

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN ASI
MINGGU PERTAMA POST PARTUM DI TEMPAT
PRAKTEK BIDAN M

Mariyah Ulfah

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: mariyahulfah@gmail.com

Disubmit: 05 Agustus 2023

Diterima: 13 Oktober 2023

Diterbitkan: 01 Desember 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.11404>

ABSTRACT

Background Mother's Milk (ASI) is God's gift for babies that cannot be replaced by any food or drink. Oxytocin massage can be done in conditions where the mother's breasts are swollen or not smooth, and in cases where the mother wants to relax. Oxytocin massage is an act of spinal massage starting from nerves 5-6 to the scapula which will speed up the work of the parasympathetic nerves to convey commands to the back of the brain so that oxytocin comes out. Basic Health Research (RISKESDAS) data for 2021, 52.5 percent - or only half of the 2.3 million babies aged less than six months - are receiving exclusive breastfeeding in Indonesia, or a decrease of 12 percent from the 2019 rate. The rate of early initiation of breastfeeding (IMD) also fell from 58.2 percent in 2019 to 48.6 percent in 2021. The aim of the study was to determine the effect of oxytocin massage on the smoothness of the first week of breastfeeding in post partum mothers at the practice of Midwife M. The research methodology for this type of research is a quasy experiment with a Pre Test - Post Test Control Group Design approach. The sample technique used was a total sampling of 40 respondents who observed breastfeeding at PMB Midwife M. Research Results Based on the t-test, a p-value <0.05 (0.000) was obtained, which means that there was a significant effect between oxytocin massage and breastfeeding in post partum mothers at PMB Midwife M in the first week postpartum. Conclusions and suggestions There is a significant effect between oxytocin massage and breastfeeding in post partum mothers at PMB Midwife M in the first week post partum. In order for the production of breast milk to be abundant, it is necessary to take actions such as oxytocin massage so that the mother feels comfortable so that the mother can provide exclusive breastfeeding.

Keywords: Breastfeeding, Oxytocin Massage, Post Partum Mothers

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) adalah anugerah Tuhan untuk bayi yang tidak dapat digantikan oleh makanan atau minuman apapun. Pijat oksitosin dapat dilakukan pada keadaan payudara ibu yang bengkak, atau tidak lancar, dan pada kasus ibu yang ingin relaksasi. Pijat oksitosin adalah suatu tindakan pemijatan tulang belakang mulai dari nervus 5-6 sampai skapula yang akan mempercepat kerja syaraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang

sehingga oksitosin keluar. data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021, 52,5 persen - atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan- yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, atau menurun 12 persen dari angka di tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga turun dari 58,2 persen pada tahun 2019 menjadi 48,6 persen pada tahun 2021. Mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI minggu pertama pada ibu post partum di tempat praktek Bidan M. Jenis penelitian ini adalah quasy eksperimen dengan pendekatan *Pre Test -Post Test Control Group Design*. Tehnik sampel yang digunakan adalah total sampling sebanyak 40 responden yang dilakukan observasi pengeluaran ASI di PMB Bidan M. Berdasarkan uji t-test didapatkan nilai *p value* < 0,05 (0,000) yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum di PMB Bidan M di minggu pertama post partum. Ada pengaruh yang signifikan antara pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum di PMB Bidan M di minggu pertama post partum. Agar produksi ASI dapat melimpah maka perlu dilakukan tindakan seperti pijat oksitosin agar ibu merasa nyaman sehingga ibu dapat memberikan ASI Eksklusif.

Kata Kunci: Pengeluaran ASI, Pijat Oksitosin, Ibu Post Partum

PENDAHULUAN

United Nation Children (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sampai bayi berumur 6 bulan. ASI harus diberikan pada bayi baru lahir sampai bayi berusia 6 bulan, yang disebut ASI eksklusif kemudian dapat dilanjutkan sampai bayi berusia 2 tahun. Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2016 menunjukkan rata-rata pemberian ASI eksklusif di dunia berkisar 38%. Di Indonesia, sebanyak 96% perempuan telah menyusui anak dalam kehidupan

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021, 52,5 persen - atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan- yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, atau menurun 12 persen dari angka di tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga turun dari 58,2 persen pada tahun 2019 menjadi 48,6 persen pada tahun 2021.

Besarnya manfaat ASI tidak diimbangi oleh peningkatan perilaku pemberian ASI sehingga bayi tidak

mereka, namun hanya 42% yang mendapatkan ASI eksklusif (PAS, 2018). Pada tahun 2020 WHO kembali memaparkan data berupa angka pemberian ASI eksklusif secara global, walaupun telah ada peningkatan, namun angka ini tidak meningkat cukup signifikan, yaitu sekitar 44% bayi usia 0 mendapatkan ASI eksklusif 6 bulan di seluruh dunia yang selama periode 2018 pemberian ASI eksklusif menurut WHO. Masih rendahnya pemberian eksklusif akan berdampak pada kualitas dan daya hidup generasi penerus.

mendapatkan ASI dengan baik. Beberapa faktor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik salah satunya adalah faktor pengetahuan ibu. Keengganan ibu untuk menyusui karena rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, serta kekhawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormone

prolactin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormone oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui 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 perasaan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormone oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (Erna, 2017)

Salah satu penyebab cakupan ASI tidak tercapai karena ASI ibu tidak keluar atau keluar hanya sedikit. Faktor-faktor yang berhubungan pengeluaran ASI adalah faktor makanan ibu, isapan bayi, frekuensi menyusui, riwayat penyakit, faktor psikologis, berat badan lahir, perawatan payudara, jenis persalinan, umur kehamilan saat melahirkan, konsumsi rokok, konsumsi alkohol, cara menyusui yang tidak tepat, rawat gabung dan penggunaan pil kontrasepsi. Keberhasilan pemberian ASI Eksklusif ini sangat dipengaruhi oleh kelancaran produksi ASI sejak awal masa menyusui. Produksi ASI yang belum lancar pada awal masa menyusui ini merupakan salah satu masalah yang berperan penting dalam mempengaruhi ibu-ibu menyusui untuk memberikan susu formula pada bayi sejak dini. (Risksdas, 2018).

Air susu ibu atau ASI sangat penting untuk perkembangan bayi, terutama bayi baru lahir. Kandungan yang ada di dalam ASI mampu memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Para ibu tentu saja ingin memberikan ASI secara lancar dan eksklusif untuk bayi mereka. Namun ada beberapa ibu yang ASInya kurang lancar. Disebut-sebut kondisi ibu yang kurang rileks merupakan penyebab ASI kurang lancar. Untuk mengatasinya ada

teknik pijat oksitosin. Pijat oksitosin dapat dilakukan pada keadaan payudara ibu yang bengkak, atau tidak lancar, dan pada kasus ibu yang ingin relaksasi. Pijat oksitosin adalah suatu tindakan pemijatan tulang belakang mulai dari nervus 5-6 sampai skapula yang akan mempercepat kerja syaraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga oksitosin keluar. (Delima, 2018).

Melalui pijatan atau rangsangan pada tulang belakang neurotransmitter dipadu dengan menyematkan kalimat-kalimat afirmasi yang positif diharapkan dapat merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga payudara mengeluarkan air susunya. Dengan pijatan di daerah tulang belakang dan kalimat afirmasi yang positif ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress. Pengeluaran hormone oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada sistem ductus, bila ductus melebar atau menjadi lunak maka secara reflektoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofise yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli (Wijayanti, 2019).

Manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Delima, 2019). Oksitosin masuk kedalam darah menuju payudara dan merangsang sel-sel otot disekeliling alveoli berkontraksi. Kontraksi ini membuat ASI yang telah terkumpul didalam alveoli mengalir sepanjang duktus, kadang ASI mengalir keluar payudara inilah reflex oksitosin atau

refleks pengaliran ASI. Oksitosin membuat Rahim ibu berkontraksi sesudah persalinan, kontraksi ini membantu mengurangi perdarahan. Hormone oksitosin kadang disebut "Hormone Cinta" karena membuat ibu merasa dicintai bayinya dan tenang. Efek dari oksitosin yang penting untuk membangun bonding/ kedekatan ibu dengan bayi dan perilaku keibuan (Sulaeman, 2019).

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Selain memberi kenyamanan pada ibu dan merangsang refleks oksitosin, pijat oksitosin juga memiliki manfaat lain, yaitu mengurangi pembengkakan payudara (engorgement), mengurangi sumbatan ASI (plugged/milk,duct), dan membantu mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Asih, 2018).

Manfaat Pijat Oksitosin

Pijat oksitosin memberikan banyak manfaat dalam proses menyusui, karena kinerjanya yang merangsang kinerja hormon oksitosin seperti meningkatkan

kenyamanan pada ibu setelah melahirkan, mengurangi stres pada ibu setelah melahirkan, mengurangi nyeri pada tulang belakang sehabis melahirkan, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin dan memperlancar produksi ASI, dan mempercepat proses involusi uterus sehingga mengurangi pendarahan pasca melahirkan. 4. Langkah - langkah Pemberian Pijat Oksitosin Pijat oksitosin dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan dilakukan pemijatan ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang, jika ibu rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *quasy experimen* dengan pendekatan *Pre Test -Post Test Control Group Design*. Tehnik sampel yang digunakan adalah total sampling sebanyak 40 responden yang dilakukan observasi pengeluaran ASI di PMB Bidan M. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independen yang terdiri dari pijat oksitosin dan variabel dependen adalah produksi ASI. Analisa data yang digunakan adalah uji *t-test independent*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Perawatan Payudara, IMD Minggu Pertama Ibu Post Partum Di Tempat Praktek Bidan M (N=40)

Variabel	K. Kontrol	K. Intervensi
Usia		
20-35 tahun	15 (50,0%)	15 (50,0%)
> 35 tahun	5 (50,0%)	5 (50,0%)
Pendidikan		
SMP	3 (33,3%)	6 (66,7%)
SMA	11 (57,9%)	8 (42,1%)
PT	6 (50,0%)	6 (50,0%)
Pekerjaan		
Tidak bekerja	9 (52,9%)	8 (47,1%)
Bekerja	11 (47,8%)	12 (52,2%)
Perawatan Payudara		
Tidak dilakukan	4 (57,1%)	3 (42,9%)
Dilakukan	16 (48,5%)	17 (51,5%)
Inisiasi Menyusui Dini		
Tidak dilakukan	4 (57,1%)	3 (42,9%)
Dilakukan	16 (48,5%)	17 (51,5%)
Total	20 (50,0%)	20 (50,0%)

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan data bahwa data karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi usia 20-35 tahun ada 15 responden (50%) dan pada kelompok kontrol usia 20-35 tahun ada 15 responden (50%), pendidikan pada kelompok kontrol SMA sebanyak 11 responden (57,9%) dan kelompok intervensi SMA sebanyak 8 responden (42,1%), berdasarkan pekerjaan pada kelompok kontrol bekerja sebanyak 11 responden (47,8%), dan

kelompok intervensi bekerja sebanyak 12 responden (52,2%), berdasarkan perawatan payudara pada kelompok kontrol dilakukan perawatan sebanyak 16 responden (48,5%), dan kelompok intervensi dilakukan perawatan sebanyak 17 responden (51,5%), berdasarkan IMD pada kelompok kontrol dilakukan IMD sebanyak 16 responden (48,5%), dan pada kelompok intervensi dilakukan IMD sebanyak 17 responden (51,5%).

Tabel 2. Distribusi Rata-Rata Responden Berdasarkan Keluaran ASI Minggu Pertama Post Partum Kelompok Kontrol Di Tempat Praktek Bidan M (N=20)

Keluaran ASI Pre Kontrol	Nilai	Keluaran ASI Post Kontrol	Nilai
Nilai rata-rata	12,80	Nilai rata-rata	12,90
Nilai Minimum	10,0	Nilai Minimum	10,0
Nilai Maksimum	16,0	Nilai Maksimum	16,0
Jumlah Responden	20	Jumlah Responden	20

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan perbedaan nilai rata-rata keluaran ASI sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol di tempat praktek bidan M, dimana sebelum perlakuan rata-rata 12,80

dengan nilai minimal 10 dan maksimal 16. Sedangkan sesudah perlakuan dengan rata-rata 12,90 dengan nilai minimal 10 dan maksimal 16.

Tabel 3. Distribusi Rata-Rata Responden Berdasarkan Keluaran ASI Minggu Pertama Post Partum Kelompok Intervensi Di Tempat Praktek Bidan M (N=20)

Keluaran ASI Pre Intervensi	Nilai	Keluaran ASI Post Intervensi	Nilai
Nilai rata-rata	12,90	Nilai rata-rata	15,60
Nilai Minimum	11,0	Nilai Minimum	14,0
Nilai Maksimum	15,0	Nilai Maksimum	17,0
Jumlah Responden	20	Jumlah Responden	20

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan perbedaan nilai rata-rata keluaran ASI sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi di tempat praktek bidan M, dimana sebelum perlakuan rata-rata 12,90

dengan nilai minimal 11 dan maksimal 15. Sedangkan sesudah perlakuan dengan rata-rata 15,60 dengan nilai minimal 14 dan maksimal 17.

Tabel 4. Uji Normalitas Data

Nilai Skewnes	Statistik	Std Error		Hasil
Kontrol Pre	0,276	0,512	0,539	Distribusi Normal
Kontrol Post	0,090	0,512	0,175	Distribusi Normal
Intervensi Pre	0,009	0,512	0,017	Distribusi Normal
Intervensi Post	0,082	0,512	0,160	Distribusi Normal

Sumber : Data Primer 2023

Dari hasil diatas, didapatkan bahwa kedua data memiliki distribusi normal, maka untuk

analisa bivariat menggunakan uji t-Test Independent.

Tabel 5. Tabel Uji Analisa Bivariat T-Test Independent

Rentang Pengeluaran ASI	Mean	SD	SE	P-value
Kelompok Kontrol	0,0500	0,68633	0,15347	0,000
Kelompok Intervensi	2,3500	0,87509	0,19568	

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 5 hasil analisis pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum kelompok intervensi dan kontrol dengan melihat rentang pengeluaran ASI. Dimana pada

kelompok kontrol didapatkan rentang pengeluaran ASI dengan nilai rata-rata 0,0500 dengan standar deviasi 0,68633 dengan standar error 0,15347. Sedangkan pada kelompok intervensi rentang

pengeluaran ASI didapatkan nilai rata-rata 2,3500 dengan standar deviasi 0,87509 dengan standar error 0,19568. Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai *p value* < 0,05 (0,000) yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara

PEMBAHASAN

Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Perlakuan Kelompok Kontrol

Hasil dari penelitian menunjukkan perbedaan nilai rata-rata keluaran ASI sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol di tempat praktek bidan M, dimana sebelum perlakuan rata-rata 12,80 dengan nilai minimal 10 dan maksimal 16. Sedangkan sesudah perlakuan dengan rata-rata 12,90 dengan nilai minimal 10 dan maksimal 16.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Roesli (2019) yang menyatakan bahwa hisapan bayi membantu merangsang syaraf dalam memproduksi ASI dikarenakan waktu bayi menghisap payudara ibu, terjadi rangsangan neorohormonal pada puting susu dan aerola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke hypophyse melalui nervus vagus, terus kelobus anterior. Dari lobus ini akan mengeluarkan hormone prolaktin, masuk ke peredaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini akan terangsang untuk menghasilkan ASI. Hormon prolaktin yang berperan dalam produksi ASI.

Hasil penelitian Mardiyansih (2019) yang menyatakan bahwa kurang optimalnya produksi ASI pada kelompok kontrol ini terbukti kerana pada kelompok ini tidak dilakukan perlakuan seperti perawatan payudara, pijat oksitosin. Sehingga saat dilakukan evaluasi (post test) hasilnya hampir

rentang pengeluaran ASI kelompok intervensi dan kelompok kontrol minggu pertama post partum. Artinya pemberian pijat oksitosin terbukti meningkatkan pengeluaran ASI pada minggu pertama post partus.

sama dengan pre test yang sudah dilakukan.

Berdasarkan lembar kuesioner optimalisasi produksi ASI yang telah dijawab oleh responden sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol yang terdiri dari 10 item pertanyaan, disimpulkan bahwa ASI yang dikeluarkan oleh ibu post partum kurang maksimal, yang disebabkan karena tidak dilakukan tindakan pijat oksitosin, selain itu kemungkinan ada beberapa hal yang membuat responden merasa ketakutan atau keawatiran.

Menurut peneliti, hasil dari penelitian sebelumnya dan dasar teori yang ada maka dapat disimpulkan bahwa optimalisasi pada kelompok kontrol yang kurang lancar ASI dan tidak dapat merembes keluar melalui puting ibu disebabkan karena responden hanya dilakukan observasi dan tidak diberikan perawatan payudara seperti pijat oksitisin. Selain itu karena adanya faktor hisapan anak berkurang dengan demikian produksi ASI juga berkurang.

Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Perlakuan Kelompok Intervensi

Hasil dari penelitian menunjukkan perbedaan nilai rata-rata keluaran ASI sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi di tempat praktek bidan M, dimana sebelum perlakuan rata-rata 12,90 dengan nilai minimal 11 dan maksimal 15. Sedangkan sesudah perlakuan dengan rata-rata 15,60 dengan nilai minimal 14 dan

maksimal 17.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Delima (2016) dengan judul "Efektifitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI" yang menyatakan bahwa efek terhadap produksi ASI, 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.

Dasar teori dari Perdana, (2019) menyatakan bahwa ASI ibu menjadi lancar dikarenakan adanya kesempatan ibu untuk melakukan tindakan pijat oksitosin, karena dengan pijat oksitosin dapat menjadi salah satu solusi untuk mengatasi ketidak cukupnya ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar.

Menurut peneliti, produksi ASI yang dialami ibu post partum di RS Pusat Pertamina, setelah dilakukan pijat oksitosin optimalisasi produksi ASI semakin lancar. Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui 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 jika hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.

Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Baik Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol

Hasil analisis pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum kelompok intervensi dan kontrol dengan melihat rentang pengeluaran ASI. Dimana pada kelompok kontrol didapatkan rentang pengeluaran ASI dengan nilai rata-rata 0,0500 dengan standar deviasi 0,68633 dengan standar error 0,15347. Sedangkan pada kelompok intervensi rentang pengeluaran ASI didapatkan nilai rata-rata 2,3500 dengan standar deviasi 0,87509 dengan standar error 0,19568. Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai *p value* < 0,05 (0,000) yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara rentang pengeluaran ASI kelompok intervensi dan kelompok kontrol minggu pertama post partum. Artinya pemberian pijat oksitosin terbukti meningkatkan pengeluaran ASI pada minggu pertama post partum.

Berdasarkan produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin pada kelompok intervensi diketahui bahwa sebelum dilakukan 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 produksi ASI pada ibu primipara di tempat praktek bidan M.

Menurut peneliti, produksi bisa disebabkan beberapa factor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik salah satunya adalah faktor pengetahuan ibu. Keengganan ibu untuk

menyusui kekhawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui, rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, dan merasa ASI nya tidak cukup mengakibatkan penurunan produksi ASI. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui 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 hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Yohmi & Roesli, 2009). Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar. Dengan pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merelaksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada putting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal, Kolostrum yang menetes atau keluar merupakan tanda aktifnya reflex oksitosin (Perinasia, 2007).

Hal ini sesuai dengan penelitian Penelitian yang dilakukan oleh Eko (2011) menunjukkan bahwa kombinasi teknik marmet

dan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI. Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi 3-5 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI. Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi 3-5 menit.

Hasil penelitian Endah (2011) menunjukkan bahwa pengeluaran kolostrum kelompok perlakuan rata-rata 5,8 jam, sedangkan lama waktu kelompok kontrol adalah rata-rata 5,89 jam. Jumlah kolostrum yang dikeluarkan kelompok perlakuan rata-rata 5,333 cc sedangkan kelompok kontrol adalah rata-rata 0,0289 cc. Pijat oksitosin berpengaruh terhadap jumlah produksi kolostrum dengan Pvalue 0,009, dan pijat oksitosin tidak berpengaruh terhadap lama waktu pengeluaran kolostrum ibu post partum.

KESIMPULAN

Analisa menggunakan t-test paired tidak terdapat perbedaan kelancaran produksi ASI pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pijat oksitosin ibu post partum di tempat praktek Bidan M tahun 2023, dengan nilai p-value > 0,05 (0,494). Dan terdapat perbedaan kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pijat oksitosin ibu post partum di tempat praktek Bidan M tahun 2023, dengan nilai p-value < 0,05 (0,000). Dengan uji t-test independent terdapat perbedaan kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin pada ibu post partum di tempat praktek Bidan M tahun 2023, dengan p-value < 0,05 (0,000).

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, Reni Yuli. (2019). Payudara dan Laktasi. Jakarta: Salemba Medika
- Asih, Y. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 209-214.
- Astutik, Sri. (2017). Determinan Pemberian ASI eksklusif Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Health Quality*, 4:1 - 76.
- Delima M, Arni G, Rosya E. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin. 2016. 9:282-93.
- Erna, P. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Produksi ASI pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk Kota Mataram. *Jurnal Kedokteran Yarsi* 26 (1): 027-033 (2018).
- Gustriani, Nia. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Pasien Post Seksio Sesarea Di Ruang Nifas Rumah Sakit Wilayah Makassar. Tesis. Universitas Hasanuddin.
- Hidayat, Alimul A. Azias. (2018). Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data. Salemba Medika: Jakarta Selatan.
- Kemkes RI. (2018). Pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI. Situasi dan Analisis ASI Eksklusif.
- Maita. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Di BPM Ernita, Amd Keb Pekanbaru.
- Naziroh, U. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Primipara Di Desa Segodong- bancang Kecamatan Tarik, Kabupaten Sidoarjo.
- Notoadmojo, S. (2016). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta
- Nurliana Mansur. (2018). Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Malang, Jatim : Selaksa Media.
- Nursalam. (2016). Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Salemba Medika. Jakarta.
- Panggabean P, Esron Sirait. (2017). Pedoman Penulisan Proposal Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Jaya.
- Perinasia. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Di BPM Meli R Palembang. *Jurnal Kesehatan Pembangunan* Vol. 9.No. 17.
- Risani Siska Edy Perdana. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu Pada Ibu Nifas Primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang.
- Rusdiarti. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI di Kabupaten Jember.
- Sari, N.E. Khotimah, S. (2018). Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. Bogor : IN Media.
- Sdki. (2017). Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Sulaeman, R., Lina, P., & Masadah. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post partum Primipara. *Ridawati Kesehatan Prima*, 13(1), 1017
- Wijayanti, Lilis. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta.