

PERUBAHAN RERATA PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SESUDAH PIJAT OKSITOSIN PADA IBU NIFAS

¹⁾ Sri Suciana, ²⁾ Yani Maidelwita ³⁾ Ety Aprianti

Program Studi Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Mercubaktijaya
Jl. Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba Padang

E-mail : ¹⁾ srisuciana1992@gmail.com , ²⁾ maidelwitayani@gmail.com , ³⁾ etyaprianti@gmail.com

Kata Kunci:

Pijat oksitosin, ASI, Nifas

ABSTRAK

Pijat Oksitosin adalah salah satu jalan keluar untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI, Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada sepanjang tulang belakang vertebrae dan merupakan usaha untuk merangsang hormone oksitosin setelah melahirkan. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormone prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormone oksitosin. Sedangkan di Indonesia persentase pemberian ASI eksklusif bayi berusia 0-6 bulan sebesar 71,58% pada tahun 2021. Angka ini masih jauh dari 80% target pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan Badan Statistik tahun 2021 Provinsi Sumatera Barat cakupan ASI eksklusif yaitu sebesar 74,6%². Tujuan Penelitian ini bertujuan untuk melihat Perubahan Rerata Produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin pada ibu nifas. Penelitian menggunakan desain Penelitian Quasi eksperiment dengan rancangan Pre – Eksperimental design dengan Pendekatan one -Group Pre – Post test design. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu nifas. Teknik Pengambilan sampel dengan metode consecutive sampling. sampel sebanyak 15 orang dengan kriteria ibu dengan riwayat persalinan normal dan SC yang mempunyai bayi usia 0-6 bulan, ibu yang memberikan ASI pada bayi selama penelitian. selama penelitian, pada penelitian ini responden akan diberikan penjelasan terlebih dahulu terkait tujuan pelaksanaan penelitian, kemudian responden diminta untuk mengisi kusioner yang terkait dengan tanda-tanda kecukupan ASI, selanjutnya responden akan dilakukan pemijatan oksitosin pada daerah punggung kurang lebih selama 5 menit. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI, karena terdapat perbedaan rata-rata antara produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitosin. diharapkan untuk penelitian berikutnya untuk melakukan penelitian dengan sampel yang lebih banyak.

Keywords:

Oxytocin massage, breast milk, postpartum

Info Artikel

Tanggal dikirim: 1 May 2025

Tanggal direvisi: 14 May 2025

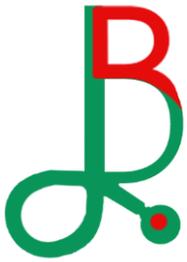
Tanggal diterima: 25 May 2025

DOI

10.58794/jubida.v4i1.1384

ABSTRACT

Oxytocin massage is one way to overcome the irregularity of breast milk production. Oxytocin massage is a massage along the vertebrae spine and is an effort to stimulate the oxytocin hormone after giving birth. Breast milk production is influenced by the hormone prolactin while secretion is influenced by the hormone oxytocin. Meanwhile, in Indonesia, the percentage of exclusive breastfeeding for babies aged 0-6 months was 71.58% in 2021. This figure is still far from the 80% target for exclusive breastfeeding. Based on the 2021 Statistics Agency, West Sumatra Province, the coverage of exclusive breastfeeding was 74.6%². Purpose This study aims to see the Change in Average Breast Milk Production before and after oxytocin massage in postpartum mothers. The study used a Quasi-experimental Research design with a Pre-Experimental design with a One-Group Pre-Post test design approach. The sample in this study were postpartum mothers. Sampling technique using the consecutive sampling method. sample of 15 people with the criteria of mothers with a history of normal delivery and CS who have babies aged 0-6 months, mothers who provide breast milk to babies during the study. during the study, in this study respondents will be given an explanation in advance regarding the purpose of the study, then respondents are asked to fill out a questionnaire related to signs of adequate breast milk, then respondents will be given oxytocin massage on the back area for approximately 5 minutes. The results of this study indicate that there is an effect of oxytocin massage on breast milk production, because there is an average difference between breast milk production before and after oxytocin massage is given. it is hoped that further research will conduct research with more samples.

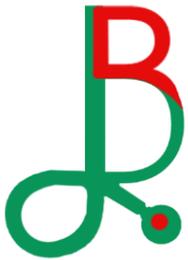


PENDAHULUAN

Pijat Oksitosin adalah salah satu jalan keluar untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI, Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada sepanjang tulang belakang vertebrae dan merupakan usaha untuk merangsang hormone oksitosin setelah melahirkan. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormone prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormone oksitosin 1 . Hanya sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang diberi ASI eksklusif selama periode 2015-2020. Sedangkan di Indonesia persentase pemberian ASI eksklusif bayi berusia 0-6 bulan sebesar 71,58% pada tahun 2021. Angka ini masih jauh dari 80% target pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan Badan Statistik tahun 2021 Provinsi Sumatera Barat cakupan ASI eksklusif yaitu sebesar 74,6%² .

Dampak yang akan terjadi pada bayi tidak diberikan ASI adalah bayi rentan resiko penyakit dan infeksi seperti diare, ISPA, Pneumonia, penurunan berat badan yang signifikan pada bayi BBLR dan resiko kematian. Dampak yang akan terjadi pada masa yang akan datang adalah pertumbuhan dan perkembangannya terhambat, kecerdasan anak menurun, kurang gizi, obesitas dan caries gigi akibat pemberian susu formula² ketidak lancaran pengeluaran ASI pada hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormone oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran pengeluaran ASI, oleh sebab itu perlu ada nya upaya pengeluaran ASI untuk beberapa ibu nifas dalam upaya pengeluaran ASI ada dua hal

yang mempengaruhi yaitu produksi dan pengeluaran. cara untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI yaitu dengan melakukan pijat oksitosin , hormone oksitosin akan keluar melalui ransangan keputing susu melalu isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya sehingga dengan begitu hormone oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar Berdasarkan hasil penelitian Wulan mayasari 2017 dengan judul Pekaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui di desa merbuh kecamatan singorojo kebaupaten kendal menunjukkan bahwa ibu menyusui sebelum diberikan pijat oksitosin sebagian besar kurang(60%) dan sesudah diberikan pijat oksitosin sebagian besar cukup (53%) dan analisis bivariat menunjukkan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui di desa merbuh kecamatan Kendal dengan nilai P value 0,000(p value <0,05). Pijatan oksitosin berfungsi untuk merangsang reflek oksitosin atau reflex let down selain itu untuk meningkatkan hormone oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga asi dapat keluar denga sendirinya(wulandari priharyanti dkk 2018) . oleh karena ibu membutuhkan dukungan keluarga dalam pelaksanaan pijat oksitosin khususnya keluarga paling dekat degan ibu yaitu suami ,manfaat dari penerapan pijat oksitosin berfungsi untuk meningkatkan hormone oksitosin yang dapat menyenangkan ibu ,



sehingga ASI pun otomatis keluar, efek pijat oksitosin adalah sel kelenjer payudara mensekresi ASI sehingga bayi mendapatkan ASI sesuai dengan kebutuhan dan berat badan bayi bertambah. Pengeluaran ASI dapat dipercepat dengan tindakan non farmakologi yaitu melalui pijatan oksitosin yang dapat dilakukan dengan cara memijat area disekitar punggung. Saat ini terapi non farmakologis untuk meningkatkan Produksi ASI sudah ada, namun belum banyak diterapkan disemua pelayanan kebidanan, salah satu upaya non farmakologis yang bisa dilakukan untuk merangsang hormone prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan dengan cara pijat Oksitosin, Hal ini sesuai dengan anjuran pemerintah untuk pemanfaatan alam sekitar atau “ Back Nature.

TINJAUAN PUSTAKA

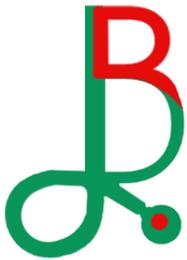
Nifas adalah masa ibu setelah melahirkan bayi, kurang lebih sampai 40 hari (Prawiraharjo, 2008). Masa nifas merupakan tahap pengenalan bayi setelah lahir dan cara memberikan perawatan pada bayi mulai dari pemberian nutrisi maupun pencegahan dari infeksi. Pemberian nutrisi pada bayi baru lahir dilakukan dengan cara pemberian ASI yang baik yaitu ASI Eksklusif, tetapi kadang ibu mengalami kesulitan dalam pemberian ASI karena anggapan ASI belum keluar dan masih kaku dalam pemberian ASI terlebih pada ibu muda yang pertama kali melahirkan.

Menurut World Health Organization (WHO) pemberian ASI secara eksklusif adalah Ibu hanya memberikan ASI saja tanpa memberikan bayi makanan dan minuman pendamping selain ASI termasuk air putih selama menyusui (kecuali obat-obatan dan vitamin atau mineral tetes) sejak bayi lahir

hingga berumur 6 bulan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rawat, et al (2018) dijelaskan bahwa salah satu penyebab kegagalan proses menyusui pada primipara dan dalam minggu pertama melahirkan adalah ibu merasa kesulitan pada pelekatan saat menyusui dan merasa ASI tidak cukup. Penelitian lain yang dilakukan oleh Jacobs, et al (2013) juga membuktikan bahwa mayoritas responden menjelaskan bahwa ibu merasa produksi ASI sedikit sehingga memutuskan untuk memberikan susu pendamping. Sedangkan penelitian yang dilakukan Madhavi dan Manikyamba (2016) menemukan faktor yang menjadi alasan tidak memberikan ASI eksklusif adalah kesulitan menyusui. Dari beberapa penelitian di atas dapat dibuktikan bahwa kegagalan proses menyusui bukanlah dari faktor biologis ibu namun lebih dikarenakan kesulitan bagi ibu dalam peran pertamanya sehingga hal ini mempengaruhi teknik pelekatan yang tidak benar pada saat menyusui dan adanya rasa bahwa produksi ASI tidak lancar dan sedikit. Ilmu pengetahuan yang terus berinovasi menemukan bahwa adanya pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI (Rahayuningsih, 2016).

METODE

Jenis dan Desain Penelitian adalah dengan rancangan pre eksperimental design dengan pendekatan one group pre-post test design, tempat pelaksanaan penelitian di TPMB Fitri Handayani Kota Padang, teknik pengambilan sampel dengan metode consecutive sampling, sampel sebanyak 15 orang dengan kriteria inklusi ibu dengan riwayat persalinan normal dan SC yang



mempunyai bayi usia 0-6 bulan ,ibu yang memberikan ASI pada bayi selama penelitian.pada penelitian ini responden akan diberikan penjelasan terlebih dahulu terkait tujuan pelaksanaan penelitian, kemudian responden diminta untuk mengisi kusioner yang terkait dengan tanda-tanda kecukupan ASI,selanjutnya responden akan dilakukan pemijatan oksitosin pada daerah punggung kurang lebih selama 5 menit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisa Bivariat

Pre Test	n	Mean+SD	Min	Max	Rang e	Modu s
	15	7,20±5,87	2,00	10,00	8,00	8,00

Berdasarkan tabel di atas hasil analisis terhadap 15 ibu produksi ASI menunjukkan perubahan rerata produksi ASI sebelum diberikan pijat oksitosin . Rata – rata pengetahuan (*mean*) sebesar 7,20 dengan standar deviasi 5,87 mengindikasi adanya penyebaran skor yang cukup luas.Nilai yang sering muncul (*modus*) adalah 8,00.

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh saputri Adanya peningkatan ratarata produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin dengan nilai Z adalah 2,673 dan nilai p-value adalah 0,008 ($p \leq 0,05$).

terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada Ibu Postpartum .

Post Test	n	Mean +SD	Min	Ma x	Ra nge	Mo dus
	15	9,06±2,48	8,00	10,00	2,00	10,00

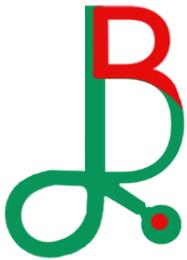
Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 15 orang responden di TPMB setelah

dilakukan intervensi rata-rata nilai meningkat setelah diberikan pijat oksitosin terhadap produksi ASI didapatkan rata-rata skor (*mean*) adalah 9,06 dengan data yang sering muncul (*modus*) adalah 10,00 Nilai minimum adalah 8,00 dan nilai maksimum adalah 10,00 hal ini menandakan bahwa ada peningkatan produksi ASI yang signifikan setelah diberikan pijat oksitosin . Peningkatan rata- rata skor dari 7,20 (pretest) menjadi 9,06 (posttest). Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian Ika bahwa ada peningkatan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin dinilai lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI karena karena pijat oksitosin merupakan pijatan dapat merangsang pelepasan hormon oksitosin dan kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh pikiran dan perasaan ibu, dengan demikian pijat oksitosin dikatakan berhasil apabila ibu sudah merasa tenang dan nyaman pada saat ibu diberikan pijatan oksitosin, pada saat hormon oksitosin keluar maka akan membantu pengeluaran ASI. Sedangkan oksitosin merangsang pengeluaran susu dari payudara melalui kontraksi sel-sel miopitel di alveoli dan duktus (Purnama, 2014). Menurut asumsi peneliti dengan dilakukan pijat oksitosin terjadi peningkatan hormone oksitosin yang membantu proses produksi ASI.

A. Analisis Univirat

Pengaruh	n	SD	P.Velu e(Sig. (2-tailed)
Pretest	15	5,87	,001
7,20		2,48	
Posttest	15		

Berdasarkan hasil analisa pada tabel di peroleh nilai mean pretest 7,20 (sebelum diberikan perlakuan) dan nilai mean posttest = 9,06. (setelah dilakukan perlakuan). Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan nilai



produksi ASI ibu setelah diberikan pijat oksitosin ,sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian pijat oksitosin berpengaruh terhadap produksi ASI.

Berdasarkan hasil uji statistic diatas, nilai sig.(2-tailed) bernilai 0,01 yang mana lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh pijat oksitosin tentang produksi ASI pada ibu.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Asih Hasil Uji statistic menggunakan chi-square (χ^2) diperoleh p-value= 0,037 (p-value $\leq 0,05$) yang berarti ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum .

Secara fisiologis pijat oksitosin melalui neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata dengan mengirim pesan ke hypothalamus di hipofise posterior hal tersebut merangsang refleks oksitosin atau refleks let down untuk mensekresi hormon oksitosin ke dalam darah. Dengan diberikan pijat oksitosin akan lebih memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui dan juga memberikan kenyamanan pada ibu(Delima et al., 2016)

Menurut asumsi peneliti dengan pijat oksitosin bisa membantu memberikan rasa rileks pada ibu sehingga membantu meningkatkan produksi Asi.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini, bahwa terdapat perbedaan rerata peningkatan produksi ASI Setelah diberikan pijat oksitosin dan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas jadi diharapkan ibu nifas tidak lagi mengalami kesulitan dalam memberikan ASI kepada bayinya dan lebih termotivasi dalam memberikan ASI terutama ASI eksklusif serta Pijat oksitosin menjadi salah satu alternatif pengobatan non farmakologis untuk ibu yang mempunyai masalah produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ika Nursaputri, Desideria, Yosepha Ginting, Ilusi Cendria Zenato
"Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum, Jkk Vol 2 Pp 68-73 Oktober 2019.
- [2] Ika Mustika Dewi, Pratiwi Putri Basuki, Ari Wulandari. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Jurnal Keperawatan Volume 14 Nomor 1 Pp 53-60 Maret 2022
- [3] Praselia Lestari Dkk , Pijat Oksitosin Jojakarta , 2021.
- [4] Indriyani Tusikal , Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Bpm Trs Cangkringan Yogyakarta Jurnal Jakhkj Volume 8 No 1 Pp 24-27 Maret 2022
- [5] Kholisotin, Zainal Munir, Lina Yulia Astutik . Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Primipara Di Rsia Sri Kandi Ibi Jurnal Jkp Volume 7 No 2 Agustus 2019
- [6] Priharyantiwulandari, Kustri Yani, Aini Khusnul Peningkatan Produksi Asi Ibu Post Partum Melalui Tindakan Pijat Oksitosin Jurnal Jiki Volume 2 No Pp 33-49 September 2018