



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 1 Tahun 2024 Page 1133-1140

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

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

## Efektivitas Pijat Oksitosin Dan Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa

Murni Okla Nisa<sup>1✉</sup>, Hendro Prasetyo<sup>2</sup>, Syiska Atik Maryanti<sup>3</sup>, Jenie Palupi<sup>4</sup>

Poltekkes Kemenkes Malang

Email: [murnioppo645@gmail.com](mailto:murnioppo645@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Latar belakang : ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktose dan garam organik yang disekresi oleh kedua belah payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi. Ibu nifas sering mengalami masalah mengenai pengeluaran ASI saat menyusui sehingga kebutuhan bayi kurang tercukupi. Dari data Profil Kesehatan Indonesia cakupan bayi mendapatkan ASI Eksklusif pada tahun 2021 yaitu 40%. Berdasarkan data profil kesehatan Jawa Timur 2021 diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Jawa Timur sebesar 51,0%. Cakupan pemberian ASI Eksklusif di wilayah Arjasa pada tahun 2021 presentasinya sebesar 9,60%. Dari hasil studi pendahuluan jumlah tafsiran persalinan dari bulan Januari sebanyak 35 orang ibu hamil. Tujuan : Menganalisis Efektivitas Pijat Oksitosin dan Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa. Metode : Desain penelitian ini menggunakan metode studi komparatif, dengan rancangan penelitian yang digunakan yaitu cross sectional. Sampel penelitian adalah 32 ibu nifas. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Analisis data yang digunakan uji chi square. Hasil : Terdapat efektivitas pijat oksitosin dan pijat oketani terhadap kelancaran ASI dengan hasil uji chi-square yang dilakukan diperoleh nilai p-value atau sig. sebesar 0.000 nilai p-value  $\leq 0,05$ . Kesimpulan : Pijat oksitosin dan pijat oketani efektif terhadap kelancaran ASI sehingga pijat oksitosin dan oketani dapat dilakukan pada ibu nifas untuk meningkatkan kelancaran ASI dan kebutuhan bayi tercukupi.

Kata kunci: Pijat Oksitosin, Pijat Oketani dan Kelancaran ASI

## Abstract

Background : Breast milk is an emulsion of fats in a solution of proteins, lactose, and organic salts, secreted by the mother's breasts as the primary source of nutrition for the baby. Postpartum mothers often face challenges with milk supply during breastfeeding, resulting in inadequate infant feeding. According to the Indonesian Health Profile data for 2021, the coverage of exclusive breastfeeding for infants is 40%. Based on the East Java Health Profile data for 2021, the coverage of exclusive breastfeeding in East Java is 51.0%. In the Arjasa region, the coverage of exclusive breastfeeding in 2021 is 9.60%. A preliminary study identified 35 pregnant mothers in January. Objective : this study is to analyze the effectiveness of oxytocin massage and Oketani massage on the smoothness of breast milk flow in postpartum mothers in the working area of Arjasa Community Health Center. Method : The research design used in this study is a comparative study using a cross-sectional design. The study sample consists of 32 postpartum mothers. Data collection is done using a questionnaire. Data analysis is performed using the chi-square test. Results : The effectiveness of oxytocin massage and Oketani massage on the smoothness of breast milk flow, as indicated by a p-value of 0.000 ( $p\text{-value} \leq 0.05$ ) from the chi-square test. Conclusion : oxytocin massage and Oketani massage are effective in improving the smoothness of breast milk flow, thus contributing to the fulfillment of infant nutritional needs.

Keywords: *Oxytocin Massage, Oketani Massage and Smooth Breastfeeding*

## PENDAHULUAN

ASI yang tidak lancar merupakan masalah yang dihadapi oleh sebagian Ibu nifas karena kurangnya pengeluaran ASI. Pengeluaran ASI yang kurang berdampak pada status gizi dan rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif karena ibu akan memberikan susu formula (sufor) untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan akhirnya akan mempengaruhi kelancaran ASI (Djanah, 2017). Proses laktasi atau menyusui merupakan proses pembentukan ASI yang melibatkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Hormon prolaktin selama kehamilan meningkat akan tetapi ASI belum keluar karena masih terhambat hormon estrogen yang tinggi. Pada saat melahirkan, hormon estrogen dan progesterone akan menurun dan hormon prolaktin lebih dominan sehingga terjadi sekresi ASI (Astutik, 2015).

Menurut WHO pada tahun 2020 diketahui sekitar 66% bayi usia 0-6 bulan tidak mendapatkan cakupan ASI eksklusif, sedangkan pada 2021 yaitu sebesar 50%. Menurut data profil kesehatan Indonesia 2020 cakupan bayi mendapatkan ASI Eksklusif yaitu sebesar 56,9%, sedangkan pada tahun 2021 yaitu 40%. Berdasarkan data profil kesehatan Jawa Timur 2021 diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Jawa Timur sebesar 51,0%. Cakupan tersebut mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2020

(80%). Penurunan tersebut dikarenakan adanya pandemi COVID-19 yang menyebabkan jumlah sasaran yang diperiksa menurun jumlahnya, sedangkan menurut data profil kesehatan kabupaten Jember 2021 yang diperoleh dari seksi Gizi Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, diketahui target capaian yang ditetapkan sebesar 80%, sedangkan cakupan bayi pada yang mendapat pemberian ASI Eksklusif sebesar 35,23% Cakupan bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif di Kabupaten Jember tahun 2020 sebesar 57,12%, dengan tetapan capaian 80% (Profil kesehatan Jember, 2020). Cakupan pemberian ASI Eksklusif di wilayah Arjasa pada tahun 2020 sebesar 33,27% sedangkan pada tahun 2021 presentasinya sebesar 9,60%. Cakupan tersebut lebih rendah jika dibandingkan pada tahun 2020, terjadi penurunan pemberian ASI Eksklusif pada bayi di wilayah Arjasa. Puskesmas Arjasa belum memenuhi capaian target di Kabupaten Jember sebesar 60% (Profil Kesehatan Jember, 2020).

Salah satu penyebab kejadian tersebut adalah dari produksi atau pengeluaran ASI ibu tidak lancar yang di karenakan timbulnya beberapa masalah, baik masalah pada ibu maupun pada bayi. Masalah yang sering timbul pada ibu selama menyusui dapat dimulai sejak sebelum persalinan (periode antenatal), pada masa pasca-persalinan dini, dan masa pasca-persalinan lanjut. Rasa cemas yang disebabkan oleh perasaan takut akan gagalnya menyusui (tidak mampu menghasilkan ASI) dan tidak memiliki ASI yang cukup adalah suatu alasan yang paling sering dikemukakan oleh ibu yang mulai gagal menyusui, berhenti menyusui terlalu cepat, atau memulai pemberian makanan tambahan sebelum makanan itu dibutuhkan. Dukungan psikologi akan membantu memperkuat keyakinan dari ibu bahwa dia dapat berhasil menyusui. Ketidakcukupan produksi ASI merupakan alasan utama seorang ibu untuk menghentikan pemberian ASI secara dini, ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi dan mendukung kenaikan berat badan bayi yang adekuat karena ASI tidak keluar atau produksinya kurang lancar. (Dermawan Deden, 2020).

Dampak Pengeluaran ASI yang tidak lancar akan berpengaruh terhadap ASI eksklusif. Dampak bagi ibu yaitu akan memberi jarak antara ibu dan bayi, akan membuat uterus lebih lama kembali, mengurangi aspek kesehatan ibu dan mengurangi aspek psikologis ibu, sedangkan dampak bagi bayi yaitu bayi akan mengalami kekurangan nutrien (zat gizi), tidak mendapatkan zat-zat protektif sebagai pelindung bayi sehingga bayi yang minum ASI jarang menjadi sakit, serta pertumbuhan dan perkembangan bayi akan terhambat (Wahyuningsih Puji Heni, 2018).

Upaya untuk meningkatkan cakupan ASI dapat dilakukan dengan beberapa metode yaitu metode farmakologi dan metode non farmakologi. Metode farmakologi cenderung

mahal harganya, sedangkan metode non farmakologi untuk meningkatkan produksi ASI bisa diperoleh dari tumbuh-tumbuhan atau yang biasa disebut tanaman obat keluarga (TOGA) dan beberapa metode yang relatif mudah dilakukan seperti metode akupresur, akupuntur, massage atau pijatan (Yuliana Rohma Nur, 2021). Diantaranya pijatan yang dapat diberikan pada Ibu nifas untuk memperlancar produksi ASI adalah pijat oksitosin dan pijat oketani. Pijat oksitosin ini merupakan suatu tindakan untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI dengan cara pemijatan tulang belakang pada costa ke 5-6 sampai ke spacula yang akan mempercepat kerja saraf para simpatis dalam merangsang hipofisis posterior untuk mengeluarkan oksitosin (Sutanto 2018). Sedangkan pijat oketani merupakan dapat menstimulus kekuatan otot pectoralis untuk meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara menjadi lebih lembut dan elastis sehingga memudahkan bayi untuk menghisap ASI (Nurjana, dkk. 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Intan Luthfiana Sari (2022) tentang Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas di Baby Spa Bubunda Care Malang dan hasil penelitian Siti Novy Romlah (2019) tentang Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI Dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas dari jurnal tersebut terdapat pengaruh pijat oksitosin dan pijat oketani terhadap kelancaran ASI pada Ibu nifas.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 November 2022 di wilayah kerja puskesmas arjasa terdapat jumlah tafsiran persalinan dari bulan Januari sebanyak 35 orang ibu hamil.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Pijat Oksitosin Dan Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa".

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah komparasi, sampel bebas. Dalam mana sampel bebas untuk membandingkan variabel kelancaran ASI ibu nifas yang diberikan pijat oksitosin dan kelancaran ASI yang diberikan pijat oksitosin dan pijat oketani.

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dimana penelitian ini dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu) yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada Efektivitas Pijat Oksitosin Dan Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji Chi-square yang dilakukan menggunakan SPSS diperoleh nilai p-value atau sig. sebesar 0.000, nilai p-value  $\leq 0,05$ . Maka  $H_1/H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sehingga terdapat efektivitas kelancaran ASI setelah dilakukan pijat oksitosin dan oketani pada ibu nifas.

ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktose dan garam organik yang disekresi oleh kedua belah payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi. Komposisi ASI tidak sama dari waktu ke waktu, hal ini berdasarkan stadium laktasi. Proses laktasi atau menyusui adalah proses pembentukan ASI yang melibatkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin (Sestu Irami Mintaningtyas, 2022)

Jumlah ASI normal yang dapat di produksi pada minggu pertama kira-kira 300-600 ml (setelah hari ke 4). Setelah minggu kedua dan ketiga kira-kira volume ASI 450-750 ml. Pada bulan 1-6 kira-kira volume ASI 750-1035 ml. (F.B. Monika, 2018). Perbedaan selisih dari volume rata-rata kelancaran ASI pada masing-masing pijatan sangat jauh berbeda, selisih pre dan post pada pijat oksitosin sebesar 4,3 ml sedangkan selisih pre dan post pijat oksitosin dan oketani yaitu 10 ml. Besarnya perubahan volume rata-rata pada kombinasi pijatan antara pijat oksitosin dan oketani ini maka dapat digunakan sebagai upaya promotif pada ibu nifas untuk meningkatkan kelancaran ASI.

Dalam penelitian ini diketahui mayoritas ibu nifas mengalami perubahan kelancaran produksi ASI, perubahan volume ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin dan oketani dengan volume ASI rata-rata  $> 50$  ml. Hal ini disebabkan karena setelah dilakukan pijat oksitosin dan oketani maka akan meningkatkan hormone prolactin dan oksitosin sebagai hormone yang menstimulasi pengeluaran ASI sehingga produksi ASI lancar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin dan oketani lebih efektif untuk meningkatkan produksi ASI karena seluruh ibu nifas mengalami peningkatan volume ASI setelah 2 jam di pijat.

Pembahasan di atas menunjukkan bahwa adanya kesesuaian antara fakta yang diperoleh yaitu adanya perubahan kelancaran produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin dan oketani dengan teori yang sudah dijelaskan sebelumnya. Pijat yang dilakukan dalam penelitian ini dapat menjadi salah satu alternative dalam meningkatkan produksi ASI ibu khususnya pada hari pertama persalinan dimana produksi ASI ibu sebagian besar belum lancar. Sesuai dengan teori bahwa pengeluaran ASI akan lancar pada hari ke-3.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa adanya Efektivitas Pijat Oksitosin dan Oketani Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa.

- a. Sebelum dilakukan pijat oksitosin 100% ibu nifas dengan kelancaran ASI kurang lancar, sedangkan setelah di pijat oksitosin mayoritas ibu nifas dengan kelancaran ASI lancar. Selisih rata-rata volume ASI 4,3 ml
- b. Sebelum dilakukan pijat oksitosin dan pijat oketani 100% ibu nifas pengeluaran ASI kurang lancar, sedangkan setelah pijat oksitosin dan pijat oketani 100% ibu nifas pengeluaran ASI lancar. Hasil pengukuran selisih rata-rata volume ASI 10 ml
- c. Pijat oksitosin dan pijat oketani efektif terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anita Rahmawati dan Bisepta Prayogi. (2018). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Keperawatan Manajemen Laktasi Dengan Pendekatan Berbasis Bukti Evidence Based Approach*. Malang. Media Nusa Creative
- Aritonang Juneris dan Simanjuntak Octavia Turisna Yunida. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Disertai Kisi-Kisi soal Ujian Kompetensi*. Yogyakarta. CV. Budi Utama
- Astutik. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Depkes RI. (2019). *Berikan ASI Untuk Tumbuh Kembang Optimal*. <https://www.kemendes.go.id> 11 Oktober 2022
- Dinkes Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan*. Indonesia
- Dinkes Jawa Timur. (2020). *Profil Kesehatan*. Jawa Timur
- Dinkes Jember. (2020). *Profil Kesehatan*. Jember
- Ekadewi Retnosari, dkk. (2022). *Buku Ajar Konsep Holistik Massage*. Malang. CV. Literasi Nusantara Abadi
- Ernawati, dkk. (2022). *Ketidaknyamanan Dan Komplikasi Yang Sering Terjadi Selama Persalinan & Nifas*. Malang. Rena Cipta Mandiri
- [https://scholar.google.co.id/scholar?q=related:\\_INR4QdrAwwJ:scholar.google.com/&scioq=Penyuluhan+Perawatan+Payudara+Pada+Ibu+Nifas+Pasca+Persalinan+Dini+Dalam+Memberikan+Asi+Eksklusif+Di+Rumah+Sakit+Angkatan+Darat+Di+Kota+Kediri.&hl=id&as\\_sdt=0,5](https://scholar.google.co.id/scholar?q=related:_INR4QdrAwwJ:scholar.google.com/&scioq=Penyuluhan+Perawatan+Payudara+Pada+Ibu+Nifas+Pasca+Persalinan+Dini+Dalam+Memberikan+Asi+Eksklusif+Di+Rumah+Sakit+Angkatan+Darat+Di+Kota+Kediri.&hl=id&as_sdt=0,5)

- Intan Luthfiana Sari, dkk. (2022). *Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas di Baby Spa Bubunda Care Malang*. Surakarta. Universitas Kusuma Husada Surakarta
- Marmi. (2017). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas Peuperium Care*. Yogyakarta. Pustaka Belajar
- Marmi. (2014). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas Peuperium Care*. Yogyakarta. Pustaka Belajar
- Marmi. (2012). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas Peuperium Care*. Yogyakarta. Pustaka Belajar
- Marmi. (2015). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas Peuperium Care*. Yogyakarta. Pustaka Belajar
- Mintaningtyas Iriami Sestu dan Isnaini Subhi Yuni. (2022). *Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Eksklusif*. PT Nasya Expanding management (NEM)
- Nurahmawati Dhewi. (2021). *Penyuluhan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Pasca Persalinan Dini Dalam Memberikan Asi Eksklusif di Rumah Sakit Angkatan Darat di Kota Kediri*
- Notoatmodjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ketiga. Jakarta. PT. Rineka Cipta
- Nursalam. (2020). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 5*. Jakarta. Salemba Medika
- Octaviani Nur Dwi, dkk. (2022). *Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum* <http://journal.polita.ac.id/index.php/jakiyah/article/view/107>
- Rini Susilo dan Kumala Feti. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*. Yogyakarta. CV. Budi Utama
- Rini Susilo Dan Kumala Feti. (2017). *Panduan Asuhan Nifas & Evidence Based Practice*. Yogyakarta. CV Budi Utama
- Septa, dkk. (2021). *Penerapan Manajemen ASI Eksklusif Dan MP-ASI Kepada Masyarakat Kelurahan Temas Kota Batu*. Malang. CV. Literasi Nusantara Abadi
- Siti Novy Romlah, dkk. (2019). *Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI Dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas*. Tangerang. Program Studi D3 Kebidanan STIKES Widya Dharma Husada Tangerang
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. ALFABETA
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. ALFABETA
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. ALFABETA
- Sulfianti, dkk. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yayasan Kita Menulis

- Sutanto A.V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui Teori Dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Yogyakarta: EGC
- Wahyuningsih Puji Heni. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan menyusui*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- World Health Organization (WHO). (2021). Health Topic. *Exclusive Breastfeeding*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
- Yuliana Rohma Nur, dkk. (2021). *Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Dengan Tatatlaksana Kebidanan Komplementer*. <https://snhrp.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/snhrp/article/view/166>
- Yuliana Wahida dan hakim Nul Bawon. (2020). *Emodemo Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Sulawesi Selatan. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia
- Yuliani Endang. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Malang. CV. Rena Cipta Mandiri
- Arfiana dan Lusiana Arum. (2016). *Asuhan Neonatus Bayi Balita dan Anak Pra Sekolah*. Yogyakarta. Transmedika
- Tim Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas (PNC) D-IV kebidanan Jember. (2016). *Modul Praktikum Asuhan Kebidanan Nifas (PNC) Program Studi D-IV Kebidanan Jember*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Jurusan Kebidanan Program Studi D-IV Kebidanan Jember
- Sulis Diana, dkk. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. CV OASE GROUP. Jawa Tengah