

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU POST PARTUM PRIMIPARA DI MOTY CARE BABY, KIDS & MOM CIANGSANA TAHUN 2022

Kurnia Dwi Rimandini
Akademi Kebidanan Keris Husada, Jl Yos Sudarso Komplek Marinir Cilandak
Jakarta Selatan – Telp 021 78845502
E-mail : rimandinia@yahoo.com

Abstrak

Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 menunjukkan secara umum angka ASI untuk bayi berusia kurang dari enam bulan mencapai 52%. Selain meningkat sekitar 11% dibandingkan riset serupa pada 2012, capaian ini memenuhi target minimal 50% yang ditetapkan dalam rencana pembangunan nasional lima tahun terakhir. Pijat oksitosin ibu merasa rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang sehingga merangsang hormon oksitosin dan ASI pun cepat keluar. **Tujuan penelitian** adalah Untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum primipara. **Metode penelitian** menggunakan desain *Pre Eksperimen* dengan rancangan penelitian *one group pre-test and post-test*. **Sampel dalam penelitian** menggunakan tehnik incidental sampling dengan jumlah responden sebanyak 20 orang. **Analisis data** pada penelitian ini 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 ASI meningkat setelah dilakukan perlakuan pijat. **Kesimpulan dan saran** ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum primipara di Moty Care Baby, Kids & Mom. Diharapkan pijat oksitosin bisa dijadikan prosedur tetap untuk pelayanan post partum dan ibu menyusui.

Kata Kunci : Pijat Oksitosin, Kelancaran ASI, Postpartum

Abstract

Data from Indonesian Demographic and Health Survey (IDHS) 2017 show that in general the breastfeeding rate for babies aged less than six months is 52%. Apart from increasing by around 11% compared to similar research in 2012, this achievement met the minimum target of 50% set in the national development plan for the last five years. Mother's oxytocin massage feels relaxed, fatigue after giving birth will disappear so that it stimulates the hormone oxytocin and breast milk comes out quickly. The aim of the study was to determine the effect of oxytocin massage on the smoothness of breastfeeding in primiparous postpartum mothers. The research method used a pre-experimental design with a one group pre-test and post-test research design. The sample in the study used the incidental sampling technique with a total of 20 respondents. Data analysis in this study used univariate and bivariate analysis which was calculated using the Wilcoxon Match Pairs Test. The results of the study obtained a p-value of 0.000, which means $< (0.05)$ so there was a significant change in which the smoothness of breastfeeding increased after the massage treatment was carried out. Conclusions and suggestions that there is an effect of oxytocin massage on the smoothness of breastfeeding in post partum primipara mothers at Moty Care Baby, Kids & Mom. It is hoped that oxytocin massage can be used as a regular procedure for post partum services and breastfeeding mothers.

Keywords: Oxytocin Massage, Breastfeeding, Postpartum

Pendahuluan

ASI adalah nutrisi berupa air susu yang berasal dari hasil produksi payudara ibu dan sangat penting yang diciptakan Tuhan Yang Maha Esa untuk bayi. ASI memiliki kandungan yang bermanfaat, seperti ASI

stadium satu pada ASI hari pertama sampai hari keempat yaitu kolostrum memiliki arti penting berkaitan dengan kekebalan tubuh bayi karena kolostrum merupakan zat yang mengandung imunita untuk bayi.

Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017

menunjukkan secara umum angka ASI untuk bayi berusia kurang dari enam bulan mencapai 52%. Selain meningkat sekitar 11% dibandingkan riset serupa pada 2012, capaian ini memenuhi target minimal 50% yang ditetapkan dalam rencana pembangunan nasional lima tahun terakhir.

Perasaan ibu yang tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya akan menyebabkan penurunan hormone oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan dan akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula. Saat ini terapi nonfarmakologis untuk meningkatkan produksi ASI telah ada namun belum banyak diterapkan disemua pelayanan kebidanan. Salah satu upaya nonfarmakologis yang bisa dilakukan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan adalah dengan melakukan pijat oksitosin. Hal ini sesuai dengan anjuran dari pemerintah untuk pemanfaatan alam sekitar atau “Back to Nature”.

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau reflex let down. Dengan dilakukan pemijatan ini ibu akan merasa rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan 3 orang ibu post partum primipara di Moty Care Baby,

kids & Mom. Didapatkan bahwa ada 2 ibu post partum primipara yang ASI nya belum lancar dan 1 orang mengalami bendungan ASI. Terkait dengan masalah yang dipaparkan tersebut, peneliti berpendapat bahwa Pijat Oksitosin sangat berpengaruh terhadap kelancaran ASI pada ibu Post Partum Primipara. Dengan ini maka peneliti tertarik untuk meneliti “**Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu primipara**”.

Metode

Penelitian ini merupakan kuantitatif menggunakan desain *Pre Eksperimen* dengan rancangan penelitian *one group pre-test and post-test*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum primipara di Moty Care Baby, Kids & Mom pada bulan Juni-Agustus tahun 2022. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah 20 orang ibu postpartum 1-2 minggu primipara yang menyusui ASI Eksklusif. 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 yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan dua tahap, yaitu 1) Analisis univariat yaitu dengan menampilkan tabel-tabel distribusi frekuensi untuk melihat gambaran distribusi frekuensi responden menurut variabel yang diteliti. 2) Analisis bivariat yaitu untuk mengetahui pengaruh antara dua variable apakah signifikan atau tidak dengan kemaknaan 0,05 dengan menggunakan *Uji Wilcoxon Match Pairs Test*, dimana $\rho < \alpha = 0,005$ maka ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum primipara di Moty Care Baby, Kids & Mom

Hasil Penelitian

Univariat

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat

Karakteristik Responden	n	%
Usia Ibu		
a. <20	1	5
b. 20-25	17	85
c. >25	2	10
Pendidikan		
Terakhir	0	0
a. SD-SMP	3	15
b. SMA	17	85
c. Perguruan Tinggi		
Perawatan		
Payudara	3	15
a. Ya	17	85
b. Tidak		
Obat Pelancar ASI	15	75
a. Ya	5	25
b. Tidak		

Berdasarkan tabel 1, hampir seluruh responden berusia 20-25 tahun sebanyak 17 responden (85%), sebagian besar responden berlatar belakang perguruan tinggi yaitu sebanyak 17 orang (85%), sebagian besar responden adalah Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 9 orang (45%) dan sebagian besar responden tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 17 orang (85%), serta sebagian besar responden mengkonsumsi obat pelancar ASI sebanyak 15 orang (75%).

Bivariat

Tabel 2. Kelancaran ASI pada ibu postpartum primipara sebelum dilakukan pijat oksitosin

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

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

Tabel 3. Kelancaran ASI pada ibu postpartum primipara setelah dilakukan pijat oksitosin

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

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden sesudah diberikan pijat oksitosin pengeluaran ASI lancar sejumlah 20 Ibu (100%).

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

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 terbukti adanya perubahan pada saat sesudah dan sebelum dilakukan perlakuan pijat melalui uji *Wilcoxon* didapat nilai p sebesar 0.000 yang artinya $< (0,05)$ maka dinyatakan adanya perubahan yang signifikan dimana kelancaran ASI meningkat setelah dilakukan perlakuan pijat (karena nilai positive 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 primipara di Moty Care Baby, Kids & Mom di Desa Ciangsana Kecamatan Gunung Putri Kabupaten Bogor.

Pembahasan

1. Analisis Univariat

Deskripsi responden menurut usia ibu menunjukkan distribusi tertinggi adalah usia ibu 20-25 tahun sebanyak 17 orang (85%). Usia tersebut menunjukkan dalam usia matang dan dewasa. 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 multipara.

Distribusi responden menurut Pendidikan teraktir responden menunjukkan distribusi tertinggi responden adalah

perguruan tinggi yaitu sebanyak 17 orang (85%). Menurut (Naziroh U, 2017) jika pendidikan seseorang masih rendah maka pengetahuan yang dimiliki juga akan kurang. Berkurangnya pengetahuan yang dimiliki seseorang maka besar kemungkinan status kesehatan individu akan menurun atau bahkan memburuk. Dengan demikian kita dapat memberikan pengetahuan serta tambahan informasi tentang pentingnya pijat oksitosin agar ASI yang dikeluarkan lancar.

Distribusi responden menurut pekerjaan responden menunjukkan distribusi tertinggi responden adalah ibu yang tidak bekerja atau Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebanyak 9 orang (45%). Status sebagai ibu rumah tangga memberikan kesempatan pada ibu untuk lebih menyusui bayinya sesering mungkin, sehingga produksi ASI tetap lancar. Hal tersebut sebagaimana dikemukakan oleh (Naziroh U, 2017), ibu yang bekerja pengeluaran ASI kurang lancar. Disebabkan ibu yang bekerja jauh dari anak dan jarang untuk menyusui, maka produksi ASI ibu juga akan berkurang.

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 (Nita, 2010) 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.

Distribusi responden menurut pemakaian obat pelancar ASI menunjukkan distribusi tertinggi adalah mengkonsumsi obat pelancar ASI sebanyak 15 orang (75%). Dari hasil penelitian menunjukkan obat pelancar ASI dapat meningkatkan produksi dan kelancaran ASI, hal ini sejalan dengan penelitian (Rosdianah and S, 2021) bahwa obat pelancar ASI yang mengandung ekstrak daun katuk dapat memperlancar dan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui ditambah dengan mengkonsumsi gizi yang cukup, frekuensi menyusui sesuai keinginan bayi, ketentraman jiwa dan pikiran

2. Analisis Bivariat

a. Kelancaran ASI Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin

Kelancaran ASI pada ibu postpartum primipara sebelum dilakukan pijat oksitosin di Moty Care Baby, Kids & Mom di Desa Ciangsana, Kecamatan Gunung Putri, Kabupaten Bogor 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 (Maslihati, 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 menyusui 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 akan berakibat kurang baik, karena isapan sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya. Dengan menyusui tidak 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.

b. Kelancaran ASI Setelah Dilakukan Pijat Oksitosin

Kelancaran ASI pada ibu postpartum primipara sesudah dilakukan pijat oksitosin di Moty Care Baby, Kids & Mom di Desa

Ciangsana, Kecamatan Gunung Putri, Kabupaten Bogor menunjukkan bahwa seluruh responden 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 primipara 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 penelitian (Nufus, 2019) 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.

c. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI

Hasil pengolahan dan analisis data didapatkan dari penelitian Terbukti adanya

perubahan pada saat sesudah dan sebelum dilakukan perlakuan pijat melalui uji Wilcoxon didapat nilai p sebesar .000 yang artinya $< (0,05)$ maka dinyatakan adanya perubahan yang signifikan dimana kelancaran ASI meningkat setelah dilakukan perlakuan pijat sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum primipara.

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. (Nufus, 2019)

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. (Rama, 2015)

Hal ini sejalan dengan penelitian (Tuasikal I, 2022) bahwa 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.

Kesimpulan

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

Saran

1. Praktisi Kesehatan perlu menjadikan pijat oksitosin sebagai prosedur tetap untuk pelayanan post partum maupun ibu menyusui.
2. Orang tua untuk terus meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya manfaat ASI sehingga berupaya untuk melakukan usaha memperlancar ASI dengan pijat oksitosin
3. Agar hasil penelitian dapat dijadikan sebagai referensi, pengabdian masyarakat, materi penyuluhan dan penelitian di masyarakat.

Referensi

- Ariani, P. (2022) ‘Hubungan Umur , Paritas , Dan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Di Klinik Andri Kotabangun Tahun 2021 *Biology Educational Science & Technology*, 5(1), pp. 243–248.
- Maslihati, N. (2018) ‘Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui-Jurusan Keidanan Medan Prodi D-Iv Kebidanan Prodi D-Iv Kebidanan.’, pp. 1–15.
- Naziroh U (2017) ‘Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Primipara Di Sidoarjo’, pp. 1–14.
- Nita, H. (2010) ‘Hubungan Perawatan Payudara Dengan Produksi ASI Pada Ibu Nifas di RSUD SINJAI’, *Fakultas Ilmu kesehatan UIN Alauddin Makassar*, Skripsi, pp. 1–78. Available at: http://repositori.uin-alauddin.ac.id/3705/1/nita_haeriaty.pdf.
- Nufus, H. (2019) ‘Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi’, *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(2), pp. 223–227. Available at: <https://doi.org/10.54411/jbc.v3i2.217>.
- Rama, I.N. dan (2015) ‘Hubungan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI.’, *Jurnal Keb.*
- Rosdianah, R. and S, I. (2021) ‘Pemberian

Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(2), pp. 265–273. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i2.3585>.

Tuasikal I (2022) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui Di BPM TRS Cangkringan Yogyakarta', *JAKHJ Vol 8 No 1*