

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM

Ika Nur Saputri¹, Desideria Yosepha Ginting², Ilusi Ceria Zendato²

^{1,2,3} Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam
Jl. Sudirman No 38 Lubuk Pakam
e-mail: ikanursaputri@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i1.249>

Abstract

Newborns do not need any other intake besides breast milk, but not a few found postpartum mothers who give formula milk to their babies because milk production is little or not smooth, especially in the first days of life. The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage on breast milk production in postpartum mothers. This type of research was pre-experimental with the One Group Pre and Post Test Design. The population in this study were all postpartum mothers in June at the Nining Pelawati Clinic in 2019. The sample in this study was postpartum mothers with inclusion and exclusion criteria totaling 10 people. ASI production data is taken using a measuring cup which is then analyzed. Based on the results of the Wilcoxon Signed Rank Test, the average postpartum maternal breast milk production before oxytocin massage was 9.90 while the mean postpartum maternal breast milk production after oxytocin massage was 13.50. There was a significant effect of oxytocin massage on milk production with p -value = 0.008 ($p \leq 0.05$). It is recommended for health workers to be able to carry out oxytocin massage to increase milk production in postpartum mothers.

Keywords: Oxytocin Massage, Production ASI, Postpartum.

1. PENDAHULUAN

Bayi baru lahir perlu mendapatkan perawatan yang optimal sejak lahir, salah satunya adalah makanan yang ideal. Bayi yang baru dilahirkan belum membutuhkan asupan lain selain ASI dari ibunya. Namun pada kenyataannya, pemberian ASI eksklusif tidak semudah yang dibayangkan. Berbagai kendala bisa timbul dalam upaya memberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi (Astutik, 2017).

Menurut data World Health Organization (WHO) dan UNICEF, cakupan ASI eksklusif pada bayi di bawah 6 bulan

adalah 41% dan ditargetkan mencapai 70% pada tahun 2030 (2018 dalam Global Breastfeeding Scorecard, 2018). Standar pertumbuhan anak yang diterapkan diseluruh dunia menurut WHO yaitu menekankan pemberian ASI sejak lahir sampai usia 6 bulan. Setelah itu bayi mulai diberikan makanan pendamping ASI sampai usia mencapai 2 tahun dan tetap menyusui (Arma, 2017).

Semua perempuan mempunyai potensi untuk memberikan ASI kepada anaknya, namun tidak semua ibu postpartum dapat langsung mengeluarkan ASI. Pengeluaran ASI merupakan interaksi yang sangat

kompleks antara rangsangan mekanik, syaraf dan bermacam-macam hormon yang mempengaruhi keluarnya oksitosin (Endah, 2011 dalam Wulandari,2014). Kendala dalam memberikan ASI secara dini pada hari pertama setelah melahirkan yaitu produksi ASI yang sedikit.

Keadaan emosi ibu yang berkaitan dengan reflex oksitison ibu dapat mempengaruhi produksi ASI sekitar 80% sampai 90%. Kondisi emosional ibu dalam keadaan baik, nyaman dan tanpa tekanan maka dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (Ramadani & Hadi, 2009 dalam Rahayu dan Yunarsih, 2018). Untuk mengatasi hal ini dilakukan pijat oksitosin yang berfungsi untuk refleksi *let down* dan memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan Air Susu Ibu (ASI), merangsang pengeluaran hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Delima M, dkk, 2016).

Berdasarkan data dari profil kesehatan Indonesia tahun 2017, cakupan presentasi bayi yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia adalah sebesar 61,33% (Profil Kesehatan Indonesia, 2017). Pemerintah telah menargetkan pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 80%, namun hal itu masih belum tercapai hingga saat ini. Upaya untuk meningkatkan cakupan ini dengan memberikan informasi yang benar dan tepat mengenai berbagai manfaat ASI eksklusif bagi ibu maupun bayi sehingga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi.

Hakekatnya penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) yang masih tinggi juga dapat diturunkan dengan ASI eksklusif dimana akan semakin banyak bayi yang sehat maka akan mengurangi kejadian

kesakitan dan menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI). Di Indonesia, pemerintah telah menetapkan Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 33 tahun 2012 mengenai Pemberian ASI Eksklusif.

Berdasarkan hasil survey awal, data yang diperoleh dari Klinik Pratama Nining Pelawati jumlah ibu nifas pada bulan Januari-Maret 2019 adalah 54 orang. Berdasarkan hasil wawancara dari beberapa ibu postpartum di tempat penelitian didapatkan bahwa ibu postpartum mengeluh ASInya tidak keluar dan tidak lancar serta merasa produksi ASInya kurang terutama pada hari pertama kelahiran bayi, hal ini membuat ibu khawatir sehingga ibu memilih untuk memberikan susu formula untuk memenuhi kebutuhan bayinya dan ibu juga belum pernah mendapatkan informasi mengenai pijat oksitoksin.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pijat oksitoksin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Klinik Pratama Nining Pelawati tahun 2019.

2. METODE

Desain penelitian ini pra-eksperimen (*pre-experimental designs*) dengan *One Group Pre and Post Test Design* dan dilaksanakan di Klinik Pratama Nining Pelawati pada bulan Juni Tahun 2019. Populasi adalah seluruh Ibu postpartum di Klinik Nining Pelawati pada bulan Juni 2019. Sampel adalah ibu postpartum berjumlah 10 orang dengan kriteria ibu postpartum hari pertama-ketiga dan tanpa kelainan payudara dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi yang berisi tentang hasil pre-test dan post-test produksi ASI menggunakan gelas ukur. Analisa data menggunakan uji

statistik non-parametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan nilai alpha 0,05.

3. HASIL

Tabel 1 Rerata produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin

Produksi ASI (pre-test)	Mean	n	Standar deviasi (SD)
	9,90	10	5,782

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil bahwa rerata produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu postpartum adalah 9,90 dengan standar deviasi 5,782.

Tabel 2 Rerata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin

Produksi ASI (post-test)	Mean	n	Standar deviasi (SD)
	13,50	10	6,416

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil bahwa rerata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin pada ibu postpartum adalah 13,50 dengan standar deviasi 6,416.

Tabel 3 Perbedaan rerata Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Pijat Oksitosin

Produksi ASI	Mean	Sum of Rank	Z	p-value
Pre-test	0,00	0,00		
Post-test	5,00	45,00	-2,673	0,008

Berdasarkan tabel 3 diperoleh rerata produksi ASI sebelum pijat oksitosin adalah sebesar 0,00 dengan jumlah rata-rata 0,00. Sedangkan rata-rata produksi ASI sesudah pijat oksitosin adalah sebesar 5,00 dengan jumlah rata-rata 45,00 sehingga dapat terlihat adanya peningkatan rata-rata

produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin dengan nilai Z adalah -2,673 dan nilai p-value adalah 0,008 ($p \leq 0,05$).

4. PEMBAHASAN

Sering kali ibu merasa khawatir mengenai produksi ASInya pada hari pertama kelahiran. Perasaan ibu yang khawatir ini akan menimbulkan ketidaknyamanan, ketegangan emosional dan rasa tidak percaya diri. Menurut hasil penelitian Rahayu D dan Yunarsih (2018), bila ibu menyusui mengalami stres atau ketidaknyamanan, maka akan terjadi hambatan dari *refleks let down* sehingga akan menurunkan produksi ASI.

Faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI lainnya adalah Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dimana pada bayi lahir cukup bulan akan memiliki naluri untuk menyusu pada ibunya 20-30 menit setelah lahir. IMD yang dilakukan segera setelah bayi lahir dan dengan cara yang tepat akan merangsang pengeluaran ASI atau yang lebih dikenal sebagai kolostrum lebih cepat. Hal ini sesuai dengan penelitian Wulandari dkk (2014) didapatkan bahwa rerata waktu pengeluaran kolostrum pada kelompok eksperimen adalah 5,21 jam sedangkan rerata waktu pengeluaran kolostrum pada kelompok non-eksperimen adalah 8,16 jam. Menurut Wulandari dkk (2014), bahwa untuk menghasilkan produksi ASI yang baik maka ibu harus dalam keadaan tenang.

Menurut asumsi peneliti bahwa kurangnya produksi ASI pada awal setelah kelahiran bayi selain disebabkan karena faktor psikologis ibu seperti ketidaknyamanan, ketegangan emosional dan rasa tidak percaya diri juga disebabkan karena IMD yang kurang tepat dalam pelaksanaannya karena hal ini berkaitan dengan

kekuatan menghisap, frekuensi dan lama penyusuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin adalah 13,50 dengan standar deviasi 6,416.

Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan jumlah produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin. Menurut Kiftia (2015), pemijatan adalah salah satu terapi nonfarmakologis untuk mengurangi ketidaknyamanan pada pasien dan membantu pasien relaksasi. Ketika ibu merasa rileks maka akan menurunkan kadar epinefrin dan non-epinefrin dalam darah sehingga ada keseimbangan.

Hal ini sesuai dengan teori Guyton dan Hall (2008) bahwa pijat yang dilakukan dibagian punggung dapat merangsang pengeluaran hormon endorfin, hormon ini berfungsi untuk memberikan rasa santai dan menimbulkan ketenangan sehingga pemijatan dapat menurunkan ketegangan otot. Pada bagian punggung sering sekali terjadi ketegangan otot, tetapi dengan dilakukannya pijat oksitosin maka akan memberikan kenyamanan pada daerah punggung dan meningkatkan produksi ASI.

Produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah sebagian besar tidak lancar yaitu sebanyak 29 orang (78,4%) dan sebagian kecil lancar yaitu 8 orang (21,6%) (Maita, 2016). Setelah dilakukan pijat sebagian besar produksi ASI lancar yaitu sebanyak 31 orang (83,8%) dan sebagian kecil tidak lancar yaitu sebanyak 6 orang (16,2%). Produksi ASI menjadi lancar dapat disebabkan karena peningkatan kenyamanan pada ibu yang secara otomatis akan merangsang keluarnya hormon oksitosin (refleks let down) sehingga dapat merangsang pengeluaran ASI pada ibu menyusui.

Hasil ini sesuai dengan penelitian Delima, dkk (2016) diperoleh bahwa

produksi ASI yang diberi pijat oksitosin lebih tinggi daripada ibu yang tidak diberi pijat oksitosin dengan nilai $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata produksi ASI sebelum diberikan intervensi pijat oksitosin adalah 7,05 dengan standar deviasi 0,740 sedangkan rerata produksi ASI sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin adalah 9,00 dengan standar deviasi 1,183.

Menurut asumsi peneliti bahwa pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu postpartum dapat meningkatkan produksi ASI karena dapat memicu pengeluaran hormon oksitosin yang sangat penting dalam pengeluaran ASI. Ketika dilakukan pijat oksitosin maka oksitosin akan memicu sel-sel myopitel yang mengelilingi alveoli dan duktus untuk berkontraksi sehingga mengalirkan ASI dari alveoli (pabrik susu) ke duktus menuju sinus dan puting susu sehingga terjadi pengeluaran ASI dan produksi ASI meningkat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata produksi ASI sebelum pijat oksitosin adalah sebesar 0,00 dengan jumlah rata-rata 0,00. Sedangkan rata-rata produksi ASI sesudah pijat oksitosin adalah sebesar 5,00 dengan jumlah rata-rata 45,00 sehingga dapat terlihat adanya peningkatan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin dengan nilai Z adalah -2,673 dan nilai p-value adalah 0,008 ($p \leq 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin.

Pada penelitian ini terdapat 1 orang ibu postpartum yang tidak mengalami peningkatan produksi ASI, hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti umur, nutrisi, dan kondisi psikologis ibu yang tidak percaya diri untuk memproduksi ASI sebagaimana ibu yang masih berusia lebih muda.

Berdasarkan hasil wawancara dari ibu postpartum, diperoleh bahwa ibu berusia di atas 35 tahun dan merupakan ibu multipara dan juga didapatkan informasi bahwa ibu mengeluh dan merasa tidak percaya diri bahwa ia dapat memproduksi ASI dengan baik terutama karena umurnya yang sudah tidak muda lagi karena itu ia selalu memilih untuk memberikan susu formula kepada bayinya. Menurut Delima, dkk (2016) umur merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI, ibu yang lebih muda (21-35 tahun) akan lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan dengan ibu yang berusia lebih tua (>35 tahun). Selain itu beberapa hal lainnya juga turut mempengaruhi produksi ASI seperti makanan, frekuensi penyusuan, umur kehamilan saat melahirkan dan berat lahir bayi, stres dan penyakit akut, konsumsi rokok, konsumsi alkohol, pil kontrasepsi, dsb (Rukiyah, 2015).

Ibu postpartum yang diberikan pijat oksitosin mempunyai peluang 11,667 kali memiliki produksi ASI cukup dibandingkan dengan ibu yang tidak dilakukan pijat oksitosin dengan nilai $p = 0,037$ ($p \leq 0,05$) (Asih, 2017). Hal ini sejalan dengan penelitian Pilaria E dan Sopiatur R (2017) dan Azriani D dan Handayani S (2016) ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum dengan nilai $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$) dan nilai $p = 0,039$ ($p \leq 0,05$).

Menurut asumsi peneliti bahwa peningkatan produksi ASI ini disebabkan karena peningkatan rasa nyaman dan rileks pada saat diberikan pijat oksitosin yang secara otomatis akan merangsang keluarnya hormon oksitosin (refleks let down) dari kelenjar pituitari dimana hormon oksitosin akan merangsang pengeluaran ASI pada ibu postpartum sehingga terjadi peningkatan produksi ASI. Selain itu,

pijat oksitosin juga memiliki manfaat yang lain seperti menenangkan dan mengurangi stress, membangkitkan rasa percaya diri, membantu ibu postpartum agar mempunyai pikiran dan perasaan yang baik tentang bayinya, dan sebagainya (Rahayu, 2019).

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah hanya menggunakan satu kelompok eksperimen saja tanpa menggunakan kelompok pembanding, sampel dalam penelitian ini hanya berjumlah 10 orang, dan variabel pengganggu dalam penelitian ini tidak dikontrol oleh peneliti.

5. KESIMPULAN

- Rerata produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 9,90.
- Rerata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin adalah 13,50
- Ada pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Nining Pelawati Tahun 2019 dengan nilai p -value = 0,008 ($p \leq 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Arma, N., et.al, (2017). Asuhan Kebidanan. Medan
- Asih, Yusari, (2017). "Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas". Jurnal Keperawatan. Volume XIII, No. 2, Oktober 2017. Diperoleh dari www.google.com. Diakses pada tanggal 02 Mei 2019.
- Astutik, R.Y., (2017). Payudara dan Laktasi. Jakarta : Salemba Medika.
- Azriani, D dan Handayani S, (2016). 'The Effect of Oxytocin Massage on Breast Milk Production'. Dama Internasional Journal of Researchers. Vol 1, 8 August 2016, hal 47-50. Diperoleh dari

- www.goglescolar.com. Diakses pada tanggal 22 Mei 2019.
- Delima, M, Arni GZ, Rosya E, (2016). "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin". Jurnal IPTEKS Terapan. Volume 9. I4, 282-293. Diperoleh dari www.goglescolar.co.id. Diakses pada tanggal, 01 April 2019.
- Global Breastfeeding Scorecard, 2018. Diperoleh dari <https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/global-bf-scorecard-2018.pdf?ua=1>. Diakses pada 10 Mei 2019.
- Guyton, A.C. (2008). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11. Jakarta: EGC
- Hastono, S.P., (2016). Analisis Data Pada Bidang Kesehatan. Jakarta: Rajawali Pers.
- Kiftia, Mariatul, (2015). "Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum". Jurnal Ilmu Keperawatan. Volume 3, No. 1. 2015. Hal. 42-49 Diperoleh dari www.goglescolar.co.id. Diakses pada tanggal 01 Mei 2019.
- Maita, Liva, (2016). "Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI". Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes. Volume VII Nomor 3, Juli 2016. Diperoleh dari www.goglescolar.co.id. Diakses pada tanggal 01 April 2019.
- Notoatmodjo, Soekidjo, (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S., (2015). Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rahayu, Anik Puji, (2019). Panduan Pratikum Keperawatan Maternitas. Yogyakarta: Deepublish.
- Rahayu D dan Yunarsih, (2018). "Penerapan Pijat Oksitoksin dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Postpartum". Journals of Ners Community. Volume 09, nomor 01, Juni 2018. Hal 08-14. Diperoleh dari www.goglescolar.com. Diakses pada tanggal 05 April 2019.
- Rahayuningsih, T, Mudigdo A, Murti B, (2016). "Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: A study in Sukoharjo Provincial Hospital". Journal of Maternal and Child Health. Volume 1 nomor 2, 2016, halaman 101-109. Diperoleh dari www.goglescolar.com. Diakses pada tanggal 22 Mei 2019.
- Rukiyah, AY, et all, (2015). Asuhan Kebidanan III (Nifas). Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Pilaria E dan Sopiatur R, (2017). "The Effect of Oxytocin Massage on Postpartum Mother Breast Milk Production at Pejeruk Public Health in the Year of 2017". Jurnal Kedokteran YARSI. Volume 26 Nomor 1. Hal 027-033 (2018). Diperoleh dari www.goglescolar.com. diakses pada tanggal 07 Mei 2019.
- Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017 diakses pada 25 Maret 2019.
- Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2017 diakses pada 25 Maret 2019.
- Wijayanti dan Setyaningsih, (2017). "Perbedaan Metode Pijat Oksitosin dan Breast Care Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum ". Jurnal Komunikasi Kesehatan .Vol.VIII No.2 Tahun 2017. Hal. 1-12. Diperoleh dari www.goglescolar.co.id. Diakses pada tanggal 01 April 2019.
- Wulandari, FT, Aminin F, Dewi U, (2014). "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi Kepulauan Riau". Jurnal Kesehatan. Volume V, Nomor 2, Oktober 2014, hlm 173-178. Diperoleh dari www.goglescolar.co.id. Diakses pada tanggal 01 April 2019.