesuai dengan (Nurdella Artalia Utami, Yuyun Tafwidhah, 2017) bahwa demi keberhasilan menyusui, payudara memerlukan perawatan secara teratur. Perawatan payudara bertujuan agar selama masa menyusui produksi ASI cukup, tidak terjadi kelainan pada payudara dan agar bentuk payudara tetap baik selama menyusui memerlukan perawatan secara teratur. Perawatan payudara bertujuan agar selama masa menyusui produksi ASI cukup, tidak terjadi kelainan pada payudara dan agar bentuk payudara tetap baik selama menyusui.

BIVARIAT

Tabel 2 Kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum sebelum dilakukan pijat oksitosis

Kelnacaran ASI	Jumlah Ibu	Presentase (%)
Lancar	0	0
Cukup	3	15
Kurang	17	85
Total	20	100

Hasil penelitian tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian responden sebelum diberikan pijat oksitosin pengeluaran ASI kurang lancar sejumlah 17 Ibu (85%).

Menurut peneliti, hasil dari penelitian sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden tidak menyusui bayinya 8 -10 kali dalam 24 jam. Dengan frekuensi pemberian ASI yang kurang dan tidak dilakukan sesering mungkin akan menyebabkan kelenjar payudara untuk tidak memproduksi ASI lebih banyak.

Sesuai dengan penelitian (Riana Angriani, 2018) bahwa frekuensi menyusui dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui, karena frekuensi menyusui berkaitan dengan kemampuan stimulasi kedua hormon dalam kelenjar payudara yakni hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Jadi semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak. Sebaiknya ibu menyusui bayi secara tidak dijadwalkan (on demand), karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Menyusui yang dijadwalkan akanberakibat kurang baik, karena isapan sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya. Dengan menyusui tdk di jadwal sesuai kebutuhan bayi akan mencegah banyak masalah yang timbul. Seperti susui bayi sesering mungkin tanpa dijadwal paling sedikit 8 kali dalam 24 jam masing-masing payudara 10-15 menit, susui bayi dengan satu payudara hingga payudara terasa kosong.

Tabel 3 Kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum sesudah dilakukan pijat oksitosi

Kelnacaran ASI	Jumlah Ibu	Presentase (%)
Lancar	20	100
Cukup	0	0
Kurang	0	0
Total	20	100

Hasil penelitian tabel 3 menunjukkan bahwa seluruhresponden sesudah diberikan pijat oksitosin pengeluaran ASI lancar sejumlah 20 Ibu (100%).

Menurut peneliti, hasil dari penelitian setelah dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden mengalami peningkatan kelancaran ASI. Pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu postpartum dapat meningkatkan produksi ASI karena dapat memicu pengeluaran hormon oksitosin yang sangat penting dalam pengeluaran ASI. Hormon oksitosin akan menyebabkan sel alveoli kelenjar ASI berkontraksi, sehingga ASI akan keluar. Kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh psikis ibu seperti rasa senang, bahagia, dan rasa/pikiran positif yang akan mengoptimalkan kerja hormon oksitosin ASI akan lancar keluar.

Sesuai dengan penelitianb (Noviyana et al., 2022) tentang efektifitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI, bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin produksi ASI lebih banyak dan ASI keluar lancar lebih awal yaitu pada hari ke-2. Sedangkan responden yang tanpa dilakukan pijat oksitosin memiliki produksi ASI yang sedikit, meskipun ASI keluar namun ASI keluar lebih lama yaitu pada hari 3-4.

Tabel 4. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum

Kelancaran ASI								
Pijat Oksitosin	Lancar		Cukup Lancar		Kurang Lancar		Total	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Sebelum	0	0	3	15	17	85	20	100
Sesudah	20	100	0	0	0	0	20	100

Berdasarkan tabel 4 terdapat adanya perubahan pada saat sesudah dan sebelum dilakukan perlakuan pijat oksitosin melalui uji Wilcoxon dengan nilai p sebesar 0.000 yang artinya $< (0,05)$ maka dinyatakan adanya perubahan yang signifikan dimana kelancaran ASI meningkat setelah dilakukan perlakuan pijat oksitosin (karena nilai positif ranks $>$ negatif ranks). Berdasarkan nilai kelancaran ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin diketahui bahwa sebelum pijat oksitosin, sebagian besar responden pengeluaran ASI kurang lancar. Sedangkan sesudah pijat oksitosin sebagian besar responden pengeluaran ASI lancar sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum di Bidan Praktik Mandiri Sri Endang Kabupaten Way Kanan.

Menurut peneliti, kelancaran ASI dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengetahuan ibu tentang manfaat menyusui, pengetahuan ibu tentang tanda bayi mendapatkan kecukupan ASI yang dapat dinilai dari BAK dan BAB bayi, pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui yang benar, pengetahuan ibu tentang cara meningkatkan produksi ASI dengan menyusui bayi sesering mungkin, motivasi ibu dan faktor lain seperti status gizi, faktor kelelahan, stress, alat kontrasepsi serta dukungan keluarga. Pijat oksitosin adalah salah satu cara untuk memperlancar ASI dengan merangsang produksi hormon oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI.

Pijat oksitosin adalah satu terapi non farmakologi yang dilakukan untuk memperlancar produksi ASI. Oksitosin adalah hormon yang sering dikaitkan dengan persalinan dan proses pengeluaran ASI. Oksitosin merangsang ketenangan, menginduksi efek anti stres, menurunkan kepekaan terhadap nyeri, mengurangi peradangan, dan merangsang proses yang berkaitan dengan pertumbuhan dan

penyembuhan, sehingga harapannya setelah dilakukan pijat oksitosin ibu akan mengalami ketenangan karena pada waktu proses pemijatan terjadi peningkatan hormon serotonin dan dopamin dan menurunnya hormon norepinephrine dan kortisol sehingga hormon oksitosin dan prolaktin akan keluar dan memberikan efek peningkatan produksi ASI (Noviyana et al., 2022).

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada tulang belakang yang di mulai pada tulang belakang servikal (cervical vertebrae) sampai tulang belalang torakalis dua belas. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI dapat keluar dengan sendirinya. Pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI dengan cara mengurangi tersumbatnya saluran produksi ASI sehingga memperlancar pengeluaran ASI (Fatrini et al., 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Tuasikal & Indrayani, 2022) uabakwa dengan melakukan pijat oksitosin akan memberikan rasa rileks dan tenang sehingga dapat meningkatkan produksi ASI. Pada ibu yang baru saja melewati proses persalinan sering merasa kelelahan dan stress akibat rasa sakit yang dialaminya. Maka dari itu, dukungan dari berbagai pihak baik suami, keluarga ataupun tenaga kesehatan sangat diperlukan karena kondisi psikologis ibu yang tidak stabil dapat menurunkan stimulus hormon oksitosin. Dampak yang terjadi adalah pengeluaran ASI menjadi terhambat. Pemberian pijat dan juga pemenuhan nutrisi serta istirahat yang cukup akan membuat tubuh ibu menjadi lebih rileks dan nyaman sehingga pengeluaran ASI pun menjadi lebih lancar.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar ibu postpartum mengalami pengeluaran ASI kurang lancar sebanyak 17 orang (85%) sebelum dilakukan pijat oksitosin dan setelah dilakukan pijat oksitosin terdapat seluruh ibu postpartum sebanyak 20 orang (100%) mengalami kelancaran pengeluaran ASI. Adanya perubahan yang signifikan dimana kelancaran ASI meningkat setelah dilakukan pijat oksitosin.

DAFTAR PUSTAKA

Ariani, P. (2022). Hubungan Umur , Paritas , Dan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Di Klinik Andri Kotabangun Tahun 2021. *Biology Education Science & Technology*, 5(1), 243–248.

Dinas DPPA Provinsi Lampung. (2022). *Profil Gender dan anak Provinsi Lampung Tahun 2022*.

- Fatrin, T., Soleha, M., Apriyanti, T., Sari, Y., & Aryanti, A. (2022). Edukasi praktik pijat oksitosin terhadap peningkatan kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(1), 39–46. <https://doi.org/10.32539/hummed.v3i1.73>
- Jania, T., Windiyani, W., & Kurniawati, A. (2022). Manajemen Non Farmakologi Untuk Meningkatkan Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas*, 6(1), 51–55. <https://doi.org/10.35568/bimtas.v6i1.2436>
- Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Eni, N., Fransisca, A., Lataminarni, S., Rani, H. W., Ruth, A., & Welmi, S. (2022). Efektifitas Pijat Oksitosin dalam Pengeluaran ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23–33. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1437>
- Nurdella Artalia Utami, Yuyun Tafwidhah, M. A. M. (2017). *PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP PENGELUARAN AIR SUSU IBU (ASI) PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KECAMATAN PONTIANAK SELATAN*. 16.
- Riana Angriani, E. S. dan Z. L. (2018). Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran. *Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Asi Ibu*, 2(1), 299–304.
- Tuasikal, I., & Indrayani, T. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui Di BPM "TRS" Cangkringan Yogyakarta. In *Jakhkj* (Vol. 8, Issue 1, pp. 24–27). <https://doi.org/10.59374>
- Yulizawati, Bustami, L. E. S., Halida, E. M., Fitrayeni, Oktova, R., Rahmi, L., Lisa, U. F., Insani, A. A., Iffah, U., Andriani, F., & Safaringga, M. (2022). Edukasi Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dalam Pelayanan Continuity of Care pada Era Pandemi Covid-19 di Sumatera Barat. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 5(3), 225–236.