

**PENGARUH AKUPRESUR DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP
WAKTU LUARAN DAN KECUKUPAN ASI PADA IBU
POST PARTUM DI RSUD PANEMBAHAN
SENOPATI BANTUL**

Effect of Acupressur and Oxytocin Massage on Output Time and Adequacy Of Breast Milk in Post Partum Mothers at Panembahan Senopati Hospital Bantul

Rusmini¹, Any Ashari², Yuni Kusmiyati³

^{1,2,3} Magister Kebidanan, STIKES Guna Bangsa Yogyakarta
Jl. Padjajaran No.Kel, Ngringin, Condongcatur, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55283
e-mail: rusmini.kebidanan@gmail.com

DOI:

Abstrak

ASI memiliki banyak keuntungan baik untuk ibu ataupun bayi. ASI mengandung banyak nutrisi yang dibutuhkan bayi pada 6 (enam) bulan pertama setelah dilahirkan. Terdapat faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif yang dapat menghambat sekresi hormon oksitosin, Cara dalam mesntimulasi hormon oksitosin salah satunya dengan pijat oksitosin. Hormon prolaktin dan oksitosin memiliki peran penting pada kecukupan ASI. Cara menstimulasi *let down reflex* salah satunya dengan Akupressur. Tujuan penelitian untuk menganalisa pengaruh pemberian akupresur jari kelingking tangan dan pijat oksitosin terhadap waktu luaran dan kecukupan ASI pada ibu postpartum. Penelitian menggunakan desain *Randomized Controlled Trial* (RCT) dengan pendekatan kuantitatif. Populasi adalah semua ibu postpartum yang mengalami persalinan pervaginam tahun 2021 sebanyak 166 orang. Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 70 ibu postpartum yang sesuai dengan kriteria inklusi berdasarkan perhitungan rumus slovin. Kesimpulan akupresur lebih berpengaruh terhadap waktu luaran dan kecukupan asi daripada pijat oksitosin pada ibu post partum.

Kata kunci: akupresur, pijat oksitosin, air susu ibu

Abstract

ASI was very usefull for mother and baby. Breast milk contains many nutrients babies need in the first 6 months after birth. There are factors influence exclusive breastfeeding that can inhibit the secretion of the hormone oxytocin. One way to stimulate the hormone oxytocin is by using oxytocin massage. Prolactin and oxytocin have an important role in adequacy of breast milk. One way to stimulate let down reflex is with acupressure. Purpose this study was to analyze effect of giving acupressure and oxytocin massage to time of delivery and adequacy of breastfeeding in postpartum mothers. The study used a Randomized Controlled Trial (RCT) design with quantitative approach. Population is all postpartum mothers who experience vaginal delivery in 2021 as many as 166 people. The number of samples in the study were 70 postpartum mothers who met the inclusion criteria based on the calculation of the slovin

formula. Conclusion acupressure had more effect on the time of delivery and the adequacy of breastfeeding than oxytocin massage for postpartum mothers.

Keywords: *acupressure, oxytocin massage, breast milk*

1. PENDAHULUAN

Kegiatan menyusui adalah satu kegiatan yang dapat membahagiakan ibu. ASI berfungsi dalam menjaga daya tahan tubuh bayi karena ASI mengandung banyak zat bermanfaat, vitamin serta mineral yang berlimpah ASI memiliki banyak keuntungan baik untuk ibu ataupun bayi. ASI mengandung banyak nutrisi yang dibutuhkan bayi pada 6 (enam) bulan pertama setelah dilahirkan. Manfaat yang dihasilkan ASI untuk bayi misalnya tidak mudah sakit, mendukung perkembangan otak dan fisik bayi serta tumbuh kembang bayi lebih optimal (Apreliasari & Risnawati, 2020).

Peningkatan angka ibu menyusui telah menyelamatkan hidup > 820 ribu balita dan berkontribusi dalam mencegah peningkatan 20 ribu kasus kanker payudara dalam setiap tahun. Sayangnya di Indonesia hanya satu dari dua bayi berusia di < 6 bulan memperoleh ASI dan tidak > dari 5% anak masih menyusui pada usia 23 bulan (Nasir et al., 2019).

Artinya prevalensinya adalah setengah dari seluruh anak Indonesia tidak mendapat gizi dibutuhkan selama 2 tahun pertama dalam kehidupannya yang penting dalam masa perkembangan. Lebih dari 40% bayi harus mendapatkan terlalu dini makanan pendamping ASI, yaitu sebelum anak mencapai umur 6 bulan, dan makanan yang diterima sering kali tidak sesuai dengan kebutuhan gizi bayi.

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan DIY (2019) capaian cakupan ASI di Kabupaten Bantul 2016 sebanyak 75,06% dan terjadi penurunan pada 2017 yakni 74,27% namun sayangnya

terjadi kenaikan lagi pada 2018 sebesar 77,74%. Sesuai data tersebut dapat diketahui bahwa capaian program ASI Eksklusif di Bantul dari 2016 hingga 2019 selalu berfluktuasi (naik turun).

ASI yang tidak cukup menjadi alasan utama ibu dalam menghentikan pemberian ASI, sebab ibu merasa tidak bisa mencukupi kebutuhan gizi bayinya dan tidak adanya kenaikan berat badan bayi. Kecukupan ASI disebabkan oleh kelancaran dan frekuensi dalam memberikan ASI, tapi sayangnya banyak ibu yang belum tahu informasi tersebut dengan benar (Rahayu & Yunarsih, 2018).

Hormon prolaktin dan oksitosin memiliki peran penting pada kecukupan ASI ada dua reflek yang sangat penting pada laktasi yaitu reflek prolaktin dan reflek aliran let down reflex. Jika oksitosin produksinya sedikit, membuat let down reflex terhambat jadi ASI tidak bisa keluar. Salah satu cara menstimulasi let down reflex yaitu dengan terapi Akupresur (Setyowati, 2018).

Akupresur adalah teknik penekanan dengan jari untuk merangsang stimulasi sensori stomatic dengan jalur aferen sehingga berpengaruh pada aliran bioenergy yang mengalir pada 1 meridian, stimulasi pada titik meridian memberikan manfaat maksimal terhadap kinerja organ terkait. Rangsangan sensorik akupresur akan menstimulasi hipofisis posterior dan pituitary untuk mempengaruhi kinerja dari hormon yang akan meningkatkan produksi hormon oksitosin agar let down reflex terjadi sehingga terjadi pengeluaran ASI dari alveoli dan ductus lactiferous yang

secara otomatis dan maksimal (Liliana & Wahyuningsih, 2020)

Penyebab yang berperan dalam pemberian ASI salah satunya adalah adanya rasa nyaman, pasca bersalin ibu mengalami rasa lelah, cemas hingga stress tidak bisa menyusui dengan baik, hal tersebut tentunya juga dapat menjadi penghambat keluarnya hormon oksitosin (Saputri et al., 2019).

Masalah tersebut dapat diatasi dengan oksitosin massage yakni pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebre) hingga tulang costae 5 atau 6. Adanya pijatan tersebut neurotransmitter akan mermenstimulasi medulla oblongata ke hipotalamus untuk memproduksi oksitosin dengan maksimal. Sebab oksitosin membuat otot-otot kecil/halus pada daerah kelenjar mammae menjadi rileks sehingga ASI pun dapat diproduksi. Pijat oksitosin dilakukan agar efektif yakni dengan frekuensi 2x sehari pada hari 1 dan 2 pasca melahirkan, karena kedua hari tersebut memang ASI belum terproduksi dengan banyak (Litasari et al., 2017).

Berdasarkan hasil data sekunder di Bangsal Alamanda RSUD Senopati Bantul jumlah pasien yang tahun 2020 sebanyak 2657 pasien dan yang melahirkan spontan pervaginam dari bulan juni 2020 sampai dengan tanggal 26 Juni 2021 sebanyak 79 pasien. Ketika pemberian ASI menjadi penting tetapi pada RSUD Senopati Bantul pada ruang Nifasnya belum tersedia edukasi dan pemberian Akupressure yang berguna membantu pengeluaran ASI agar lebih maksimal. Peneliti bertujuan untuk mengetahui pengaruh akupresur jari kelingking tangan dan pemberian pijat oksitosin terhadap waktu luaran dan kecukupan ASI pada Ibu Postpartum.

2. METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimental survei analitik dengan menggunakan rancangan *Randomized Controlled Trial (RCT) design*. dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini membagi subyek kedalam dua kelompok penelitian secara acak (random alokasi) yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Subyek dalam kelompok perlakuan akan diberikan Akupresur jari kelingking tangan pada 2 jam postpartum, sedangkan subyek pada kelompok kontrol diberikan pijat oksitosin pada 2 jam postpartum. Pada kedua kelompok ini akan diberikan edukasi mengenai waktu luaran dan Kecukupan ASI yang baik.

$O_1 \text{ ---- } X \text{ ---- } O_2 \text{ ---- } O_3 \text{ ---- } O_4$
 $S \text{ ---- } R \text{ ---- } O_1 \text{ ---- } X^1 \text{ ---- } O_2 \text{ ---- } O_3 \text{ ---- } O_4$

Keterangan:

S : Subyek

R : Randomized

O_1 : Pretest pada kelompok perlakuan untuk mengetahui pengeluaran ASI pada 2 jam *postpartum*

O_2 : Posttest pada kelompok perlakuan untuk mengetahui pengeluaran ASI pada 24 jam *postpartum*

O_3 : Pretest pada kelompok perlakuan untuk mengetahui pengeluaran ASI pada 2 hari *postpartum*

O_4 : Posttest pada kelompok perlakuan untuk mengetahui pengeluaran ASI pada 3 hari *postpartum*

Populasi adalah ibu postpartum di Ruang Alamanda RSUD Panembahan Senopati yang memenuhi kriteria inklusi. Banyaknya populasi pada bulan Januari sebanyak 84 orang dan bulan Februari 2022 sebanyak 82 orang dengan total 166.

Kriteria Pemilihan Sampel:

a. Kriteria inklusi

1) ASI belum keluar

2) Berat bayi ≥ 2500 gram

- 3) Persalinan Normal
 - 4) Aterm
 - 5) Bayi Hidup
- b. Kriteria eksklusi
- 1) Bayi diberi susu formula
 - 2) Ibu minum pelancar ASI

Sampel ditentukan dengan *simple random sampling* yaitu pasien yang masuk dan sesuai kriteria inklusi akan terpilih dengan acak hingga jumlah sampel yang diperlukan terpenuhi. Kemudian secara acak dibagi dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Banyaknya sampel ditentukan dengan rumus Slovin agar sesuai dengan akidah penelitian, adapun rumusnya adalah:

$$n = \frac{n}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Ukuran populasi

e = Batas toleransi kesalahan (*error tolerance*) sebesar 15% (0,15)

Sehingga perhitungan sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{166}{1 + 166(0,15)^2}$$
$$n = 35,058$$

Berdasarkan hitungan tersebut yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 35 orang pada setiap kelompok intervensi sehingga total dari 2 kelompok intervensi yaitu 70 orang.

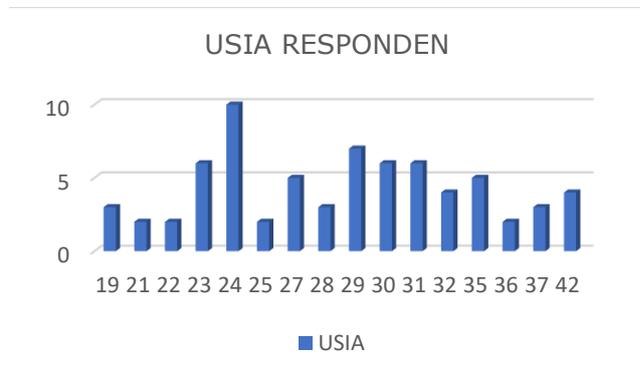
Data penelitian berupa data primer yang terdiri dari data karakteristik responden (wawancara dan kuisisioner), pengeluaran ASI, pemberian susu formula pada bayi baru lahir di Rumah Sakit, dan Asupan nutrisi tambahan pelancar ASI untuk ibu, serta data sekunder berupa berat badan bayi baru lahir, proses persalinan, usia kehamilan ibu, dan keadaan umum ibu

dan bayi baru lahir (rekam medis pasien). Karakteristik responden didapatkan dengan wawancara menggunakan kuisisioner yang diisi pada 2 hari dan 3 hari postpartum.

3. HASIL

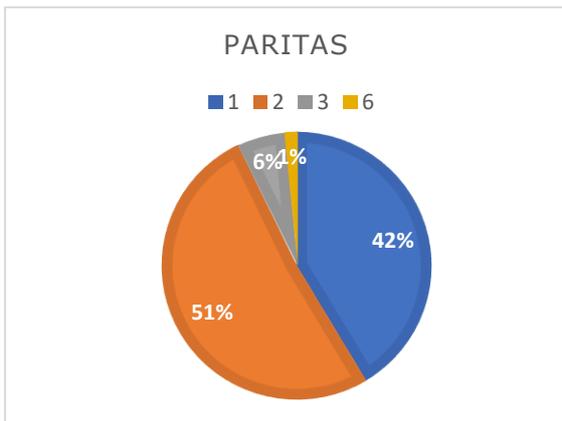
Karakteristik subjek yang dijelaskan yaitu usia ibu postpartum dan paritas. Responden dalam penelitian ini yaitu ibu postpartum yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok akupresur jari kelingking tangan dan kelompok pijat oksitosin. Responden pada kelompok akupresurre yaitu ibu postpartum yang diberikan intervensi atau perlakuan Akupresur pada 2 jam postpartum. Sedangkan Responden pada kelompok pijat oksitosin yaitu ibu postpartum yang diberikan intervensi atau perlakuan pijat oksitosin pada 2 jam postpartum.

Gambar 1 Distribusi Usia Ibu



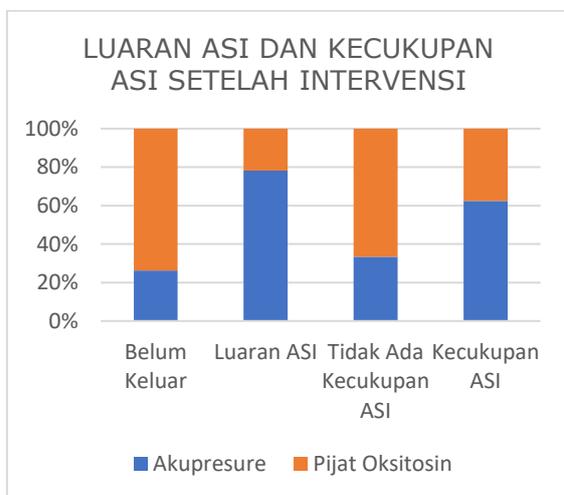
Pada Gambar 1 terdapat rerata usia responden Ibu postpartum adalah antara usia 28-29 tahun dengan usia minimum 19 tahun dan usia maksimum 42 tahun.

Gambar 2 Distribusi Paritas Ibu



Berdasarkan Gambar 2 diketahui paritas ibu postpartum responden dalam penelitian ini bervariasi dengan usia minimum 2 kali dan maksimum 6 kali. Responden terbanyak diketahui 2 kali melahirkan sejumlah 36 orang (51.4%) dan paling sedikit diketahui 6 kali melahirkan sejumlah 1 orang (1.4%).

Gambar 2 Distribusi pemberian akupresur terhadap kecukupan ASI dan luaran ASI



(Sumber: Data Primer 2022)

Pada Gambar 3 menunjukkan pengaruh akupresur jari kelingking tangan dan pijat oksitosin terhadap kecukupan ASI dan luaran ASI pada ibu postpartum $p\text{-value} = 0,016$ ($p\text{-value} \leq 0,05$) sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara akupresur jari kelingking tangan dan pijat oksitosin pada kecukupan ASI dan luaran ASI pada ibu postpartum.

Analisis Multivariat Regresi Logistik: Akupresur jari kelingking tangan dan pijat oksitosin terhadap kecukupan ASI

Tabel 1 Hosmer and Lemeshow Test

Step	Chi-square	df	Sig.
1	2.833	6	.830

Dari tabel 1 dapat dilihat model regresi yang sudah diuji layak diepergunakan untuk analisa berikutnya, sebab tidak ada perbedaan antara klasifikasi yang diprediksi dengan yang diamati. Nilai sebesar 2.83 dengan probabilitas signifikansi 0.83 yang nilainya di atas 0,05.

Tabel 2 Overall Model Fit Test

-2 Log Likelihood Block Number =0	-2 Log Likelihood Block Number=1
95.61	87.21

Pada tabel tersebut menunjukkan adanya penurunan, yang mana penurunan ini mengindikasikan model regresi yang lebih baik atau dengan kata lain model yang dihipotesiskan fit dengan data.

Setelah dilakukan penilaian model regresi logistic, maka dilakukan analisis regresi logistic dengan hasil perlakuan yang diberikan berpengaruh secara signifikan terhadap luaran ASI ($p < 0.001$). Hasil regresi logistic test yakni perlakuan akupresure jari kelingking memiliki pengaruh 0.064 kali lebih tinggi untuk mencapai ASI keluar setelah 2 jam dibandingkan dengan pemberian pijat oksitosin (OR=0.06; CI 95%=0.02 sampai 0.24; $p < 0.001$). Pada variable PSS diketahui bahwa tingkat stress rendah berpengaruh secara signifikan terhadap luaran ASI dengan pengaruh 0.24 kali lebih tinggi dibanding ibu yang memiliki tingkat

stress tinggi (OR=0.24; CI 95%=0.07 sampai 0.88; p=0.03

4. PEMBAHASAN

Pembahasan pemberian akupresur jari kelingking tangan terhadap waktu luaran ASI pada ibu postpartum.

Pengaruh akupresur jari kelingking tangan dan pijat oksitosin terhadap kecukupan ASI dan Luaran ASI $p\text{-value}=0,000$ dan $p\text{-value} = 0,016$ ($p\text{-value}\leq 0,05$; sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara akupresur jari kelingking tangan dan pijat oksitosin terhadap kecukupan ASI dan Luaran ASI pada ibu postpartum.

Akupresur membantu dalam optimalisasi stimulasi prolaktin dan oksitosin serta menghindarkan dari efek samping terhambatnya produksi ASI yang dikeluarkan oleh ibu postpartum dimulai dari 2 jam postpartum sampai 3 hari postpartum (Wulandari et al., 2019).

Dalam penelitian ini akupresurnya yaitu *akupressure point for lactation*. Stimulasi yang ditujukan pada sum-sum tulang belakang dan otak melalui saraf akson. Agar terjadi stimulasi sinyal mencapai ke otak. Sebab adanya sistem saraf pusat (SSP) yang aktif akan merangsang neurotransmitter yang memproduksi hormon dalam tubuh termasuk prolaktin dan oksitosin. Rangsangan akupresur dengan jari kelingking memang dapat meningkatkan produksi prolaktin dan oksitosin yang menajdika proses menyusui lebih baik dan lancer (Setyowati, 2018).

Pada penelitian ini pemberian akupresur dapat mesntimulasi reseptor prolaktin dan oksitosin serta mengurangi adanya hambatan proses menyusui pada ibu postpartum sebelum 2 jam pertama setelah diberikan intervensi. Kelebihan yang didapatkan dari inttervensi ini adalah kemudahan

yang bisa dilakukan oleh ibu postpartum sendiri tanpa bantuan orang lain, berbeda ketika menggunakan intervensi pijat oksitiosin yang harus dengan bantuan orang lain untuk melakukan kegiatan tersebut. Dalam hal ini kekurangan akupresur adalah tidak semua tenaga kesehatan mampu dan kompeten dalam melakukan KIE kepada ibu untuk melakukan akupresur sendiri karena harus melalui pelatihan khusus (Setyowati, 2018).

Pembahasan pengaruh pemberian akupresur jari kelingking tangan terhadap kecukupan ASI pada ibu postpartum dilihat dari BAK dan BAB bayi baru lahir di Ruang Alamanda

Pada bayi baru lahir pertumbuhan fungsi serta struktur anorektal berjalan sesuai usianya. Rektum memanjang disertai dengan perkembangnya katup rektal serta sudut anorektal. Defekasi BBL diawali dengan keluarnya mekoneum dalam keadaan normal, mekoneum keluar 36jam sampai 48jam pertama setelah lahir sebanyak 2 hingga 3 kali per hari.

Dalam hal ini menjadi penjelasan bahwa bayi baru lahir akan tetap mengeluarkan mekonium/BAB pada 2 jam dan 24 jam pertama karena merupakan bagian dari pengoptimalan fungsi dan struktur anorectal. Penelitian terdahulu yang membandingkan pola defekasi pada BBL yang mendapat ASI memiliki frekuensi defekasi yang sering karena ASI mengandung tinggi protein dan oligosakarida yang tidak dapat dicerna, oelh sebab itu terjadi peningkatan volume, osmolaritas hingga terjadi penignkatan defekasi (Djogo et al., 2021). Frekuensi menyusui yang intens dapat mesntimulasi reflek gastrokolik dan defekasi terjadi lebih sering juga. Nilai normal kecukupan ASI dari frekuensi BAK pada BBL yang memperoleh kecukupan ASI lebih dari 6 kali dalam sehari (Liliana & Wahyuningsih, 2020).

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa pada 2 jam dan 24 jam pertama tidak terdapat pengaruh pemberian akupresur jari kelingking tangan dikarenakan merupakan proses fisiologis diuresis/BAK pada 48jam hingga 72 jam postnatal. ASI adalah sumber gizi/nutrisi terbaik untuk BBL yang memiliki banyak kandungan nutrisi yang dibutuhkan oleh BBL termasuk kebutuhan akan cairan. BBL yang tidak mendapatkan cukup cairan dari menyusui akan mengalami dehidrasi.

Pembahasan Analisis pengaruh pemberian akupresur jari kelingking tangan terhadap waktu luaran dan Kecukupan ASI pada ibu postpartum di Ruang Alamanda

Pemijatan oksitosin berguna dalam mestimulasi oksitosin yang memberikan efek menenangkan, sehingga produksi ASI pun keluar dengan sendirinya secara lancar. Hal ini di dukung oleh Saputri et al (2019) bahwa kelancaran produksi ASI pada ibu pasca melahirkan dengan kondisi normal pada hari kedua dan ketiga setelah dilakukan pijat oksitosin akan mengalami proses menyusui yang optimal. Selain merangsang produksi ASI, pijat oksitosin juga bermanfaat dalam recovery kesehatan ibu. Pemijatan oksitosin yang dilakukan pada ibu postpartum ini harus dilakukan dengan bantuan oranglain karena ibu tidak mungkin melakukan pemijatan pada tulang belakangnya sendiri. Hal ini menyebabkan pemijatan oksitosin tidak sering dilakukan oleh ibu postpartum guna menambah produksi ASI.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan akupresur lebih berpengaruh terhadap waktu luaran dan kecukupan ASI daripada pijat oksitosin pada ibu post partum di RSUD Panembahan Senopati Bantul.

DAFTAR PUSTAKA

- Apreliasari, H., & Risnawati. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. *JIKA*, 5(1), 48–52.
- Dinas Kesehatan DIY. (2019). Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta. In *Dinkes DIY*. Yogyakarta: Dinkes DIY.
- Djogo, H., Betan, Y., & Dion, Y. (2021). Hubungan Pekerjaan Ibu Dan Praktik Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Kabupaten Timor Tengah Selatan. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 89–97.
- Liliana, A., & Wahyuningsih, M. (2020). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Peningkatan Produksi ASI di Pku Muhammadiyah Bantul. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 8(4), 416–424.
- Litasari, R., Mahwati, Y., & Rasyad, A. S. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Dan Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 209–214.
- Nasir, M., Su'udi, A., Rohmawati, N., & Ronoatmodjo, S. (2019). Hubungan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) dengan Riwayat Sakit Bayi 0–6 bulan di Indonesia. *Media Litbangkes*, 29(1), 25–30.
- Rahayu, D., & Yunarsih, Y. (2018). Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *Journals of Ners Community*, 09(1), 8–14.
- Saputri, I. N., Ginting, D. Y., & Zendato, I. C. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 2(1), 68–73.
<https://doi.org/10.35451/jkk.v2i1.249>
- Setyowati, H. (2018). *kupresur Untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian*. Unimma Press: Magelang.
- Wulandari, A. S., Hasanah, O., & Sabrian, F. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi Air

Susu Ibu (ASI). *Jurnal Ners
Indonesia*, 9(2), 51.
[https://doi.org/10.31258/jni.10.1.
51-60](https://doi.org/10.31258/jni.10.1.51-60)