

PIJAT OKSITOSIN UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM

Nurneneng Alfiatun¹, Yenny Aulya², Retno Widowati³

^{1,2,3}Universitas Nasional Jakarta, Gedung Menara UNAS 2. Jl. Harsono RM No.1 Ragunan, Jakarta Selatan.
Email:nuralfiatun22@gmail.com
Email:yenny.aulya@civitas.unas.ac.id
Email:retno.widowati@civitas.unas.ac.id

ABSTRACT

Background: According to the Ministry of Health's Data and Information Center, just 35% of Indonesian babies were exclusively breastfed in 2017. According to data from the dr. Chasbullah Abdul Madjid Public Hospital in Bekasi City, there were 78 postpartum women in the period March-April 2021, with about 20% of them having difficulty getting their breast milk out. Massage in the cervical spine area, back, or along the spine to the fifth and sixth costae bones is known to speed up the work of the parasympathetic nerves in supplying commands to the back of the brain, causing oxytocin to be released.

Aim: To find out the effect of oxytocin massage on increasing milk production in postpartum mothers at dr. Chasbullah Abdul Madjid Public Hospital Bekasi City in 2021.

Method: With a sample of 20 postpartum moms as responders, this research used a quasi-experimental method with a pre-test and post-test without control group design. Purposive sampling was used to collect the samples. The oxytocin massage was done for 5 minutes twice a day for two days, and then the results were assessed using a research instrument in the form of an observation sheet to see the increased of breast milk production. The data were analyzed using a paired sample t-test with a significance level of 0.05.

Result: The average milk production score before oxytocin massage was 2.0, and the average milk production score after oxytocin massage was 6.5. The Paired sample t-test yielded a significance value (2-tailed) of 0.000 in the Paired sample t-test.

Conclusion: The milk production of the mother differs markedly before and after oxytocin massage.

Keywords : Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Postpartum

1. PENDAHULUAN

Menyusui merupakan suatu kegiatan yang bermanfaat lebih dari sekedar manfaat memberikan Air Susu Ibu (ASI) pada bayi dengan menyusui dapat melindungi kesehatan ibu sehingga bisa memberikan keuntungan pada seluruh keluarga baik secara emosional maupun ekonomi. Manfaat ASI yang diberikan pada bayi adalah dapat membantu memulai kehidupan dengan baik, mengandung anti body, komposisi yang tepat, dapat mengurangi kejadian karies dentis, memberi rasa nyaman pada bayi, terhindar alergi, meningkatkan kecerdasan dan membantu meningkatkan perkembangan rahang dan rangsangan

(Walyani, 2015). Menunda untuk segera menyusui setelah melahirkan dapat meningkatkan angka kematian neonatus dimana sebanyak 16% kematian bayi baru lahir dapat diselamatkan dimulai dari hari pertama kelahiran dan 22% jika pada jam pertama menyusui (Isnaini, N., & Diyanti, 2015).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) cakupan ASI eksklusif pada bayi di bawah 6 bulan adalah 41% dan ditargetkan mencapai 70% pada tahun 2030 (*Global Breastfeeding Scorecard*, 2018). Standar pertumbuhan anak yang diterapkan di seluruh dunia menurut WHO yaitu

menekankan pemberian ASI sejak lahir sampai usia 6 bulan. Angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih tergolong rendah. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2017, pemberian ASI eksklusif di Indonesia hanya 35%. Angka tersebut masih jauh di bawah rekomendasi WHO (Badan Kesehatan Dunia) sebesar 50%. Dan hasil studi pendahuluan yang didapatkan di RSUD dr. Chasbullah Abdul Madjid Kota Bekasi pada tahun 2020 ibu post partum yang memberikan ASI eksklusif sebesar 35% dengan alasan ASI tidak keluar.

Penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Dampak tidak lancarnya pengeluaran dan produksi ASI dapat menimbulkan masalah baik pada ibu maupun bayinya diantaranya puting susu nyeri, puting susu lecet, payudara bengkak, mastitis, abses payudara (Walyani, 2014). Oleh karena itu perlu adanya usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras ASI. Hal ini dapat dilakukan juga dengan melakukan perawatan dan pijatan payudara, membersihkan puting, sering menyusui bayi meski ASI belum keluar, menyusui dini dan teratur serta pijat oksitosin (Walyani, 2015).

Pijat oksitosin adalah pijatan pada sepanjang kedua sisi tulang belakang pijat ini dilakukan untuk merangsang refleksi oksitosin atau refleksi pengeluaran ASI. Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks (Monika, 2014). Hasil yang diperoleh dari penerapan pijat oksitosin untuk membantu melancarkan produksi ASI pada klien tercapai, produksi ASI pada ibu post partum lancar. Pendapat ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan (Setiowati, 2011), tentang hubungan pijat oksitosin dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum fisiologis hari ke 2 dan ke 3, yang menyatakan ibu post partum setelah diberikan pijat oksitosin

mempunyai produksi ASI yang lancar. Selain itu hasil penelitian Widiastuti (Widiastuti, 2015) menyatakan bahwa terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum.

Di Indonesia dukungan pemerintah terhadap pemberian ASI eksklusif telah dilakukan berbagai upaya seperti Gerakan Nasional Peningkatan Penggunaan Air Susu Ibu (GNPP-ASI), data Kementerian Kesehatan mencatat, Inisiasi Menyusui Dini (IMD) di Indonesia meningkat dari 51,8% pada 2016 menjadi 67,8% pada 2017. Kendati meningkat, angka itu disebut masih jauh dari target sebesar 90%. Kenaikan yang sama terjadi pada angka pemberian ASI eksklusif dari 29,5% pada 2016 menjadi 35,7% pada 2017. Angka ini juga terbilang sangat kecil jika mengingat pentingnya peran ASI dalam kehidupan anak. Untuk pola pemberian ASI pada bayi usia 0-5 bulan menurut provinsi di Indonesia untuk ASI eksklusif 37,3%, ASI parsial 9,3 %, ASI predominan 3,3%.

Dari hasil pengamatan di ruang Melati RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi Pada periode Bulan Maret-April 2021 terdapat 78 ibu post partum, dari 78 ibu post partum ada sekitar 20% yang ASI nya tidak keluar lancardan ibu post partum menjadi bingung karena tidak dapat memberikan ASI kepada bayinya sehingga ibu ingin memberikan susu formula dengan alasan air susu tidak keluar.

Berdasarkan uraian diatas maka dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di RSUD dr. Chasbullah A.M kota Bekasi khususnya kepada ibu post partum yang mengalami masalah ketidaklancaran ASI untuk diberikan kepada bayinya yang baru lahir.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan di RSUD dr. Chasbullah A.M kota Bekasi pada bulan Juli – Agustus 2021. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu dengan pendekatan *Pre-test and Post-test without control group*. 20 responden yang kurang lancar produksi ASI, yang dipilih secara *purposive sampling* menerima pijat oksitosin. Pijat oksitosin dilakukan selama 5 menit sebanyak 2 kali dalam sehari, selama 2 hari. Sebelum menerima pijat oksitosin, ibu mengisi lembar observasi skala peningkatan produksi ASI dan sesudahnya kembali mengisi lembar observasi tersebut.

Setelah perlakuan selesai, dilakukan pengukuran. Perbandingan hasil antara sebelum dan sesudah perlakuan menunjukkan efek dari perlakuan yang diberikan. Populasi pada penelitian ini adalah ibu post partum yang ASInya belum keluar di ruang Melati RSUD dr. Chasbullah Abdulmajid Kota Bekasi pada pertengahan bulan Mei – Agustus tahun 2021 sebanyak 20 responden. Sampel dalam penelitian ini adalah semua subjek yang datang dan memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah responden yang diharapkan terpenuhi.

3. HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel 1
Nilai Rata-Rata Skor Produksi ASI pada Ibu Menyusui Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Oksitosin

Produksi ASI	Pre-test		Post-test		Selisih Mean
	Mean	Standard Deviation	Mean	Standard Deviation	
Intervensi	2,00	1,3	6,50	3,8	-4,50

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa nilai rata-rata produksi ASI pada ibu

post partum sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 2, dengan nilai terendah 1 dan nilai tertinggi 3. Setelah dilakukan pijat oksitosin nilai rata-rata yang didapat adalah 6,5, dengan nilai terendah 3 dan nilai tertinggi 8 berdasarkan hasil kuesioner. Hasil selisih dari rata-rata responden didapatkan nilai 4,50.

Uji Normalitas

Tabel 2
Hasil Uji Shapiro Wilk Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Skor Produksi ASI Pada Ibu Post Partum
Shapiro-Wilk

	Statistic	df	Sig.
Pre -Test	0,936	20	0,113
Post- Test	0,948	20	0,224

Untuk menguji data penelitian pada variabel meningkatnya produksi ASI terlebih dahulu dilakukan uji normalitas, sehingga dapat terlihat kenormalan data tersebut. Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan didapatkan pada responden sebelum dilakukan intervensi (Pre-test) berdistribusi normal/memiliki nilai signifikan 0,113 (> 0,05) dan pada responden setelah dilakukan intervensi (Post-test) berdistribusi normal/memiliki nilai signifikan 0,224 (>0,05). Dengan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa hasil penelitian Produksi ASI pada ibu post partum terdistribusi normal.

Analisis Bivariat

Tabel 3
Hasil Uji Bivariat Skor Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin

Produksi ASI	Pre-test Mean	Post-test Mean	Selisih Mean	p value

Produksi ASI	<i>Pre-</i>	<i>Post-</i>	Selisih Mean	p value
	<i>test</i>	<i>test</i>		
	<i>Mean</i>	<i>Mean</i>		
intervensi	2,00	6,50	-4,50	0,000

Berdasarkan tabel 3 hasil bivariat pada penelitian ini didapatkan nilai rata-rata 2,00 pada responden sebelum dilakukan pijat oksitosin dan nilai rata-rata 6,50 pada responden setelah dilakukan pijat oksitosin. Hasil penelitian ini diperkuat oleh hasil perbedaan pre test- post tes hasil uji bivariat dengan menggunakan *paired sample t-test* yang didapatkan nilai *p value* sebesar 0,000.

4. PEMBAHASAN

Hasil Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan distribusi frekuensi produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan setelah dipijat oksitosin didapatkan hasil yaitu dari 20 responden sebelum diberikan terapi pijat oksitosin ibu yang produksi ASInya kurang sebanyak 100 % (20 orang) dengan nilai rata-rata 2, untuk nilai terendah 1 dan nilai tertinggi 3. Sedangkan hasil rata-rata setelah diberikan terapi pijat oksitosin adalah 6,5 (65%) yaitu dengan skor terendah 3 dan skor terbesar 8 dari 10 kriteria peningkatan produksi ASI.

Hal ini sejalan dengan teori Rahayu *et al.* (Rahayu, D., Budi, S., & Esty, 2015) bahwa pijat oksitosin untuk ibu menyusui berfungsi untuk merangsang hormon oksitosin agar dapat memperlancar pengeluaran ASI dan meningkatkan kenyamanan ibu. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. pijat ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks pengeluaran ASI. Monika (Monika, 2014) menyatakan Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Umbar Sari

(Umbar Sari, 2017) yang berjudul pijat oksitosin meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum primipara dikota Singkawang. Dengan hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum. Penelitian sejenis juga dilakukan oleh Delima (Delima, M., Arni, G. Z., & Rosya, 2016) yang berjudul pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin Bukit Tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada efek signifikan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI ibu menyusui.

Menurut peneliti peningkatan produksi ASI yang dialami oleh ibu post partum di RSUD Kota Bekasi setelah dilakukan pijat oksitosin produksi ASI lebih banyak. Peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu. Hal ini menunjukkan kesesuaian hasil penelitian dengan teori. Jika tidak dilakukan pijat oksitosin maka produksi ASI kurang dibanding dengan ibu yang dilakukan pijat oksitosin.

Hasil Analisis Bivariat

Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata padaresponden sebelum dilakukan intervensi adalah 2 dan nilai rata-rata setelah dilakukan intervensi adalah 6,5. Perbedaan ini diuji menggunakan *Paired sample t-test* yang didapatkan nilai *P value* sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan ada perbedaan peningkatan produksi ASI yang signifikan pada ibu post partum sebelum dipijat oksitosin dengan ibu post partum setelah dipijat oksitosin.

Berdasarkan teori pijat oksitosin berfungsi untuk merangsang hormon oksitosin agar dapat memperlancar ASI dan meningkatkan kenyamanan ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Susilo & Kumala, 2016)

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Isnaini dan Diyanti (Isnaini, N., & Diyanti, 2015), yang

berjudul hubungan pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI di wilayah kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung tahun 2015 dengan hasil p-value $0,000 < p < 0,05$ atau 5%, dengan demikian H_0 ditolak yang artinya ada hubungan pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI.

Penelitian lain dilakukan oleh Asih (Asih, Y. 2018) yang berjudul pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI dengan hasil uji statistik menggunakan chi-square diperoleh p-value 0,037 ($p\text{-value} \leq 0,05$) yang berarti ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Kusumastuti *et al.*, (Kusumastuti, Qomar, U., & Mutoharoh, 2019) juga di temukan pada variabel produksi asi, kombinasi pijat woolwich dan oksitosin memiliki nilai p-value lebih besar dari 0,05 sehingga secara statistik tidak bermakna tetapi secara klinis pada kelompok intervensi produksi ASI 17% lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Meskipun tidak ada pengaruh kombinasi pijat woolwich dan oksitosin terhadap produksi ASI tetapi secara klinis terdapat perbedaan hasil pada kelompok intervensi yang dapat dilihat.

Menurut analisis peneliti peningkatan produksi ASI di RSUD dr.Chasbullah Abdul

Madjid Kota Bekasi sangat baik. Pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu post partum dapat membuat rileks dan nyaman, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri dan lelah. Ibu post partum yang dilakukan pijat oksitosin mengatakan bahwa selama dilakukan pijat oksitosin ibu merasa nyaman dan rileks.

Pijat oksitosin juga mudah dilakukan dengan gerakan yang tidak terlalu banyak sehingga dapat diingat oleh keluarga untuk dilakukan dan tidak membutuhkan waktu yang lama. Dukungan dari suami dan keluarga juga berperan penting dalam menyusui. Salah satu wujud dukungan tersebut dapat dilihat dari suami dan keluarga menyetujui untuk melakukan pijat oksitosin sehingga ibu dapat termotivasi untuk menyusui bayinya serta adanya anggota keluarga yang bersedia membantu melakukan pekerjaan rumah yang biasa dilakukan ibu.

5. KESIMPULAN

Pijat oksitosin dapat meningkatkan kelancaran produksi ASI secara signifikan dengan hasil p value 0,000 ($\alpha < 0,05$). Dengan peningkatan skor rata-rata setelah dilakukan pijat oksitosin adalah sebesar 4,5.

6. REFERENSI

- Asih, Y. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 209–214.
- Delima, M., Arni, G. Z., & Rosya, E. (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin. *Jurnal Ipteks Terapan*, 9(4).
- Isnaini, N., & Diyanti, R. (2015). Hubungan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 1(2).
- Kusumastuti, Qomar, U., & Mutoharoh, S. (2019). Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum. *Journal Health of Science*, 12(1), 60–66.
- Monika, F. B. (2014). *Buku Pintar ASI Dan Menyusui*. PT Mizan Publika, Jakarta.
- Rahayu, D., Budi, S., & Esty, Y. (2015). Produksi ASI Ibu dengan Intervensi Acupresure Point for Lactation dan Oksitosin Massage. *FK Universitas Airlangga Surabaya. Jurnal Ners*, 10(1).
- Setiowati, T. (2011). Hubungan Faktor–Faktor Ibu Dengan Pelaksanaan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi 6-12 Bulan Didesa Cidadap Wilayah Kerja Puskesmas Pagaden Barat Kabupaten Subang Periode Januari–Juli 2011. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 5(10), 10–17.
- Susilo, R & Kumala, F. (2016). *Panduan Asuhan Nifas & Evidence Based Practice*. Deepublish.

- Umbarsari, D. (2017). Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Di RSIA Annisa Tahun 2017. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1).
- Walyani, E. S. (2014). *Materi Ajar Lengkap Kebidanan Komunitas*. Pustaka Baru Press, Yogyakarta.
- Walyani, E. S. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Pustaka Baru Press, Yogyakarta.
- Widiastuti. (2015). Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu dan Kenaikan Berat Badan Bayi. *Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Semarang*.